CAPOTRAIL A.S.D.

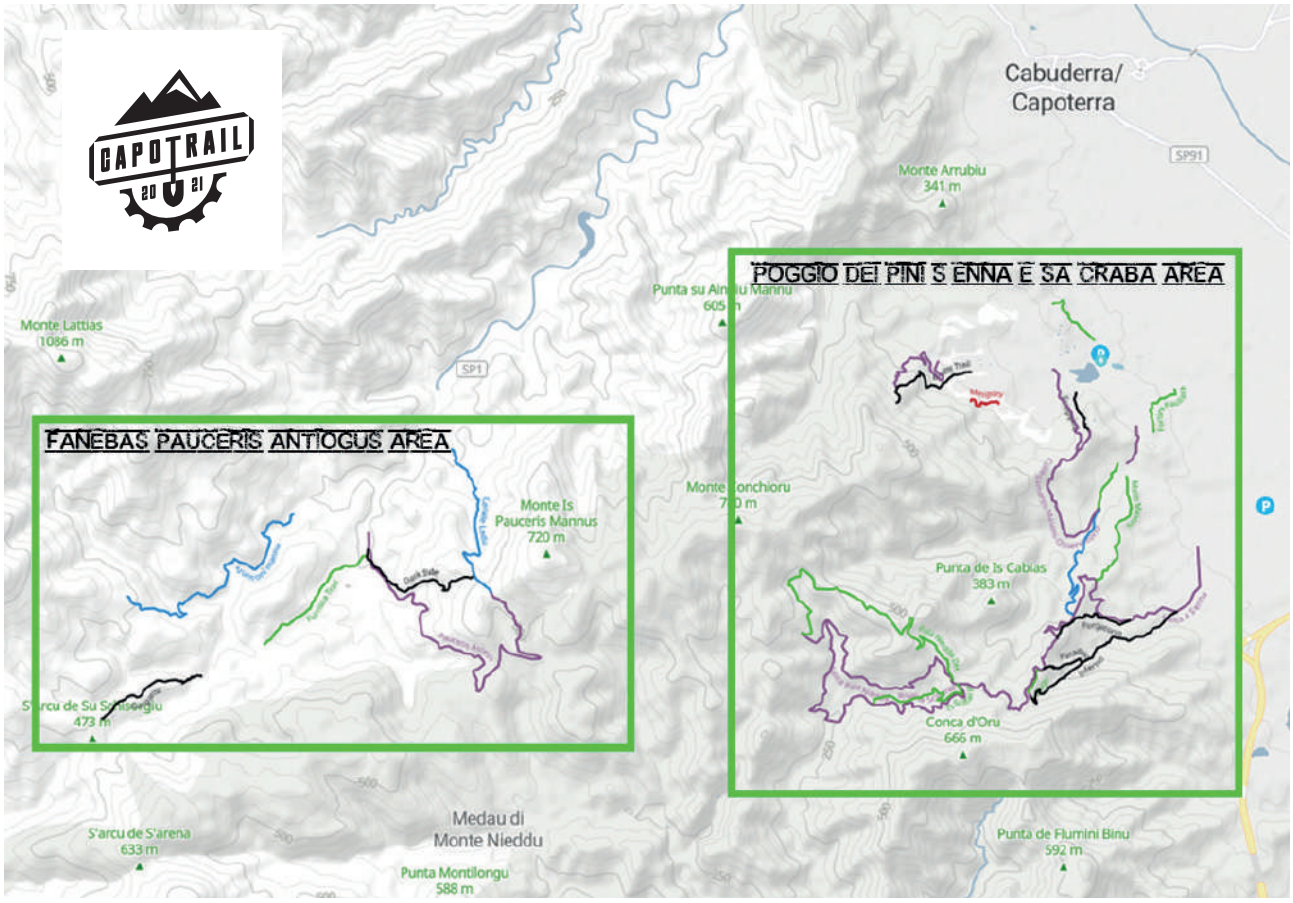
NUOVI PERCORSI E NUOVE PROSPETTIVE
DI SVILUPPO SPORTIVO

CHI SIAMO

Siamo un gruppo di amici in gran parte abitanti di Capoterra che, sotto la spinta della passione per la **mountain bike** e le attività outdoor, nel 2021 hanno deciso di creare un'associazione sportiva dilettantistica.
Ma siamo anche tutti i numerosi ragazzi volontari che negli anni hanno contribuito a valorizzare una rete sentieristica che ben si presta alla pratica della disciplina che amiamo (e non solo) mettendo a disposizione il proprio tempo libero e le proprie risorse.
Amiamo il connubio tra sport e natura e crediamo fortemente nella valorizzazione del nostro territorio affinché diventi sempre più conosciuto, apprezzato e fruibile non solo per chi pratica la **mountain bike**, ma per tutti gli amanti delle attività all'aria aperta.
La nostra mission è crescere come appassionati, sportivi e professionisti, ma soprattutto far conoscere le nostre montagne e i loro bellissimi paesaggi, attraverso un costante lavoro di sistemazione della rete sentieristica.

DOVE LAVORIAMO

Dal 2016, spinti dalla passione per la mountain bike e per il nostro territorio, abbiamo reso sicuri e percorribili diversi sentieri già "esistenti" e ne abbiamo recuperato altri ormai chiusi e dimenticati. La nostra "casa" sono i monti che si estendono a sud di Poggio dei Pini, l'area intorno a S'Enna 'e sa Craba e i sentieri che si snodano tra Is Fanebas, Monte Is Pauceris Mannus e Is Antiogus, dove in questi ultimi anni abbiamo dedicato la maggior parte del nostro lavoro di mantenimento dei percorsi sentieristici.



PASSATO, PRESENTE E VISIONE FUTURA

Nel tempo, intorno a queste aree, abbiamo creato una fitta rete sentieristica che per varietà di paesaggi, tipologia del territorio, vicinanza tra i vari sentieri e diversi gradi di difficoltà dei percorsi, può essere considerata di grande rilevanza per la pratica della mountain bike in Sardegna. Il tutto impreziosito dalla vicinanza con la città di Cagliari.
Nel 2016, quando abbiamo iniziato, esistevano solamente tre sentieri difficilmente praticabili. Ad oggi, nel territorio capoterrese se ne contano circa venti.

