



**In collaborazione con**



**ORGANIZZA**

**DA SABATO 11 A SABATO 18 SETTEMBRE 2021**

## ***Il Trekking nel Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano***

*"Benvenuti al Sud"*

**Durata del Trekking:** 8 giorni / 7 notti.

### **Un parco nella lista del Patrimonio mondiale dell'UNESCO**

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.

L'istituzione dell'Ente Parco risale al 1991 e si estende su una superficie di 178.172 ettari. Per i valori ambientali e culturali che ancora oggi conserva è stato inserito nella lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO. Il Parco del Cilento e del Vallo di Diano è infatti un'opera combinata della Natura e dell'Uomo, essendo il risultato di eventi storici, sociali, economici, artistici e spirituali, e raggiungendo la sua "forma" attuale in associazione e risposta al suo ambiente naturale. È, oggi, un paesaggio vivente che, pur mantenendo un ruolo attivo nella società contemporanea, conserva i caratteri tradizionali che lo hanno generato nell'organizzazione del territorio, nella trama dei percorsi, nella struttura delle coltivazioni e nel sistema degli insediamenti.

Tra le maggiori emergenze naturali del Parco del Cilento, il Monte Cervati con i suoi 1.898 metri, il più alto della Campania. Per questo "primato", geografico, e naturalmente a maggior ragione per i suoi aspetti naturalistici, paesaggistici e forestali, il Cervati, insieme con la zona del Monte Sacro o Gelbison che domina Vallo della Lucania, esteso a comprendere anche la stupenda, prossima regione degli Alburni, del Monte Stella e del Bulgheria, rappresenta un sistema morfologico davvero unico.

La fascia costiera, caratterizzata da due Parchi Marini, quello degli Infreschi e di Santa Maria di Castellabate, ha un aspetto tipicamente mediterraneo, con un succedersi di insenature, piccole

spiagge sabbiose, pareti precipiti e promontori dominati da antiche torri di guardia a difesa dei nuclei urbani interni.

Di particolare interesse naturalistico e scientifico è l'avifauna. E' accertata la presenza dell'aquila reale, della rarissima coturnice e del raro gracchio corallino, specie caratteristica



dell'alta montagna e in diminuzione ovunque. Sono presenti e nidificanti il picchio verde, il picchio rosso maggiore e il rarissimo picchio nero. Interessante è la presenza dello sparviere, rapace tipico degli ecosistemi forestali. Tra i mammiferi sono presenti il cinghiale, la martora, il tasso, la volpe e il raro lupo che rappresentano solo il più visibile effetto di un nuovo e ricco equilibrio ecologico.

Altrettanto importante dal punto di vista fitogeografico è il patrimonio floristico vegetazionale del parco. Le circa tremila specie botaniche presenti si associano in un mosaico di paesaggi vegetali che vanno dalla ricchissima e variegata macchia mediterranea alle pinete costiere di Pino d' Aleppo; dalle leccete ai boschi misti di latifoglie dell'area collinare e pedemontana. Ed ancora più in alto estesi e vetusti boschi di faggio a volte misti a relitti di Abete bianco e Betulla, che trapassano nei tipici pascoli montani appenninici. Le entità più significative sono la Primula palinuri e la Genista cilentina, endemismi puntiformi del Parco. Ad esse si accompagnano numerose e rare entità che caratterizzano i vari habitat presenti in tutto il territorio.

Dal punto di vista dei Beni Culturali il Parco apporta una testimonianza eccezionale sulle tradizioni culturali e la civiltà delle antiche genti mediterranee, attraverso il sistema dei percorsi, degli insediamenti, dei santuari ancora esistenti e delle vestigia archeologiche intatte. E' un esempio eminente della civiltà urbana fin dalle sue prime manifestazioni conserva intatte le strutture e le architetture illustranti il periodo della prima colonizzazione greca in Italia, con la particolarità di esaltare l'incontro della Magna Grecia con le Culture Appenniniche e Mediterranee.

