



Club Alpino Italiano Sezione di Ivrea

Trekking Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano (7 notti / 8 giorni – da sabato 3 settembre a sabato 10 settembre 2022)

Il **Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano**, una lunga lingua di terra dove si coniugano le bellezze del mare con la maestosità della montagna, uno dei più estesi e completi, per posizione geografica e distribuzione antropica, rappresenta un unicum nel panorama dei Parchi d'Italia, tanto da essere stato riconosciuto **patrimonio dell'umanità** dall'Unesco.

Il Cilento e Vallo di Diano sono costituiti da un eterogeneo intreccio di ecosistemi in cui la natura a tratti è praticamente incontaminata ed in altri è stata plasmata dall'uomo che, sin dal Paleolitico, dimora in questo territorio. E' per questo che, fin dalla sua istituzione, avvenuta nel 1991, il Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano è apparso come una sub-regione con caratteristiche del tutto peculiari sia per la sua estensione, sia per la molteplicità di ambienti che lo contraddistinguono. E' stato infatti definito il Parco che va "dal corallo al faggio", intendendo con questo che al suo interno sono presenti tutti gli ecosistemi che si susseguono dall'ambiente marino mediterraneo all'ambiente montano propriamente detto passando attraverso ambienti costieri e dunali, fluviali e di foce, di pianura e collinari. Ecco quindi che questo territorio assume le sembianze di un grande libro vivente scritto dalla natura e dall'uomo nel corso dei milioni di anni che hanno determinato la conformazione e l'aspetto che noi oggi conosciamo e che lo hanno fatto assurgere a Parco Nazionale, Patrimonio dell'UNESCO e Riserva di Biosfera.

Alle straordinarie caratteristiche naturalistiche, dovute alla notevole eterogeneità del territorio, si affiancano il carattere mitico e misterioso di questa terra ricca di storia e cultura: il richiamo della ninfa Leucosia, le spiagge dove i destini di Enea e Palinuro si sono separati, i resti delle colonie greche di Elea/Velia e Paestum, la splendida Certosa di Padula. Abbiamo concentrato in questa settimana di trekking i luoghi più belli che hanno mantenuto dal punto di vista naturalistico e culturale un'autenticità del territorio cilentano.

Scheda tecnica

Regione: Campania

Provincia: Salerno

Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano

Durata: 8 giorni / 7 notti

Soggiorno: Agriturismo, hotel

Programma del trekking

Programma giornaliero

GIORNO 1 (3 settembre): La certosa di Padula ed il paese fantasma di Roscigno

Arrivo dei partecipanti presso la stazione di Salerno in mattinata e trasferimento a Padula per la visita guidata della Certosa di San Lorenzo, senza dubbio la più grandiosa ed imponente costruita in tutta l'Italia meridionale (patrimonio UNESCO). Pranzo in uno dei più apprezzati ristoranti tipici della zona. In seguito ci sposteremo a Roscigno vecchia, il paese fantasma abbandonato dai suoi abitanti a causa della continua erosione dovuta



Club Alpino Italiano Sezione di Ivrea

alla presenza dell'acqua che scorreva tra i vicoli, nelle vie, nella piazza, penetrando nelle case e danneggiandone le fondamenta. Definita una sorta di "Pompei del 2000", la visita risulterà molto suggestiva con la scenografica piazza e la fontana che, integrati tra alberi secolari, sono prospicienti alla facciata della Chiesa di San Nicola. Questo antico borgo offre quella "immagine da cartolina" tipica del paesaggio cilentano. A proposito di tipicità, con un po' di fortuna avremo modo di incontrare Giuseppe un signore con una lunga barba che reincarna in chiave moderna, l'immagine di una cultura fortemente legata ai valori della ruralità. E' lui l'unico eremita di questo borgo abbandonato ed incantato.

Trasferimento in agriturismo. Tempo libero per il relax in piscina. Cena e pernottamento.