Anche il "traffico" di appassionati sportivi, curiosi e turisti si è moltiplicato a vista d'occhio man mano che i sentieri nuovi venivano "inaugurati", e si è passati da una frequentazione settimanale di qualche sporadico sportivo, ad un incremento di ciclisti in costante aumento.
Per dare un numero un po' più significativo, in questi anni abbiamo aperto, pulito e tenuto in buono stato circa 35 km di sentieri.

Inoltre, con questa attività, contribuiamo alla pulizia del territorio dai rifiuti e questo è uno degli aspetti che ci inorgoglisce maggiormente.
Attualmente, nel periodo "fresco", tra l'autunno e la primavera, ci armiamo di attrezzi e organizziamo settimanalmente giornate dedicate alla sistemazione di sentieri già esistenti e al recupero di "nuovi"(sfruttando vecchie mulattiere e camminamenti), il tutto nel rispetto della natura che li e ci accoglie.

Gli ingredienti principali della nostra associazione si combinano sia nel nome che nel logo da noi scelto:
Il nome **CAPOTRAIL** infatti è l'unione di CAPOTERRA + TRAIL (sentiero). Il logo è formato dall'insieme degli attrezzi di lavoro sui sentieri, i monti di Capoterra sullo sfondo e la corona di trasmissione di una bicicletta.

Proprio sul territorio di Capoterra e la pratica della mountain bike si basano le nostre ambizioni e gran parte dei nostri progetti, poiché riteniamo che le potenzialità turistico/lavorative della bicicletta, unite ad altre importanti attività sportive come il trekking, la corsa in montagna, l'arrampicata, ecc, contribuiscano a creare un ventaglio di proposte in grado di soddisfare diverse categorie di sportivi e appassionati di outdoor.

Per la realizzazione dei nostri obiettivi, negli ultimi anni abbiamo investito parte del nostro tempo e delle nostre risorse sulla formazione, partecipando a:

- corsi organizzati da IMBA - International Mountain Bicycling Association (ente unico di formazione riconosciuto a livello mondiale), per l'apprendimento delle tecniche di creazione/costruzione/manutenzione di un sentiero;
- attività di guide di mountain bike e bici da strada;
- attività di guide/istruttori di kayak.