Esso costituisce inoltre un esempio eccezionalmente rappresentativo della cultura medioevale nel sistema degli insediamenti umani e dei modi di utilizzazione dello spazio, cultura stratificatasi su sistemi di percorsi e organizzazione territoriale risalenti alla più alta antichità e alla preistoria, e conservatasi fino ai nostri giorni preservando contemporaneamente i segni straordinari delle originarie e millenarie matrici culturali.



## **Programma:**

*"Quando un forestiero viene al sud piange due volte: quando arriva e quando parte (tratto dal film Benvenuti al Sud)".*

### **1° giorno: Benvenuti al Sud**

Arrivo alla stazione FS di Agropoli. Incontro con la guida e transfert di persone e bagagli a Santa Maria di Castellabate per sistemazione in albergo a conduzione familiare situato a pochi metri dal mare. Cena e pernottamento.

### **2° giorno: Monte Licosa, Punta Licosa e Castellabate**

Prima colazione. Escursione a piedi, con partenza dall'hotel, tra villaggi di pescatori, fattorie e pinete di Pino d'Aleppo: Santa Maria di Castellabate / San Marco di Castellabate/ Monte Licosa (326 m s.l.m.) Punta Licosa (s.l.m.) / Santa Maria di Castellabate. Possibilità di bagno nel mar Tirreno e consumazione del pranzo al sacco in spiaggia. Durata dell'escursione: circa 5 ore. Successivamente rientro in albergo con sosta a Castellabate, uno dei Borghi più belli d'Italia, per visita del caratteristico centro storico in cui sono state girate le riprese del film "Benvenuti al Sud". Cena e pernottamento.

### **3° giorno: Monte Stella e San Mauro Cilento**

Prima colazione. Transfert di 30' da Santa Maria di Castellabate a San Mauro Cilento. Escursione a piedi: San Mauro (mt 560) / vetta del Monte Stella (mt 1120). Bella escursione tra la flora tipica del Parco e panorami mozzafiato che spaziano dalla costiera Amalfitana e dalle catene montuose del parco fino alle Isole Eolie. Sul percorso del ritorno visita ai ruderi del castello longobardo. Tempi escursione: circa 7 ore pause comprese. Dislivelli: 600 mt in salita ed altrettanti in discesa. Al rientro a San Mauro visita al frantoio della Cooperativa Nuovo Cilento che è il primo produttore in Italia dell'Olio di oliva biologico. Successivamente transfert in albergo per cena e pernottamento

### **4° giorno: Paestum, le Grotte dell'Angelo di Pertosa e la Certosa di Padula**

Prima colazione. Transfert di circa 30' a Paestum per visita agli scavi archeologici, ove, tra l'altro, si trovano tre Templi tra i più belli ed integri della Magna Grecia. A seguire proseguimento (60') per Pertosa. Visita alle caratteristiche ed uniche Grotte dell'Angelo con un tragitto che si snoda per circa 3000 metri sotto il massiccio degli Alburni. Il tratto iniziale delle Grotte è invaso dalle acque del fiume Negro, un fiume proveniente dalle più recondite profondità che offre un affascinante ed inconsueto viaggio in barca fino a raggiungere un piccolo approdo dal quale ci si inoltra nelle viscere della terra immersi in un silenzio magico. Successivamente trasferimento a Padula per visita esterna della Certosa di San Lorenzo, la più grande e tra le più famose Certose in Italia. Dopo la visita transfer di circa 60' a Marina di Camerota per sistemazione in villini presso Camping situato vicino al mare (i villini sono composti da 1 o 2 camere da 2 o 3 posti, letti muniti di lenzuola e coperte, asciugamani, w.c. con lavabo, water, bidet, box doccia e phon, spazio antistante coperto, aria condizionata e televisore con ricezione Tivù-Sat). Cena e pernottamento.

### **5° giorno: Monte Bulgheria**

Prima colazione. Transfert di circa 45' a San Giovanni a Piro per escursione a piedi sul Monte Bulgheria (1224 mt). Questa bellissima montagna alpina domina la costa del golfo di Policastro. E' stato territorio organizzato e gestito dal monachesimo basiliano e dai Principi di San Severino. Oltre ai panorami mozzafiato si passerà da un bel bosco di leccio. Sulla vetta i campi di lavanda, timo, elicriso e boschetti di ontani napoletani danno spettacolo!! Durata dell'escursione: circa 7 ore pause comprese. Dislivelli: 690 mt in salita e circa 685 mt in discesa. Rientro a Marina di Camerota per cena e pernottamento.



