

TREKKING TRE GOLFI E CILENTO

Programma

Nel periodo delle vacanze pasquali, dal 7 al 10 Aprile, avrà luogo il trekking "Tre Golfi e Cilento", come da programma qui di seguito indicato. I viaggi e gli spostamenti avverranno in autonomia e con mezzi propri. E' previsto l'alloggio, con trattamento di pernottamento e prima colazione, Venerdì 7 Aprile c/o **Hotel Elisabetta**, Castellammare di Stabia, via Pozzano 18, tel. 0818026072, costo medio 45 euro circa, a persona, al giorno; Sabato 8 e Domenica 9 Aprile a San Giovanni a Piro, loc.Bosco, **B&B Piè d'Ulivo** e **Oikos**, tel.3283115224, costo medio 32 euro circa, a persona, al giorno. Eventuali camere singole o doppie ad uso singolo, se richieste e qualora disponibili, comporteranno necessariamente prezzi superiori.

I soci CAI regolarmente tesserati per l'anno 2023, che intendano partecipare, debbono comunicare la loro adesione, a mezzo messaggio w.a. (referente: **Adriana**, cell.**3487382461**) entro **Sabato 28 Gennaio**. Saranno ammessi a partecipare al trekking i soci richiedenti, nei limiti della disponibilità delle strutture ricettive contattate e comunque nel **numero massimo di 25 persone**, sulla base dell'ordine cronologico delle richieste di partecipazione.

A coloro che faranno richiesta di partecipazione sarà comunicato il termine entro il quale occorrerà procedere al versamento della somma da anticipare per la prenotazione delle strutture ricettive e l'entità della stessa e, successivamente, se necessario, il termine entro cui effettuare il saldo.

Venerdì 7 Aprile

ESCURSIONE NEI MONTI AURUNCI CON PANORAMA SUL GOLFO DI GAETA

-**Lunghezza:** Km 13.

-**Dislivello:** 450 metri in salita e altrettanti in discesa.

-**Durata:** Ore 6, soste comprese, con inizio escursione alle 10 e termine alle 16.

-**Livello difficoltà scala Cai:** E (sentieri agevoli, senza tratti esposti nè ripidi).

-**Descrizione:** Il percorso, con bel panorama sul Golfo di Gaeta, parte dal Rifugio Pornito, 819 mslm, e arriva al picco roccioso dove è posta la grande statua del Cristo Redentore, a quota 1252 mslm, passando per punti panoramici di particolare bellezza, quali la *Madonna della Rupe*, o siti di speciale interesse storico-artistico, come la *Chiesa Rupestre di San Michele*. Dopodichè l'ampio sentiero si immerge in una splendida faggeta con area pic-nic dove è molto gradevole consumare il pranzo al sacco.

Sabato 8 Aprile

ESCURSIONE NELLA PENISOLA SORRENTINA: DAL "SENTIERO DEGLI DEI" AL "SENTIERO DELLA PRAIA", CON PANORAMA SUL GOLFO DI SALERNO

-**Lunghezza:** Km 14.

-**Dislivello:** 700 metri in salita e altrettanti in discesa.

-**Durata:** Ore 7, soste comprese, con inizio escursione alle 9 e termine alle 16.

-**Livello difficoltà scala Cai:** E (percorso senza particolari asperità; brevissimo tratto esposto su un lato, ancorchè sufficientemente largo, circa 1 metro).

-**Descrizione:** L'escursione parte da Bomerano, frazione di Agerola, 630 mslm, segue per circa 2 Km il famosissimo *Sentiero degli Dei*, dopodichè, giunti ad un punto panoramichissimo sul Golfo di Salerno e sulla Penisola Sorrentina, dove è posta una fontanella e da dove lo sguardo spazia sul mare infinito arrivando fino a Punta Campanella e all'Isola di Capri, piega a sinistra per imboccare il *Sentiero della Praia* il quale, sempre con meravigliose vedute sul Golfo, scende tra gli ulivi, fino a Praiano, una delle perle della Penisola Sorrentina. Attraversate le caratteristiche viuzze del paese, si arriva a Marina di Praia dove, nella spiaggia incastonata tra due alte pareti rocciose, consumeremo il pranzo al sacco. Ripreso il cammino e giunti da Praiano alla contigua Vettica Maggiore, risaliremo il bellissimo percorso a gradini di pietra che porta al *Convento di San Domenico*, quota 350 mslm, una magnifica terrazza affacciata sul Golfo di Salerno con vista spettacolare su Positano e gli altri gioielli della costiera meridionale della Penisola Sorrentina. Dal Convento si risale al Sentiero degli Dei, quota 600 mslm, per poi tornare a Bomerano, quota 630 mslm.

Domenica 9 Aprile

ESCURSIONE NEL CILENTO: DAL PIANORO DI CIOLANDREA AL "SENTIERO DEL MARCELLINO" CON PANORAMA SUL GOLFO DI POLICASTRO

-**Lunghezza:** Km 13.

-**Dislivello:** 650 metri in salita e altrettanti in discesa.

-**Durata:** Ore 7, soste comprese, con inizio escursione alle 9,30 e termine alle 16,30.