E tanti altri sono i corsi specifici che faremo nell' immediato futuro per diventare professionisti del settore e un punto di riferimento del turismo sportivo in Sardegna.

Come associazione abbiamo aperto il sito web www.capotrail.it, aggiornato in tempo reale e completo di tutte le nostre iniziative, e le pagine ufficiali sulle piattaforme social (Facebook e Instagram), in costante crescita sia in termini di follower che di visualizzazioni.
Attraverso il web e il suo enorme potenziale ci proponiamo di creare un movimento di interesse che possa incuriosire e attrarre quante più persone possibili, dal resto d'Italia e oltre, soprattutto nel periodo autunnale, invernale e primaverile che meglio si presta agli sport in bicicletta.

GLI OBBIETTIVI DI A.S.D. CAPOTRAIL

Grazie alla costituzione dell' a.s.d. CAPOTRAIL stiamo programmando eventi di carattere aggregativo:

- escursioni in bicicletta per tutti i livelli;
- escursioni a piedi;
- percorsi di trail running
- corsi di tecnica e di guida in mtb

Già nel maggio del 2022 abbiamo organizzato il nostro primo "**Enduro Day**" che ha visto la partecipazione di oltre 100 sportivi arrivati da tutta la Sardegna, con qualche presenza dal Nord Italia.
Per l'anno 2023 prevediamo di riproporre lo stesso evento e, forti dell'esperienza passata, aumentare la qualità della proposta e il numero di adesioni.
Con le nostre iniziative, inoltre, creiamo rapporti di collaborazione e reciprocità con i professionisti del territorio che operano in settori diversi, come la ristorazione. Ogni iniziativa infatti si conclude con un pranzo collettivo molto apprezzato da tutti i partecipanti e momento di forte socialità.
Per quanto riguarda gli eventi di carattere agonistico, per la primavera del 2023 stiamo programmando la partecipazione al campionato sardo di Enduro in mountain bike e e-bike (che ci vede tra gli ideatori ed organizzatori).

Avvenimento, questo, che richiama centinaia di persone sul nostro territorio e che contribuisce a favorire un movimento economico importante per le attività del paese come bar, ristoranti, b&b, hotel, ecc, nei giorni e nelle settimane precedenti all'evento.
Per quanto riguarda l'uso dell' e-bike, ci preme sottolineare che, vista l'importanza e l'enorme successo riscosso, è un nostro intento puntare sul mezzo a pedalata assistita che permette di raggiungere sentieri anche a persone meno allenate.

Tra i nostri programmi futuri vi è anche la realizzazione del progetto Sardinia Enduro Experience, strutturato su una triplice esperienza di tipo sportivo, gastronomico e culturale, da pro-

porre ai tanti turisti Europei che vengono in Sardegna, per far conoscere la nostra isola "oltre le spiagge", e coinvolgere le aziende capoterresi.

