



Club Alpino Italiano
Sezione di Besana Brianza

Con il patrocinio di



Città di Besana in Brianza

PROGRAMMA PARCO DEL CILENTO VALLO DI DIANO E ALBURNI



27 MAGGIO - 3 GIUGNO 2019

Il **Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano**, secondo parco in Italia per dimensioni, si estende dalla costa tirrenica fino ai piedi dell'appennino campano-lucano, comprendendo le cime degli Alburni, del Cervati e del Gelbison, nonché i contrafforti costieri del M. Bulgheria e del M. Stella.

Alle straordinarie emergenze naturalistiche, dovute alla notevole eterogeneità del territorio, si affiancano il carattere mitico e misterioso di una terra ricca di storia e cultura: il richiamo della ninfa Leucosia, alle spiagge dove Palinuro lasciò Enea, dai resti delle colonie greche di Elea e Paestum, alla splendida Certosa di Padula.

E quanto altro potrete trovare in una terra ancora tutta da scoprire.

Il Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano è un crocevia di numerosi antichi sentieri e rappresenta, lungo l'Appennino meridionale, un'importante nodo nella rete escursionistica nazionale. Camminando lungo gli antichi itinerari che conducono ai luoghi più suggestivi del parco, tra panorami e paesaggi che spaziano dal mare, alla collina e alla montagna, la natura incontaminata di questa area protetta incanta e seduce.

L'Ente Parco, preposto alla tutela ed alla valorizzazione del territorio con particolare riferimento alle sue eccellenze, promuove la pratica dell'escursionismo, inteso come disciplina non competitiva: "Camminare per conoscere e tutelare". Tale approccio, insieme alla creazione di una rete di sentieri percorribili, attua un modello gestionale che consente di valorizzare il territorio protetto dal punto di vista ambientale, economico e sociale, anche mediante la riscoperta del suo immenso patrimonio culturale, in un processo di accrescimento della consapevolezza da parte delle comunità locali. Infine, è un modo per promuovere il trekking, inteso non solo come pratica motoria, ma soprattutto come strumento per scoprire l'ambiente, il territorio e la cultura delle comunità locali, valorizzando il tema del turismo della lentezza di qualità, centrato sull'escursionismo, forma di conoscenza, fruibilità e valorizzazione del territorio.



27 MAGGIO 2019 (lunedì) – Besana - Marina di Camerota

- Ore 4,00** Ritrovo a Besana - piazzale della Stazione Ferroviaria, sistemazione bagagli sull'autobus e partenza
- Ore 8,00 ca.** Sosta a Firenze (km. 350 ca.) per colazione
- Ore 12,30 ca.** Sosta a Frosinone (km. 350 ca.) per pranzo. Ripartenza ore 13,30/14,00 ca.
- Ore 17,00 ca.** Sosta a Padula (km. 250 ca.) – uscita autostrada
- Ore 18,30 ca.** Arrivo a Marina di Camerota (km. 100 ca.)
Aperitivo di benvenuto e assegnazione camere
- Ore 19,30/20,00** Cena e pernottamento



28 MAGGIO 2019 (martedì) – SENTIERO DEGLI INFRESCHI

La costa meridionale è a tratti aspra e selvaggia, ricca di insenature e grotte che raggiunge il suo massimo fascino proprio nel tratto tra Palinuro e Camerota, tanto da attrarre turisti da tutto il mondo. Il percorso nasce a Marina di Camerota, nei pressi della grotta di Lentiscelle, e conduce fino a Porto Infreschi, passando attraverso la rigogliosa macchia mediterranea. Il primo breve tratto è asfaltato per lasciar posto poi alla strada sterrata che conduce verso Cala del Pozzallo. Dopo il vallone e una breve salita si arriva a Cala Bianca, da anni in classifica tra le più belle spiagge d'Italia. Ancora una salita prima dell'ultima discesa che conduce fino al porto naturale di Baia degli Infreschi.

Degustazione in spiaggia.