-**Livello difficoltà scala Cai:** EE (percorso agevole, tranne parte del Sentiero del Marcellino che presenta asperità e ripidità per circa 1 Km sia in discesa, all'andata, che in risalita al ritorno).

-**Descrizione:** L'escursione inizia dal *Santuario di Pietrasanta*, vicino al paese di San Giovanni a Piro, 530 mslm. In breve si raggiunge il crinale sommitale del Monte Paccuma, 603 mslm, e da qui, tra panorami mozzafiato sul mare, si scende al *Pianoro di Ciolandrea*, quota 540 mslm, denominato la "terrazza del Cilento", una vera e propria terrazza naturale con una vista a perdita d'occhio verso il Golfo di Policastro, da dove, nelle giornate limpide, è possibile vedere ben 4 regioni (da qui la definizione di *Belvedere delle quattro regioni*): la Campania nella parte a Sud del Cilento; la Basilicata verso la zona del Cristo di Maratea; la Calabria verso Praia a Mare; la Sicilia, con l'arcipelago delle Eolie e il vulcano Stromboli che risultano visibili, anche se in particolari condizioni di luminosità e visibilità. Oltrepasato il pianoro, il percorso si allontana dal mare la cui vista scompare per qualche Km per riapparire allorchè, giunti ad un bivio, si scende a sinistra sul **Sentiero del Marcellino** il quale, sviluppandosi nella Costa della Masseta, sia in discesa che in risalita, è uno dei più impegnativi del territorio cilentano ma è anche uno dei più belli. Arrivati in fondo al sentiero, sulla bella *Spiaggia del Marcellino*, detta anche *Spiaggia dei Francesi*, è d'obbligo una sosta per il pranzo al sacco. Dopodichè si risale il Sentiero del Marcellino per rifare, al contrario, lo stesso percorso dell'andata, tornando dunque a Ciolandrea e poi al Santuario di Pietrasanta, da dove ha avuto inizio e dove termina l'escursione.

Lunedì 10 Aprile

GIORNATA DI RIENTRO, CON POSSIBILITA' DI EFFETTUARE VISITE TURISTICHE O ESCURSIONI IN AUTONOMIA

Coloro che intendano tornare immediatamente a Gubbio o in altri luoghi di provenienza si metteranno in viaggio dopo la colazione del mattino in modo tale da rientrare a casa nel primo pomeriggio. Chi, prima del rientro, voglia fare una gita turistica avrà un' ampia varietà di scelte tra le diverse località del Cilento e del Golfo di Policastro: dal Parco Archeologico di Paestum alla Baia degli Infreschi di Marina di Camerota, da Palinuro a Rocca Cilento, da Sapri a Maratea, a tante altre. Per coloro che, invece, vogliono effettuare un'altra semplice ma bellissima escursione in autonomia, da soli o raggruppandosi con altri, si suggerisce, la facilissima e comoda ascesa da Maratea centro, 300 mslm, alla sommità del Monte Biagio, quota 623 mslm, dove è posta la colossale statua del Cristo Redentore, alta ben 21 metri e da dove si gode di un meraviglioso panorama sul Golfo di Policastro, dalla parte opposta a quella del Pianoro di Ciolandrea oggetto della escursione del giorno precedente. E' possibile arrivarci seguendo il "Sentiero Religioso al Cristo Redentore", detto anche *Sentiero dei Pellegrini*, molto panoramico e debitamente segnalato da appositi cartelli, che si imbecca nella parte alta di Maratea e conduce al Monte Biagio in circa Km 3,600, con un dislivello di circa 300 metri, percorribili in circa ore 1,30 all'andata, in salita, e ore 1,10 al ritorno, in discesa. Questo sentiero è quello dove ogni anno, nella seconda settimana di Maggio, si svolgono a Maratea le due processioni di San Biagio, allorchè ha luogo la festa di San Biagio, il santo protettore della città. Nell'ambito di tale periodo di celebrazione religiosa, il Giovedì della seconda settimana di Maggio ha luogo una processione attraverso la quale la statua del Santo viene trasportata dalla Basilica Pontificia di San Biagio, posta sulla sommità dell'omonimo monte, non distante dalla statua del Cristo Redentore, alla città di Maratea, mentre la Domenica successiva vi è una processione che si svolge in senso inverso, riconducendo il simulacro del santo nella sua dimora abituale in cima al monte.

AVVERTENZE

- 1) Variazioni al programma potranno essere apportate nel caso di impercorribilità di sentieri o imprevisti di altro genere.
- 2) Ogni altra indicazione relativa agli orari e quant'altro necessario per effettuare il trekking verrà fornita, di volta in volta, dal Direttore di escursione (**Gabriele Silvestri**, cellulare n. **3703160884**) a mezzo apposite comunicazioni effettuate sul Gruppo w.a. ("*Tre Golfi*") che sarà formato per l'occasione e includerà tutti i partecipanti i quali potranno rivolgersi a lui per ulteriori informazioni o spiegazioni.
- 3) **La partecipazione implica l'accettazione senza riserve del Regolamento delle Escursioni della Sezione.**