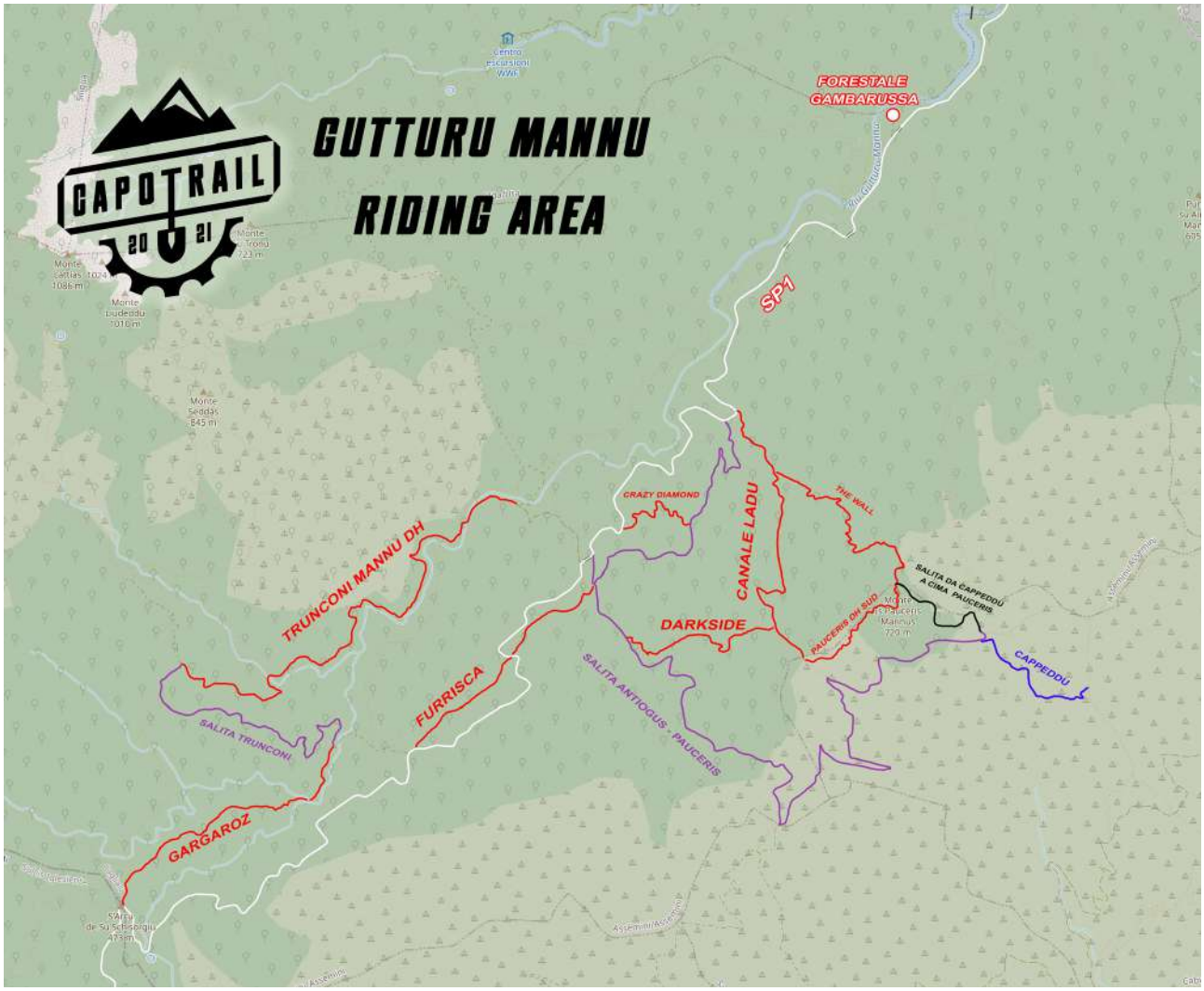
Un'ulteriore sostanziale miglioramento all'offerta turistico-sportiva è la collaborazione con la cooperativa di Poggio dei Pini e la costruzione di una pista **Pump Track** in un terreno idoneo, messo da loro gratuitamente a disposizione.
Una pista Pump Track è un circuito fatto di salite, discese e curve spondate.

Tali strutture sono ampiamente utilizzate in tutta Italia e nel resto del mondo in quanto universalmente riconosciute come strumento che permette lo sviluppo delle abilità necessarie per la conduzione della mountain bike in sicurezza nei sentieri.
Oltre ad essere una forte attrattiva per gli sportivi, completano l'offerta di servizi per le bici di ogni genere. La costruzione di un Pump Track può dare l'avvio per la fondazione di una scuola per bambini adolescenti e adulti.

Per quanto riguarda l'evoluzione sentieristica attuale, tramite autorizzazioni e aiuti degli enti preposti e dei proprietari dei terreni della zona, vorremo venisse posizionata una precisa cartellonistica che indichi per ogni sentiero e/o percorso i dati di lunghezza, altimetria, dislivello e difficoltà, e sia d'aiuto per tutti i fruitori della montagna. Inoltre, particolarmente utile sarebbe la sistemazione di cartelli di divieto di transito alle moto, che con il loro passaggio non consentito, rischiano di vanificare mesi di lavoro e sacrifici fatti.

UN PROGETTO PER IL PARCO DI GUTTURU MANNU

L'associazione sportiva CAPOTRAIL ha come obiettivo quello di creare un'unica ed estesa "trail area" che comprenda e colleghi, senza soluzione di continuità, i sentieri intorno a S'Enna 'e sa Craba con quelli all'interno del Parco di Gutturu Mannu nelle zone di:



- Is Fanebas
- Is Pauceris con il Monte Is Pauceris Mannus
- Gambarussa
- Is Antiogus.