Rientro in barca con visita alle caratteristiche grotte. Cena e pernottamento.



29 MAGGIO 2019 (mercoledì) – ANELLO DEL MONTE ANTLIA

Attraversando i caratteristici vicoletti del centro storico di Montano Antilia, scenario dei moti rivoluzionari del Cilento del 1828, si giungerà alla Chiesetta della Scala Santa.

L'escursione inizia sul percorso turistico Scala Santa – S. Anna che in circa due ore ci porta sulla vetta del Monte Antilia (1316 m).

Dopo aver goduto del magnifico panorama del monte Antilia che ci permette ad occhio nudo di ammirare tutta la costa calabra ed addirittura le Isole Eolie nelle giornate particolarmente terse, ci si dirige verso l'area pic nic in località Piano Ceraso. Seguendo una vecchia mulattiera si giungerà in un'ora al caratteristico borgo di Laurito dove, prima di far ritorno a Montano Antilia si potranno visitare le tante chiese e palazzi nobiliari.

Degustazione presso Azienda Agricola locale.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.



30 MAGGIO 2019 (giovedì) – VISITA ALLA CITTA' DEI SASSI – MATERA

Matera la Città dei Sassi Patrimonio Mondiale UNESCO

Matera è una città tra le più antiche del mondo il cui territorio custodisce testimonianze di insediamenti umani a partire dal paleolitico e senza interruzioni fino ai nostri giorni. Rappresenta una pagina straordinaria scritta dall'uomo attraverso i millenni di questa lunghissima storia. Matera è la città dei sassi, il nucleo urbano originario, sviluppatosi a partire dalle grotte naturali scavate nella roccia e successivamente modellate in strutture sempre più complesse all'interno di due grandi anfiteatri naturali che sono il Sasso Caveoso e il Sasso Barisano.

Nel 1993 l'UNESCO dichiara i Sassi di Matera Patrimonio Mondiale dell'Umanità

I Sassi di Matera sono il 6° sito in Italia in ordine cronologico, il primo nel meridione. In occasione di questa iscrizione, per la prima volta l'UNESCO utilizza nei criteri e nelle motivazioni il concetto di **Paesaggio Culturale**, che in seguito verrà utilizzato per motivare l'iscrizione di altri siti nel mondo.

Il 17 Ottobre 2014 Matera è stata designata **Capitale Europea della Cultura** per il 2019.

Matera è al centro di un incredibile paesaggio rupestre che conserva un grande patrimonio di cultura e tradizioni, ed è sede di eventi espositivi di grande prestigio nazionale ed internazionale.

Matera è una città dalla storia affascinante e complessa: città di confine, di contrasti, di competizione e fusione tra paesaggi, civiltà, culture, diverse. Dalla civiltà rupestre a quelle di matrice bizantina ed orientale, all'avvento dei Normanni, il sistematico tentativo di riduzione della città rupestre alle regole della cultura della città europea: dal romanico, al rinascimento, al barocco, gli ultimi otto secoli di costruzione e rifinitura della città hanno tentato di plasmare, vincere le naturali resistenze del preesistente habitat rupestre, determinando architetture e sistemazioni urbane di particolare qualità ed originalità.

Oggi, nuovamente nel segno della cultura urbanistica europea, gli aspetti della sfida della riqualificazione, del recupero sostenibile, della riconquista dell'identità perduta sono le attività che hanno riportato alla ribalta questa città unica diventata a ragione patrimonio mondiale dell'umanità. Sulla scorta di questa particolare vicenda storica, Matera offre oggi ai suoi visitatori l'affascinante sensazione di scoprire, sul filo originale della propria cultura, delle proprie emozioni, le tracce, a volte apparentemente umili, a volte colte, di quella competizione che ha a lungo caratterizzato la città.

