



CLUB ALPINO ITALIANO



*Sezione Oristano*

**Ciclo-escursione del 31/05/2025**

## **Le Torri costiere della Planargia**



Figura 1 Punta Foghe

PRESENTAZIONE: il MTB CAI di Oristano propone una ciclo-escursione in cui sarà possibile godere dello splendido paesaggio offerto dalla costa della Planargia. Un territorio incontaminato e selvaggio ad anfiteatro sul mare , con le tre torri aragonesi che incontreremo in sequenza Foghe, di Ischia Ruggia e di Columbargia. Vedremo anche un imponente esempio di archeologia industriale chiamato "Sa Fabbrica". Parte del percorso si snoda all'interno del cantiere forestale di Tresnuraghes gestito da Forestas.

COMUNI INTERESSATI: Sennarioio, Tresnuraghes

DURATA: 7 ore circa, pausa pranzo inclusa.

DATI TECNICI: Lunghezza 36 km circa con sviluppo in parte ad anelli in parte a bastone . Dislivello positivo 800 mt c.a . Percorso alternato su serrato e asfalto.

PEDALABILITÀ : circa 95%

CLASSIFICAZIONE: BC/BC (salita/discesa) adatto al ciclo-escursionista di buone capacità tecniche con buon allenamento. Consultare la classificazione delle difficoltà nel sito CAI (<https://archivio.cai.it/wp-content/uploads/2024/02/ALLEGATO-1-scale-difficoltà-1-1.pdf>).

DIRETTORI DI ESCURSIONE: Alessandro Donaera (340 4904492), Ariu Patrizia (347 1200084), Livio Masala ( 3332125720).

RADUNO: Sabato 31/05/2025 - Ore 8:45 a Sennariolo presso Via Roma Si richiede massima puntualità.  
<https://maps.app.goo.gl/JnKCAquB3ZdP9XE49>

PRENOTAZIONE: compilazione modulistica mediante il link. [http://bit.ly/orcai\\_escursione](http://bit.ly/orcai_escursione) entro le ore 13:00 di venerdì 30/05/2025. L'adesione dei non soci è vincolata al pagamento di una quota assicurativa di euro 8,40 a partecipante, da consegnare prima della partenza (si richiede la quota esatta). Per qualsiasi delucidazione sentire il Direttore di escursione Alessandro Donaera per messaggio WhatsApp al numero tel. 3404904492

LIMITAZIONI: numero massimo 30 partecipanti, partecipazione consentita anche ai non soci.

MEZZI E PASTI: auto propria sino al punto d'incontro. Pranzo al sacco e scorta d'acqua a cura dei partecipanti.

AVVERTENZE: Considerato il tipo di fondo è raccomandato l'utilizzo di pneumatici latticizzati, si consiglia prima dell'escursione un controllo sull'efficienza della bici, freni, pressione pneumatici , rabbocco lattice ecc. Il gruppo dovrà attenersi sempre alle indicazioni del direttore di escursione e in caso di smarrimento o di altra motivazione fermarsi e contattare il o i direttori di escursione. Alcuni tratti possono essere percorsi da auto, quindi si raccomanda massima attenzione. Il direttore si riserva di fare qualche modifica al percorso per motivi di sicurezza, o per imprevisti. La traccia in figura è indicativa. Chi desidera la traccia gpx definitiva può farne richiesta.

EQUIPAGGIAMENTO: casco obbligatorio, bicicletta del tipo MTB in buone condizioni, zainetto leggero e comodo, pompa e camera d'aria di scorta, una falsamaglia per la propria catena. Attrezzatura consigliata: scarpe da MTB o trekking basse, pantaloni con fondello, guanti da MTB, integratori energetico-salini, e almeno 1,5 lt. d'acqua alla partenza.

DESCRIZIONE: L'escursione partirà da Sennariolo , Via Roma , a 274 m.s.l.m. Dopo circa 4 km dal centro abitato, scaliamo un colle sopra il quale sorge la **chiesetta campestre di Santa Vittoria**. Da qui si può godere una vista panoramica spettacolare a 360 gradi sul Montiferru, la Planargia ed il litorale. Scendendo verso il mare dopo qualche chilometro alla sinistra scorgerete "**Sa Fabbrica**", ciò che rimane di una cartiera, costruita tra il 1809-1816 ( in epoca sabauda). Raggiungiamo finalmente Punta Foghe, dove su un promontorio a picco sul mare sorge l'omonima torre, nei pressi della foce del Rio Mannu.

La **torre Aragonese di Foghe** , come le altre due altre torri che vedremo, edificate alla fine del XVI secolo, avevano principalmente scopo di avvistamento, ed erano inserite in un sistema difensivo costiero ben organizzato. Torre Foghe aveva anche il compito di presidiare e difendere lo strategico accesso all'acqua dolce di Rio Mannu la cui gola poteva essere un ottima via di penetrazione da parte dei pirati. La Torre è a contatto ottico con Torre Ischia Ruggia a nord e con la Torre di Capo Nieddu posta a sud .

**Torre di S'Iscra Ruja** ( o Ischia Ruggia) presenta una scala di accesso in muratura che sostituì la vecchia scala in legno. Questa torre è posta alla distanza di circa quattro chilometri a sud dalla *Torre di Columbargia*. È stata realizzata in rocce basaltiche e dotata di volta a cupola, ma dà l'impressione di non essere mai stata completata. Viene citata a partire dal 1580, ed è stata operativa fino al 1842. Si percorre poi uno sterrato in salita un pò tecnico, per immetterci in una stradina asfaltata che poi ci permette di entrare e pedalare all'interno dell'area di rimboschimento del cantiere forestale di Tresnuraghés gestito da Forestas. Raggiungiamo poi la terza Torre.

**La Torre di Columbargia** o Pesquellas, (purtroppo al momento è transennata per ristrutturazione a causa di recenti crolli) è la più antica delle tre torri spagnole presenti sulla costa di Tresnuraghés, viene citata nei documenti a partire dal 1572, è rimasta in attività fino al 1842. Sorge su un promontorio di trachite rossa e domina la spiaggia Sa Marinedda, detta anche Cala di Torre Columbargia. E' costituita da blocchi in basalto

ed arenaria calcarea. Dopo essere entrati nuovamente nell'area di rimboschimento, riprendiamo la via del ritorno a bastone per Sennariolo.

***Rispetta la bellezza della natura.***

***Segui il sentiero***

***Non abbandonare rifiuti***

NB: prima della partenza chiederemo di firmare obbligatoriamente il modulo di autodichiarazione collettivo, nel quale si dichiara di avere tutti i requisiti richiesti in questa descrizione e accettare integralmente quanto specificato nella dichiarazione di esonero di responsabilità e nelle avvertenze.



Figura 2 “Sa Fabbrica”.



Fig 3 Spiaggia Sa Marinedda, e Torre Columbargia

Mappa e Curva altimetrica