GIORNO 2 (4 settembre): Le grotte di Castelcivita ed il guerriero Antece

Dopo la colazione transfer in minibus a Castelcivita dove visiteremo le grotte conosciute anche come Grotte di Spartaco, per via di una narrazione popolare (plausibile ma non appurata) che vide il gladiatore romano sostare in queste cavità, mentre muoveva la rivolta degli schiavi verso Roma. Con un percorso amatoriale per veri amanti dell'avventura selvaggia, muniti di caschi e torce visiteremo dapprima la parte turistica della grotta per poi continuare a camminare nella zona buia dove vivremo l'esperienza di essere speleologi per un giorno e dove conosceremo le sensazioni del buio, i suoni del silenzio e la meraviglia delle stalattiti, stalagmiti, colonne e piccole pozze d'acqua illuminate dalle sole torce frontali. Sarà un'esperienza emozionante; altamente raccomandata per chi ama l'avventura e la natura nel suo stato primordiale. Al termine di questa visita che ci regalerà tante emozioni primordiali ricco ed abbondante pranzo in ristorante tipico. In seguito trasferimento a Sant'Angelo a Fasanella e visita del borgo e della Chiesa di San Michele Arcangelo (Patrimonio UNESCO). Successivamente con il fresco pomeriggio breve passeggiata di un'ora sul sentiero del Guerriero Antece, una scultura rupestre, anch'esso Patrimonio UNESCO.

Rientro in agriturismo, tempo libero per il relax in piscina e ricca cena con prodotti tipici della tradizione cilentana.

GIORNO 3 (5 settembre): Felitto e le gole del Calore

Dopo la colazione check-out e transfer a Felitto (il paese del 'fusillo cilentano'). Escursione lungo le Gole del fiume Calore, "Fiume Principe" del Parco; uno straordinario patrimonio naturalistico. Percorreremo il tratto tra Felitto e Magliano. Qui il fiume raggiunge l'apice della sua spettacolarità. Spettacoli di inaudita bellezza s'aprono durante il cammino: ambienti selvaggi e incontaminati dalla vegetazione rara, naturale scenografia ricca di colori e profumi con il rumore tonante delle acque da sottofondo. Ci troviamo nel "regno" della lontra, che qui vive indisturbata, libera e protetta. Ma anche la mano dell'uomo ha lasciato una bella testimonianza della sua presenza: i due spettacolari ponti a schiena d'asino. Al termine del trekking pranzo cilentano. Qui nel Cilento i sapori sono quelli antichi di una volta; è qui infatti che è nata la famosa Dieta Mediterranea. Un trionfo ed una gioia per le papille gustative! Qui a Felitto non potranno mancare i fusilli cilentani. Al termine poi trasferimento a Bosco, cittadina completamente distrutta durante i moti cilentani del 1828. La distruzione del borgo è raffigurata in 196 mattonelle di ceramica dipinte dal pittore spagnolo Josè Garcia Ortega, allievo ed amico di Picasso, che amava soggiornare qui.

Check-in in agriturismo con piscina. Cena e pernottamento.

Tipo di percorso: traversata / Lunghezza percorso: 9 Km / Dislivello: -500m / + 280 / Durata: 5h / Difficoltà: E

GIORNO 4 (6 settembre): il mistero del Bussento ed il Marcellino

Dopo la colazione breve transfer a San Giovanni a Piro e inizio del trekking del Marcellino. Questo itinerario consente di visitare uno dei tratti di costa più interessanti del Tirreno: la Costa della Masseta. Alla partenza il

panorama spazia fino alle coste calabro-lucane. Il sentiero è tutto in discesa. Nella prima parte la si effettua su una comoda sterrata, in lieve pendenza. Per quasi tutto il viaggio la vista del mare accompagna il trekker. L'ultimo tratto della discesa, il più impervio, lo si effettua su sentieri appena accennati, da percorrere con attenzione. Lungo il sentiero ammireremo i resti delle antiche torri di guardia costiere e le isolate spiagge della Masseta. Infine, raggiunta la spiaggia del Marcellino, si resta attratti dall'aspra bellezza del canale del Marcellino, con le guglie di pietra e il folto bosco di lecci. Pranzo a sacco nella baia. Rientro in barca al Porto di Scario e transfer alla Cascata Capelli di Venere, luogo di straordinaria bellezza naturalistica. In seguito ci sposteremo a Morigerati per la visita dell'Oasi WWF e ammirare le meravigliose risorgive del Bussento, dove l'omonimo fiume riemerge dopo un percorso sotterraneo, lungo 4 km, che parte da Caselle in Pittari. L'intera Oasi è attrezzata con agevoli percorsi che offrono spunti panoramici dai quali ammirare la straordinaria biodiversità vegetale e animale presente.

Rientro in agriturismo. Cena e pernottamento.

