



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione Oristano

Ciclo-Escursione MTB Oristano N 1° del 1.03.2026 Senorbi

Archeologia in Trexenta



PRESENTAZIONE: Si propone una ciclo escursione/archeobike, in un territorio interessantissimo della sub-regione della Sardegna, la Trexenta.

La ciclo escursione sarà un giro ad anello, si snoderà tra ampie e lussureggianti distese di coltivazioni investite a cereali, verdi colline sulle quali insistono vigneti ed oliveti, una parte di alta collina boscata nel territorio di San Basilio. Il percorso si articolerà su diversi siti archeologici, diversificati fra loro e alcuni di essi molto antichi e molto interessanti.

COMUNI INTERESSATI: Senorbi, San Basilio, Siurgus Donigala, Suelli.

DURATA 7 ore circa, inclusa la pausa pranzo.

DATI TECNICI: Lunghezza 45,81 km, sviluppo ad anello, dislivello positivo circa 858 m, percorso quasi tutto su sterrato, brevi tratti su asfalto, qualche single track.

CLASSIFICAZIONE: MC/BC (salita/discesa). Consultare la classificazione difficoltà, vedi link allegato: (<https://www.caicagliari.it/cicloescursionismo/scala-difficolta-per-il-cicloescursionismo-in-mtb/>)

DIRETTORI DI ESCURSIONE: Tore Cossu (3497794510) Barbara Urru 3389926454 Sandro Murru (3762390556) ,

RADUNO: Sabato **1.03.2026** ritrovo presso il parcheggio del Centro commerciale di Senorbi alle ore 8.45 https://maps.app.goo.gl/BhgpRg7SD15Wh2B76?g_st=iw

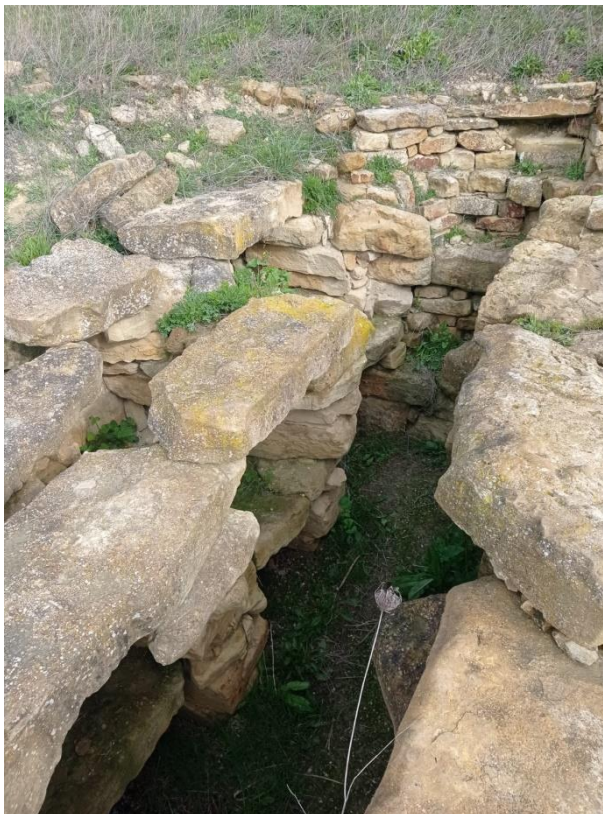
PARTENZA; Partenza ciclo escursione ore 9.00

PRENOTAZIONE: compilazione del modulo mediante il link [escursione.caior.it](https://www.escursione.caior.it) entro le ore 13:00 di venerdì 27.02.2026. L'adesione dei non soci è vincolata al pagamento di una quota assicurativa di euro 8,40 a partecipante, da consegnare in loco prima della partenza (si richiede la quota esatta).

LIMITAZIONI: circa 30 partecipanti, inclusi anche i non soci.

MEZZI E PASTI: si raggiunge il punto di incontro con auto propria. Pranzo e scorta di acqua (almeno 1,5 litri) a cura dei partecipanti.

AVVERTENZE: si consiglia prima dell'escursione un controllo sull'efficienza della bici, freni, pressione pneumatici 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.



EQUIPAGGIAMENTO: obbligatorio l'utilizzo del casco, bici tipo MTB in idonee condizioni, zaino leggero, indumenti adatti al clima, antivento, pompa e una camera d'aria di scorta, scarpe idonee, pantaloni con fondello, guanti da MTB adatti alla stagione. Si consiglia un cambio comodo per il fine escursione da tenere in macchina.

DESCRIZIONE (a cura di Tore Cossu)

Partiti dal Centro Commerciale di Senorbi, ci dirigiamo in direzione Sud in località Monte Luna, dove andremo a visitare un interessantissimo sito archeologico, la Necropoli punica-romana di Monte Luna.

Ripreso il nostro percorso in direzione Est, ci addentriamo nel territorio Comunale di San Basilio, in località Su Lillu, dove andremo a visitare un altro sito archeologico, il Pozzo Sacro Bau Crabas. Riprendiamo con una breve salita su asfalto e una discesa che a tratti si rivela abbastanza tecnica.

Sempre in questa zona si vedrà la possibilità di fare un altro tratto di circa 3 Km, dove si può effettuare un single trek.

Lasciata la zona di San Basilio, attraversiamo il piccolo Borgo di Arixi (frazione di Senorbi).

Subito dopo aver guadato un ruscello quasi in secca, entriamo nel rimboschimento di Suelli che inizia con una salita dolce di circa 1.5 km, in discesa si prosegue con un breve single trek e subito riprendiamo a salire per circa 2 Km con qualche piccolo tratto impegnativo.

Arrivati in località Iossara, svoltiamo a destra e iniziamo una bella discesa di circa 1 km, si risale per circa 150 MT e subito iniziamo un bel single trek davvero divertente.

Continuiamo il tragitto e arriviamo a Su Nuraxi nel piccolo Borgo di Sisini nel Comune di Senorbi. Visitato Su Nuraxi, seguiamo affrontando una serie di saliscendi sino ad arrivare in località San Giorgio, dove facciamo una sosta alla Fonte di San Giorgio.

Un po' di curiosità mitologica/religiosa a proposito di San Giorgio: si dice che il Vescovo di Suelli (poi diventato appunto San Giorgio) con competenze anche in Barbagia e Ogliastra, per sopperire a carenze idriche di una parte del territorio della Trexenta molto secco, avrebbe fatto scaturire l'acqua in quel sito oggi chiamato Fonte di San Giorgio. Si dice anche che il Vescovo avrebbe fatto un altro miracolo in un'altra zona di sua competenza (appunto l'Ogliastra), dove nella zona di Cabu de Utturu (territorio di Osini), non essendoci un passaggio transitabile di collegamento per gli altri paesi, avrebbe aperto un grande varco nella montagna (oggi chiamato valico della Scala di San Giorgio) che collegava appunto le zone tra Pizzu 'e Taccu e la grande vallata del Rio Pardu.

Proseguendo nel nostro percorso, arriviamo ad un Nuraghe molto conosciuto nella zona e non solo, il Nuraghe Piscu.

Visitato questo interessante Nuraghe, ci rechiamo in località Pranu Siara, dove andiamo a visitare le originalissime e antichissime Tombe Megalitiche di Pranu Siara.

Aggirato l'altopiano di Pranu Siara ci dirigiamo a Suelli, visitato il paese e un piccolo parco dov'è situata la chiesa campestre della Vergine Assunta, ci dirigiamo poi verso Senorbi per terminare la nostra ciclo escursione.



Le foto sono di Tore Cossu

Buona ciclo escursione