Per poter mettere in comunicazione le due aree, è necessario il ripristino di alcuni dei percorsi presenti nella mappa. Nello specifico:

- apertura della salita da "Capeddu" alla cima di Monte "Is Pauceris Mannus"; attualmente è presente una traccia di camminamento non segnalata sulle mappe. La sistemazione di tale sentiero sarebbe strategica per il collegamento di Capeddu, linea fondamentale di collegamento tra il versante di S'Enna 'e Sa Craba e la zona di Is Pauceris. Questo diventerebbe

un punto di snodo dal quale far partire altri due sentieri, “The Wall” e “Pauceris DH Sud”, indicati in rosso sulla mappa.

- ripristino: Canale Ladu, Dark Side, Crazy Dimond, Furrisca, Gargaroz, e Trunconi Mannu, anch’essi indicati in rosso sulla mappa.

Per la realizzazione del progetto è di fondamentale importanza la stretta collaborazione con l’Ente Parco e Forestas, sia per quanto riguarda i permessi necessari alle attività richiamate, e sia per la messa in campo di un supporto operativo con il personale Forestas nelle giornate di lavoro sui sentieri.
Inoltre, si vuole sottolineare come la fruizione della rete sentieristica passi obbligatoriamente per una periodica attività di sistemazione dei camminamenti, mulattiere e vecchie strade carrarecce. Già in passato si è potuto constatare che, in seguito al riordino di sentieri abbandonati, il numero dei frequentatori sia cresciuto notevolmente nel corso del tempo. “Canale Ladu” è un esempio rappresentativo di quanto sperimentato “sul terreno”.

ESEMPI DI TURISMO SPORTIVO VINCENTE

Nell'ultimo decennio il turismo sportivo legato alla mountain bike ed al trekking ha avuto una crescita esponenziale.
L'esempio più significativo viene dal nord Italia con le località sede di comprensori sciistici che grazie alla possibilità di sfruttare gli impianti di risalita (seggiovie e cabinovie), hanno fortemente investito nella costruzione di Bike Park con percorsi specifici per mountain bike ed escursionisti.
Tutto ciò ha portato ad un incremento notevole delle presenze nel periodo estivo.
Tra le località "pioniere" citiamo come esempio Livigno e Fai della Paganella che in pochi anni hanno visto aumentare i propri frequentatori, fino a raggiungere il boom di presenze proprio nei mesi estivi grazie agli appassionati di mountain bike.
Per avere un esempio concreto riportiamo un interessante articolo che descrive l'evoluzione degli ultimi 10 anni in una di queste località: https://www.mtb-mag.com/il-dolomiti-paganella-bike-park-compie-10-anni/

Con le dovute proporzioni, crediamo che in Sardegna esistano i presupposti per poter riproporre simili modelli, potendo contare su un clima particolarmente favorevole nei mesi che vanno da Ottobre a Maggio, periodo dell'anno in cui nel resto del nord Italia ed d'Europa è più difficile o meno piacevole allenarsi in mountain bike per via dei climi più rigidi.

Riportiamo di seguito altri esempi di turismo vincente sportivo in varie località europee, tra cui Madeira e Finale Ligure.

Finale Ligure
1996 – primo "bike hotel" l'albergo Florenz
1997 – Blu Bike Cup, finale della manifestazione Valtellina Bike e conseguente adesione al progetto IMBA.
1998 – Finalissima AIGOR alla quale partecipano gli atleti tedeschi Ernst Hutmacher e Thomas Frischknecht. Esposizione sulla rivista tedesca Bike.
2000 – Uscita DVD Finale Bike Factor.
2005 – Progetto Riviera dell'Outdoor per Piano Sviluppo Locale. Avvio corsi per lo sviluppo dei Trail

2008 Finale Super Enduro e Enduro World Series. 600 concorrenti e 80 giornalisti.
Oggi – 340.000 presenze straniere annue

Fonte: Savonanews.it - Finale Ligure, parla Carlini: "Ora vi racconto io oltre vent'anni di turismo outdoor", Alberto Sgarlato, 2018