Percorso 1 (Marcellino) Tipo di percorso: traversata / Lunghezza percorso: 5 Km / Dislivello: - 600 / Durata: 3h / Difficoltà: EE

Percorso 2 (Morigerati) Tipo di percorso: anello / Lunghezza percorso: 4 Km / Dislivello: +200/ - 200 / Durata: 2h / Difficoltà: E

GIORNO 5 (7 settembre) Camerota: la spiaggia più bella d'Italia e le grotte marine

Dopo la colazione transfer a Marina di Camerota. Il sentiero che percorreremo oggi è un susseguirsi di ambienti mediterranei, calette incastonate in baie naturali, torri, grotte e soprattutto ad ogni salita lungo i rilievi collinari corrisponde una suggestiva discesa che conduce agli arenili dai fondali di cristallina limpidezza del Pozzallo, di Cala Bianca ed infine di Porto Infreschi spiagge elette nel 2013, "spiaggia più bella d'Italia", concorso web di Legambiente. La Baia degli Infreschi, o Porto degli Infreschi, deve il suo nome alle vicine vene d'acqua dolce gelata che sgorgano in mare. Qui ancora oggi la natura è incontaminata e l'insenatura è Area marina protetta. La spiaggia di sabbia chiara è sovrastata da scogliere rocciose e il mare ha sfumature dal turchese allo smeraldo con fondali sabbiosi e digradanti, ideale per lo snorkeling. Al termine della camminata giro in barca alle meravigliose grotte della costa di Camerota per ammirare da un'altra prospettiva le bellezze di questo angolo di paradiso in terra. Ovviamente saranno d'obbligo diverse soste bagno nelle varie calette. Nel pomeriggio rientro in agriturismo. Cena e pernottamento.

Tipo di percorso: traversata / Lunghezza percorso: 7 Km / Dislivello: +340/ - 300 / Durata: 3h / Difficoltà: E

GIORNO 6 (8 settembre): Capo Palinuro – la costa del mito

Check-out e transfer a Palinuro per una breve passeggiata sul suo meraviglioso promontorio, Il toponimo Palinuro non può non evocare alla mente il mito di Enea. Questo tratto di mare della costa cilentana un tempo incuteva timore agli antichi naviganti che solcavano queste acque a causa di frequenti naufragi dovuti ai repentini cambiamenti atmosferici. Oggi la costa del mito è ancora qui in tutta la sua bellezza. Il sentiero fa godere di paesaggi marini suggestivi e maestosi. Al termine della camminata giro in barca alle grotte marine; un autentico scrigno di natura, dalla Grotta Azzurra, a Cala Fetente, alla Baia del Buon Dormire, all'Arco Naturale. Varie soste per i bagni al mare. In seguito transfer ad Agropoli. Tempo libero per la visita del caratteristico borgo.

Transfer in agriturismo. Check-in, cena e pernottamento.

Tipo di percorso: anello / Lunghezza percorso: 5 Km / Dislivello: +250/ - 250 / Durata: 2h / Difficoltà: E



Club Alpino Italiano Sezione di Ivrea

GIORNO 7 (9 settembre): Sentiero dei Trezeni ed i templi di Paestum

Colazione e trasferimento alla baia di Trentova. Da qui intraprenderemo il sentiero dei Trezeni che ci porterà a Punta Tresino. A metà strada tra Castellabate e Agropoli, Punta Tresino è un piccolo angolo di paradiso dove il Mediterraneo regna sovrano. A seguire visita di Castellabate, celebre per essere stata la location del film "Benvenuti al Sud". In seguito transfer a Paestum e visita guidata dell'area archeologica tra le più importanti d'Italia con i suoi templi dorici straordinariamente conservati. Visitare Paestum è fonte di emozioni indimenticabili. Rimarrete esterrefatti contemplando il tempio di Nettuno, il tempio di Hera ed il tempio di Atena.

Rientro in agriturismo. Cena e pernottamento.

Tipo di percorso: anello / Lunghezza percorso: 6 Km / Dislivello: +200 / Durata: 2h / Difficoltà: E

GIORNO 8 (10 settembre): Prodotti tipici e partenza

Dopo la colazione check-out e trasferimento in uno degli ottimi caseifici della zona di Battipaglia, nota per essere conosciuta come la patria della mozzarella di bufala. Visita al caseificio con possibilità di acquisto. Trasferimento in stazione a Salerno. Saluti e fine dei servizi.

Organizzazione tecnica:

SERAFINO sas Viaggi e Turismo - LECCE IT

P.I. 03207670757- Lic. DPGR 723/97 - C.C.I.A.A.7786/98 - Garanzia Assicurativa UnipolSai Pol. 1/1609/319/103399456

Cosa Portare (indispensabile):

trolley, scarpe da trekking e scarpe riposanti per i momenti di relax; costume da bagno e telo mare; scarpette da scoglio, zainetto da utilizzare durante le escursioni quotidiane; l'indispensabile per il pronto soccorso personale, occhiali da sole, crema solare, bastoncini e borraccia. Si consiglia un abbigliamento leggero con qualche indumento caldo in caso di serate fresche. Munirsi di k-way in caso di (improbabile) pioggia.