I Sassi di Matera

L'architettura irripetibile dei Sassi di Matera racconta la capacità dell'uomo di adattarsi perfettamente all'ambiente e al contesto naturale, utilizzando con maestria semplici caratteristiche come la temperatura costante degli ambienti scavati, la calcarenite stessa del banco roccioso per la costruzione delle abitazioni fuori terra e l'utilizzo dei pendii per il controllo delle acque e dei fenomeni meteorici.

La struttura architettonica è costituita da due sistemi, quello immediatamente visibile realizzato con le stratificazioni successive di abitazioni, corti, ballatoi, palazzi, chiese, strade orti e giardini, e quello interno e invisibile a prima vista costituito da cisterne, neviere, grotte cunicoli e sistemi di controllo delle acque, sistemi essenziali per la vita e la ricchezza della comunità.

Degustazione presso Azienda Agricola locale. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.



31 MAGGIO 2019 (venerdì) – SENTIERO DELLA TRAGARA

Nelle gole del Diavolo del Fiume Mingardo con acqua-trekking.

Seguendo la strada che da Marina di Camerota porta a Centola all'altezza del secondo ponte che si incontra, sulla sinistra ha inizio il sentiero che conduce lungo il fiume fino alle gole del Diavolo e al suggestivo e sovrastante borgo medievale di San Severino. L'opera civile più spettacolare che attraversa la valle del Mingardo si trova all'altezza di San Severino: si tratta di un ponte ferroviario ad 8 arcate in mattoni rossi costruito nel 1929 dal regime fascista. Man mano che ci si inoltra lungo il sentiero ci si trova sempre più immersi nella vegetazione arborea fluviale. Il sentiero termina quando le pareti rocciose si fanno man mano più strette e a strapiombo eccoci arrivati alle gole del Diavolo. Guardando in alto a sinistra si scorge il borgo medievale di San Severino. Per raggiungere il borgo bisogna tornare indietro e continuare in direzione Centola e 300 mt dopo il terzo ponte sul fiume, sulla sinistra si trovano le insegne che indicano l'inizio del percorso che conduce a questo suggestivo e affascinante borgo medievale. Il borgo medievale di San Severino è abbarbicato su uno sperone roccioso a ridosso del fiume Mingardo e si affaccia su quella che è conosciuta come Gola del Diavolo. Oggi, oltre ai ruderi delle abitazioni e della chiesa della Madonna degli Angeli (e del suo campanile), rimangono quelli altrettanto affascinanti di un castello. Degustazione presso Azienda Agricola locale.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.



1° GIUGNO 2019 (sabato) – MONTE CERVATI

Il Monte Cervati è alto 1899 metri ed è situato nel Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano e la sua cima si trova nel comune di Sanza, al confine con quello di Piaggine. Ospita una ricca flora composta da faggi, aceri, lecci, ontani, agrifogli e vi trovano casa numerose specie animali come le rane, la salamandrina dagli occhiali, il lupo, il gatto selvatico, il nibbio bruno, il nibbio reale, l'aquila reale, il falco pellegrino, il lanario e il gufo reale. A 1852 m di altezza è ubicato il santuario della Madonna della Neve che attira ogni anno molti pellegrini. Svariati sono i sentieri che permettono di raggiungere la vetta del Cervati: il sentiero AVCA "Alta Via del Cervati e degli Alburni", il sentiero storico Madonna della Neve, oppure tramite una strada sterrata che parte da Sanza e conduce fino alla Cappella di Maria S.S. della Neve. Degustazione presso Azienda Agricola locale.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

2 GIUGNO 2019 (domenica) – VISITA GUIDATA GROTTI DI PERTOSA e CERTOSA DI PADULA

Le **Grotte di Pertosa-Auletta** sono l'unico sito speleologico in Europa dove è possibile navigare su un fiume sotterraneo, addentrandosi verso il cuore della montagna. Il fiume Negro nasce in profondità e vi offre un affascinante e inconsueto viaggio in barca, immersi in un silenzio magico, interrotto soltanto dal fragore degli scrosci della cascata sotterranea. Le grotte si estendono per circa tremila metri nel massiccio dei Monti Alburni, in un percorso ricco di concrezioni, dove stalattiti e stalagmiti decorano ogni spazio con forme, colori e dimensioni diverse, suscitando stupore ed emozione.