Madeira
Vecchio detto riguardo al turismo di Madeira: "A place for the newly wed or the nearly dead" ovvero un posto per sposini o pensionati.
2013 – Fondazione di Freeride Madeira per la promozione della MTB nell'isola
2017 – Enduro World Series. Esposizione mondiale del potenziale dell'isola
2018 e anni a seguire – Trans Madeira, evento di 120 partecipanti da 30 nazioni

Fonti: mpora.com - Mountain Biking in Madeira | We Had the Adventure of a Lifetime on an Island Filled With Old People, Stuart Kenny, 2016
freeridemadeira.com - Trans Madeira: Opening minds and working toge

Tweed Valley, Scozia
2001 – Avvio del progetto Seven Stanes, Sviluppo di una rete di sentieri ciclistici integrata con bar, centri visita, escursioni guidate e "adventure park".
2009/10 – Censite 300.000 visite (75% legate alla MTB) spesa media procapite stimata: €140 stima economia avviata: €42.000.000
2012 – Developing Mountain Biking in Scotland dimostra con uno studio che il turismo legato alla MTB produce £119mln e 3479 posti di lavoro.

Fonte: imba-italia.org - I Benefici Economici del Turismo in Mountain bike, 2015

CONCLUSIONI

Con le considerazioni fin qui esposte, vogliamo ribadire la ferma convinzione che lo sviluppo del turismo sportivo in un territorio come quello di Capoterra, che ben si presta alla realizzazione di progetti mirati ed eventi di richiamo, possa favorire la crescita di un'intera comunità. Desideriamo realizzare i nostri propositi attraverso un dialogo proficuo con le istituzioni ed enti locali (Comune, Ente FORESTAS, imprenditori, attività della zona) convinti che solo nella collaborazione possano essere avviate e concretizzate le azioni necessarie affinché la Sardegna entri nel circuito delle realtà virtuose per la mountain bike presenti sul territorio nazionale ed Europeo.

Non solo, crediamo che le montagne e i sentieri capoterresi siano un patrimonio da difendere e preservare per le nuove generazioni, certi che le buone idee unite alle buone pratiche possano fare la differenza, per guardare al territorio con nuovi occhi, ma nel rispetto della sua storia e della sua unicità.

Il team di CAPOTRAIL

CAPOTRAIL 2021

A seguire alcuni link di articoli di approfondimento:

- https://www.imba-italia.org/i-benefici-economici-del-turismo-in-mountain-bike/#.YVHeU-X3ONPa
- https://www.savonanews.it/2018/12/14/leggi-notizia/argomenti/attualit/articolo/finale-ligure-parla-carlini-ora-vi-racconto-io-oltre-ventanni-di-turismo-outdoor.html
- https://www.mtbcult.it/news/i-numeri-parlano-chiaro-ciclismo-e-mtb-tra-gli-sport-piu-amati/
- https://freeridemadeira.com/trans-madeira-opening-minds-and-working-together/
- https://mpora.com/travel/madeira-adventure/
- https://viaggi.corriere.it/eventi/cards/cicloturismo-in-italia-dati-le-regioni-piu-amate-dai-ciclisti-e-le-reti-ciclabili/
- https://www.imba-italia.org/i-benefici-economici-del-turismo-in-mountain-bike/#.YVHeU-X3ONPa
- https://viaggi.corriere.it/itinerari-e-luoghi/isola-elba-paradiso-mountain-bike-mondiali-mtb-2021/
- https://www.toscana-notizie.it/-/presentato-il-mondiale-elbano-mtb-giani-orgoglio-si-che-la-toscana-sia-una-vetrina-per-lo-sport-
- https://www.svsport.it/2019/08/02/leggi-notizia/argomenti/altri-sport-1/articolo/corsorzio-del-finalese-i-dati-sulloutdoor-sono-il-punto-di-partenza-verso-una-migliore-strutturaz-1.html
- https://www.pianetamountainbike.it/rubriche/60064-news/63567-for-you-card-e-il-nostro-turno-di-far-del-bene-alla-finale-outdoor-region
- https://www.balestrinoviaggi.com/quali-limiti-delloutdoor-il-convegno-del-cai-a-finale-ligure/672/

CONTATTI

www.capotrail.it
capotrailasd@gmail.com

Andrea (referente)
+39 3311987553

Stefano (presidente)
+39 3408533801