

## Escursioni in Supramonte e Gennargentu



---

### Escursione nel Supramonte di Orgosolo

Il **supramonte di Orgosolo** è tra i territori meglio conservati d'Europa. L'escursione porta a conoscere il **Monte S. Giovanni** a 1316 mt di altezza che si erge isolato nel mezzo della foresta millenaria di **Montes**, da dove si può ammirare un paesaggio mozzafiato, che spazia per tutto il **Gennargentu** fino ad arrivare alle più lontane catene del Marghine-Goceano. Una tappa obbligatoria è la visita ai **murales** del paese, testimoni del recente passato del popolo sardo. L'escursione prevede il pranzo tipico offerto dagli amici di **Orgosolo**.

- *Escursione facile, adatta a tutti.*
- *Durata: intera giornata*
- *Periodo consigliato: Primavera e Autunno. Su richiesta anche nei mesi estivi.*

---

### Escursione a Tiscali

In mezzo alla valle di **Lanaittu**, là dove finisce il territorio di **Oliena** e inizia quello Dorgalese, si erge monte **Tiscali**, un piccolo rilievo calcareo, dominato dal massiccio del **Corrasi**, caratterizzato alla sommità da una depressione di natura carsica. All'interno della dolina tra una vegetazione di straordinaria importanza, sono conservati i resti di un villaggio, edificato probabilmente in periodo tardo nuragico. Si attraversa la valle con i fuoristrada fino alla base del monte per poi proseguire a piedi lungo un panoramico sentiero che porta fino alla dolina. Si consuma il pasto al sacco a base di prodotti locali per poi scendere lungo lo stesso sentiero. Al rientro è possibile visitare la grotta si **Sa Oche** e la risorgiva de **Su Gologone**.

- *Escursione di difficoltà media.*
- *Durata: intera giornata*
- *Periodo consigliato: primavera e autunno. Su richiesta anche nei mesi estivi.*

---

### Escursione alla gola di Gorropu

**Gorropu** è un enorme gola le cui pareti superano i 400 mt di altezza, confine naturale tra il **Supramonte di Orgosolo** e quello di **Urzulei**, viene definito il canyon più alto d'Europa. **L'escursione** a piedi inizia dopo i 6 km circa di strada sterrata da effettuare in Land Rover, si scende lungo un sentiero (30 minuti circa) attraversando un fitto boschetto di lecci e corbezzoli per poi raggiungere l'inizio della gola, da qui si percorre l'alveo abbandonato del Flumineddu che nel corso dei millenni ha scavato il canyon. L'escursione aumenta di difficoltà nel tratto finale della gola. Dopo aver visitato la gola si ritorna al fuoristrada dopo una salita di 45 minuti circa, al termine della quale si consumerà uno spuntino a base di prodotti tipici.

- *Escursione di difficoltà medio/alta.*
  - *Durata: intera giornata*
  - *Periodo consigliato: primavera e autunno. Su richiesta anche nei mesi estivi.*
-

## Escursione a Punta Lamarmora

---

**Punta La Marmora**, si trova in territorio di Arzana a 1834 m. s.l.m.; è la vetta più alta della **Sardegna**. Una volta in cima si può godere, qualora la giornata lo permetta, di una vista spettacolare, si può dire di stare sul tetto dell'isola e di avere tutto sotto i propri piedi. La vista spazia dalle vicine vallate di Girgini al tacco maestoso di Perda Liana, dal **Supramonte** alla catena del Marghine e del Goceano, ma si potranno scorgere in lontananza anche i Sette Fratelli nell'estremo Sud e i monti del Limbara a Nord. L'ascesa può avvenire da più versanti: Fonni, Desulo, Arzana o Villagrande.

Quello scelto dalla Cooperativa Esedra parte dal rifugio di S'Arena, in territorio di Desulo, proseguendo in fuoristrada lungo la carrareccia si raggiunge l'inizio del sentiero, inizialmente in salita (30 minuti circa), per poi proseguire lungo il fianco della montagna in un facile saliscendi fino a **S'arcu 'e Gennargentu** (60 minuti circa). Da qui inizia la parte più dura della salita verso Perdas Capias, antico nome di Punta La Marmora, (dai 40 ai 60 minuti circa), ma la fatica viene del tutto ripagata una volta in cima alla...Sardegna!!!

- *Escursione di difficoltà medio/alta.*
- *Durata: intera giornata*
- *Periodo consigliato: primavera e autunno.*

**Per info: 347 9481337 o esedraescursioni@libero.it**