### **6° giorno: Il promontorio di Capo Palinuro**

Prima colazione. Breve transfer da Marina di Camerota a Palinuro per escursione a piedi nel promontorio di Capo Palinuro, il più famoso e bello del Parco. Oltre a scenari di notevole bellezza si potranno ammirare grotte preistoriche, baie, falesie con tantissimi uccelli e una interessante cava di macine. Dislivelli: circa 200 metri in salita ed altrettanti in discesa. Durata dell'escursione pause comprese: circa 6 ore. Successivamente rientro in barca a Marina di Camerota con visita alle caratteristiche grotte e baie. Cena e pernottamento.

### **7° giorno: Cala Bianca, Cala degli Infreschi e le grotte marine**

Prima colazione. Partenza a piedi per escursione fino a Cala degli Infreschi, spiaggia più bella d'Italia 2014 dal sondaggio di Legambiente "La più bella sei tu". Questa escursione prevede la visita ad uno dei tratti più selvaggi e belli della costa del parco caratterizzata da grotte che hanno visto la presenza dell'uomo preistorico e spiagge, tra cui Cala Bianca spiaggia più bella d'Italia 2013 dal sondaggio di Legambiente "La più bella sei tu", raggiungibili solo a piedi o in barca con scorci panoramici di notevole bellezza. Dislivelli: 350mt in salita ed altrettanti in discesa. Durata dell'escursione: circa 6 ore pause comprese. Rientro a Marina di Camerota in barca, con soste per visita alle grotte marine, per cena e pernottamento.

### **8° giorno: Partenze**

Prima colazione e transfert (30') alla stazione Pisciotta/Palinuro per partenza.

**Cosa Portare (indispensabile):** scarponcini da trekking; zaino anche di tipo scolastico poiché il bagaglio sarà trasportato dall'organizzazione; pronto soccorso personale; borraccia; mantellina e/o ombrello tascabile per eventuale pioggia, costume e quanto necessario per bagni al Mare.

**Quota individuale di partecipazione per i Soci Cai : € 730,00 + viaggio in treno**

**Numero massimo di partecipanti: 24 persone**

**Iscrizioni entro il 30/06/2021 con versamento dell'acconto pari a 200,00 €**

**La quota comprende:** vitto (colazioni, Nr 7 cene a base di prodotti tipici, vino della casa a volontà ed acqua inclusi); alloggio in hotel 3 stelle a Santa Maria di Castellabate e in villini/casette in Camping situato vicino al mare a Marina di Camerota (i villini sono composti da 2 camere con 2 o 3 posti, letti muniti di lenzuola, coperte e asciugamani, e w.c. con lavabo, water, bidet, box doccia e phon, spazio antistante coperto, aria condizionata e televisore con ricezione Tivù-Sat); Guida locale iscritta all'AIGAE; pullman per gli spostamenti previsti nel programma; n° 1 escursione su barcone (solo condizioni del mare permettendo); accompagnatore/guida Naturaliter sempre al seguito; transfer in pullman da /a Milano C.

### **La quota non comprende:**

- ticket ingresso a Monumenti, Scavi, Musei;
- ingresso alle grotte dell'Angelo di Pertosa (facoltativa la visita, circa 12/15,00€ a persona)
  - pranzi al sacco per le escursioni giornaliere;
  - Tasse di soggiorno dove e se eventualmente previste;
  - Assicurazione dei partecipanti.
  - Tutto quanto non espressamente citato alla voce "La quota comprende".

**Per informazioni:** sul programma contattare la sede Cai il mercoledì e venerdì al n. 031-70.55.53 (Flavio) dalle ore 21 alle ore 22,30

**Organizzazione tecnica:** a cura dell'Agenzia Viaggi Naturaliter, iscritta all'elenco agenzie

v  
i  
a  
g  
g  
i