Quota individuale:

Euro 940,00 per minimo 17 partecipanti

La quota comprende:

- 7 notti in mezza pensione (acqua e ¼ vino a cena incluso) in agriturismi con piscina ed hotel 4* con piscina fronte mare con servizio sdraio + ombrellone
- transfer con minibus privato per tutta la durata del tour (con autista, carburante e parcheggi inclusi)
- Guida turistica ed escursionistica per tutta la durata del tour
- 3 pranzi in ristorante (vedi giorni 1,2,3)
- 2 escursioni in barca come da programma (vedi giorni 5,6)
- Trasferimento in barca (vedi giorno 4)
- visita guidata con guida turistica autorizzata dalla Regione Campania alla Certosa di Padula e templi di Paestum (vedi giorni 1 e 7)
- organizzazione tecnica del viaggio

La quota non comprende:

- voli o treni

Club Alpino Italiano - Sezione di Ivrea

Via G. Jervis, 8 - 10015 Ivrea (To) - C.F. 84004230011 - P.IVA 08458400010
Tel. 012545065 - e-mail sezione@caivvrea.it - PEC ivrea@pec.cai.it



Club Alpino Italiano Sezione di Ivrea

- 5 pranzi al sacco (vedi giorni 4,5,6,7,8)
- ticket visita speleologica/amatoriale alle grotte di Castelcivita (vedi giorno2)
- biglietti d'entrata a siti turistici, musei ed ove è previsto un ticket d'ingresso
- eventuale supplemento camera singola (previa disponibilità delle strutture)
- tutto quanto non espressamente indicato ne "la quota comprende"

IMPORTANTE

Versare **caparra confirmatoria** di €400 sul c/c dell'agenzia SERAFINO VIAGGI entro il 10 maggio 2022

Dati per il bonifico:

- IBAN IT74F0303216000010000000646
- SWIFT BACRIT21511
- INTESTATARIO SERAFINO SAS
- CAUSALE "Cilento Cai Ivrea"

La prenotazione sarà garantita solo dopo aver provveduto a tale bonifico.

Nota informativa

E facoltà della guida annullare l'escursione in caso di maltempo o di tempo incerto; è obbligatorio l'uso di scarpe da trekking, salvo se non indicato diversamente, ovvero la guida diffida dal partecipare all'escursione, chiunque sia sprovvisto di scarpe da trekking; è facoltà della guida variare il percorso e/o la meta dell'escursione in relazione alle condizioni metereologiche, alla tipologia del gruppo accompagnato o a qualsiasi altra motivazione che la guida reputi valida a giustificare tali variazioni; è cura della guida calibrare l'andatura dell'escursione in base al grado di allenamento del gruppo, anche a discapito del raggiungimento della meta prevista

Il suddetto programma è di proprietà intellettuale di Luigina Geusa.

E' vietato copiarlo, diffonderlo e farne un uso non autorizzato.



Club Alpino Italiano Sezione di Ivrea

Costo complessivo individuale di partecipazione

Euro 1.180,00 (indicativo)

La quota comprende:

- Transfer A/R da Ivrea per l'aeroporto di partenza
- Biglietto viaggio aereo A/R
- Transfer aeroporto di arrivo / Salerno
- Trekking come da programma dell'Agenzia Serafino Viaggi

Si richiede a tutti i partecipanti il versamento di una caparra di **€ 90,00** all'atto dell'iscrizione, con pagamento tramite bonifico intestato alla Sezione Cai di Ivrea, inviando copia del bonifico alla segreteria e al direttore di gita, o direttamente in segreteria alla sera dell'iscrizione (con POS o contanti).

IBAN Sezione di Ivrea: IT68W0326831650053858461820

Segreteria Sezione di Ivrea: segreteria@caiivrea.it

Attenzione

Prima di versare la **caparra confirmatoria** di €400 all'agenzia SERAFINO VIAGGI (entro il 10 maggio 2022) attendere la conferma dell'iscrizione al trekking.

Presentazione del trekking e iscrizioni

Presentazione del trekking:

- **martedì 26 aprile h. 21**, sede CAI di via Jervis 8, Ivrea

Prenotazioni:

- **apertura** martedì 26 aprile - **chiusura** venerdì 6 maggio
- in sede, martedì 26 aprile h. 21, o presso il direttore di gita

Direttore di gita: Pino Cortese mail: pino.cort1955@gmail.com cell.3483143423