La visita guidata prevede un viaggio di oltre un chilometro, con 400 metri da percorrere in barca navigando sul fiume sotterraneo, per giungere alla cascata interna e visitare la Sala del Paradiso, per poi continuare sul ramo settentrionale scoprendo la maestosità della Grande Sala, le particolarità della Sala delle Spugne e il fascino del Braccio delle Meraviglie.

La certosa di S. Lorenzo, anche conosciuta come **certosa di Padula**, è di certo uno dei posti più belli della provincia di Salerno. Lo stile architettonico è quasi prevalentemente barocco, infatti sono davvero poche le tracce trecentesche superstiti. Il complesso conta circa 350 stanze e occupa una superficie di 51.500 metri quadrati di cui 15.000 impegnati solo dal chiostro, tra i più grandi del mondo. La Certosa di San Lorenzo, infatti, grazie alla sua vasta estensione è seconda solo alla Certosa di Grenoble in Francia.

La nascita di Padula risale al IX-X secolo quando, cessate le incursioni saracene, la popolazione che si era rifugiata nelle alture preferì insediarsi sulla collina, in prossimità della via consolare, dove ancora sorge il centro abitato; alla fondazione del sito della Certosa contribuirono i monaci Basiliiani. Il chiostro, costruito a partire dal 1583, si sviluppa su due livelli: in basso, il portico con le celle dei padri; in alto, la galleria finestrata utilizzata per la passeggiata settimanale. Durante questa "uscita" la clausura veniva interrotta e i padri potevano comunicare e pregare insieme. Nel 1998 la certosa è stata dichiarata dall'Unesco Patrimonio dell'Umanità e nel 2002 è stata inserita dalla Regione Campania nel novero dei Grandi Attrattori Culturali.

Degustazione presso Azienda Agricola locale.

Rientro in hotel. Cena e pernottamento.



3 giugno 2019 (lunedì) Marina di Camerota - Besana

Ore 7,00 Colazione (indicativamente) e partenza

Soste lungo il percorso

Ore 22,00 circa arrivo a Besana – Piazzale Stazione FS

Regole per i partecipanti

- L'organizzazione CAI ha la facoltà – a suo insindacabile giudizio – di modificare i programmi, percorsi, ordine di effettuazione delle escursioni, in ogni caso e comunque essenzialmente a causa di avverse condizioni atmosferiche o disposizioni/divieti emanati dalle autorità locali.
- I partecipanti dovranno sempre tenere a portata di mano i numeri di cellulare a cui fare riferimento in caso di necessità. Tali numeri saranno distribuiti in tempo utile a cura dell'organizzazione CAI.
- Per quanto superfluo, si sottolinea la necessità di essere in possesso di documento di identità valido.

Durante il trekking

A causa della mancanza di acqua lungo i percorsi, sarebbe utile portare con se anche qualche bottiglietta di acqua minerale, oltre naturalmente alla fedele borraccia
Normale equipaggiamento escursionistico "a cipolla". Mantella da pioggia, occhiali, cappellino e crema solare obbligatori. Calzature con buona suola, anche per le escursioni costiere. Bastoncini da trekking sempre consigliati.
Costume da bagno e telo mare per gli irriducibili, anche se a maggio l'acqua è ancora fredda.

- VILLAGGIO CALA DI LUNA Via Nazionale - Marina di Camerota (SA)
Tel. 0974932922 - villaggiocaladiluna@gmail.com – www.caladiluna.it
- HOTEL BOLIVAR - Via Bolivar, 52 - Marina di Camerota (SA)
Tel. 0974.932858
- ALBERGO DELFINO – Via Bolivar, 55 - Marina di Camerota (SA)
Tel. 0974932239



Sottosezione Montano Antilia



Buona Vacanza !

