



Dal 18 al 25 giugno 2016

Trekking nel Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni

Accompagnati da

misafumera
trekking nelle terre del sud

PROGRAMMA

1° giorno: Marina di Camerota

Arrivo in aeroporto a Napoli o in stazione ferroviaria a Salerno. Trasferimento in pullman a Marina di Camerota. Sistemazione in hotel. Nel pomeriggio passeggiata delle quattro spiagge che, prendendo il via dall'hotel raggiunge le spiagge e gli scogli verso ovest, in direzione Capo Palinuro. Percorrere questo sentiero nel tardo pomeriggio è come inseguire il sole che tramonta che, sempre più basso all'orizzonte, si tuffa nel mare in un'esplosione di colori. Cena e pernottamento in hotel.

Difficoltà T – Dislivello +100 m. – Durata totale 2 ore

2° giorno: Baia degli Infreschi

Nella mattinata partenza a piedi dall'hotel per attraversare il lungo mare di Marina di Camerota e raggiungere l'imbocco del sentiero sulla spiaggia di Lentiscelle. Il sentiero percorre la costa selvaggia degli Infreschi dal 2009 divenuta Area marina protetta. Privo di strade, costellato di torri medievali e calette azzurre e cristalline, il sentiero attraversa una colorata e profumatissima macchia mediterranea, alternata a coltivazioni di olivi secolari, senza mai togliere lo sguardo al mare. Giunti nello splendido scenario di Baia degli Infreschi sarà possibile fare il bagno. Rientreremo in barca da Baia degli Infreschi a Marina di Camerota visitando tutte le grotte che la costa presenta, dai nomi di antiche leggende. Cena e pernottamento in hotel.

Difficoltà E – Dislivello +200 m. – Durata totale 3.30 ore

3° giorno: Monte Bulgheria

Nella mattinata trasferimento in pullman a San Giovanni a Piro, antico borgo arroccato ai piedi del monte Bulgheria che si affaccia sul golfo di Policastro. Il sentiero prende il via dal borgo e risale la cima del monte attraverso pietraie e un bosco rado di lecci. Il Bulgheria 1225m. è il monte più a sud del Parco del Cilento e insolitamente isolato, ed è per questo motivo che la vista dalla cima è stupefacente, spazia fra le vette principali del Cilento, il mare blu del golfo di Policastro, fino alle alte cime della Basilicata e della Calabria con il massiccio del Pollino. Il sentiero prosegue verso nord-ovest, passando a fianco di un rifugio e scendendo più dolcemente verso il paese di Poderia. Il Rientro in pullman prevederà una tappa al suggestivo borgo medievale di S. Severino, costruito a picco sulle "gole del diavolo" del fiume Mingardo. Il borgo conteso nei secoli da famiglie importanti viene abbandonato circa un secolo fa. Oggi è valorizzato da feste e iniziative estive. Cena e pernottamento in hotel.

Difficoltà E – Dislivello +800 m. – Durata totale 6.30 ore



4° giorno: Grotte di Pertosa e Certosa di Padula

Nella mattinata trasferimento in pullman alle Grotte di Pertosa, unico sito speleologico in Europa dove è possibile navigare un fiume sotterraneo addentrandosi verso il cuore della montagna, immersi in un silenzio magico, interrotto soltanto dal fragore degli scrosci della cascata sotterranea. Le Grotte si estendono per

CAI - SEZIONE DI REGGIO EMILIA

Viale dei Mille 32, Reggio Emilia - Tel. 0522 436685 - attivitasezionali@caireggioemilia.it - www.caireggioemilia.it

Orari di apertura: mercoledì, giovedì, venerdì dalle 18.00 alle 19.30; sabato dalle 17.30 alle 19.00



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. Pranzo in agriturismo. Nel pomeriggio visita della certosa di Padula dichiarata patrimonio dell'umanità dall'Unesco. Si tratta della prima certosa ad esser sorta in Campania e occupando una superficie di 51.500 m², contando su tre chiostrì, un giardino, un cortile ed una chiesa, è di fatto uno dei più sontuosi complessi monumentali barocchi del sud Italia nonché la più grande certosa a livello nazionale e tra le maggiori d'Europa. Rientro in serata a Marina di Camerota. Cena e pernottamento in hotel.

Giornata culturale

5° giorno: Monte Gelbison

Nella mattinata trasferimento in pullman a Novi Velia da cui parte il sentiero per la cima del Monte Gelbison. Si tratta di un antico lastricato che attraversa rigogliosi boschi di castagno e faggio per giungere al Santuario della Madonna posto sulla cima del Monte Gelbison a 1705m. quarta cima del Parco. Dal Santuario la vista, bellissima, spazia a 360° sui monti del Cilento e nelle giornate limpide si possono vedere a sud la Calabria tirrenica e le isole Eolie, e a nord la costiera Amalfitana e il Vesuvio. Rientro in serata a Marina di Camerota.

Cena e pernottamento in hotel.

Difficoltà E – Dislivello +900 m. – Durata totale 6 ore

6° giorno: Capo Palinuro

In mattinata trasferimento in pullman al porto di Capo Palinuro. Dal porto partirà il periplo in barca del Capo con visita delle grotte più suggestive e bagno in mare. Visiteremo, fra le altre, la grotta Azzurra che deve il suo nome e il suo fascino allo spettacolare effetto prodotto dall'azzurro che, provenendo apparentemente dal fondale marino, illumina l'intero ambiente rendendolo irreali e suggestivo. Al rientro pranzo in spiaggia con una degustazione di prodotti tipici cilentani. Dopo essersi ristorati e riposati, nel pomeriggio imboccheremo il sentiero che risale il promontorio di Capo Palinuro, raggiunge il faro e ridiscende al Porto di Palinuro chiudendo un anello, in questo modo potremo godere del paesaggio alla luce dorata del tramonto. Il promontorio unico nella sua forma, che con le sue cinque punte ricorda una grande mano, è costituito da rocce calcaree che scendono a strapiombo sul mare blu e da un'intensa e profumata macchia mediterranea. Rientro in serata a Marina di Camerota. Cena e pernottamento in hotel.

Difficoltà E – Dislivello +300 m. – Durata totale 3 ore

7° giorno: Sant'Antonio-Camerota

In mattinata trasferimento in pullman alla foce del fiume Mingardo da cui si inerpica una sentiero che attraversa un bellissima pineta con alberi secolari. Il sentiero tocca i ruderi del Cenobio di San Cono, monastero basiliano dedicato a S. Iconio e continuando a salire si arriva alla cappella di Sant'Antonio che è uno dei punti più belli e panoramici dell'intera costa fra Marina di Camerota e Palinuro. Il percorso scende poi lentamente verso l'uliveto plurisecolare di Vistieli raggiungendo la cappella della Pietà dalla quale si ammira il panorama del paese medioevale di Camerota con le numerose chiese, il castello, il convento dei cappuccini e le botteghe dei vasai. Dopo la visita al borgo di Camerota, rientro in serata a Marina di Camerota. Cena e pernottamento in hotel.

Difficoltà E – Dislivello +450 m. – Durata totale 5 ore



8° giorno: Paestum

In mattinata trasferimento in pullman a Paestum antica città della Magna Grecia chiamata dai fondatori Poseidonia in onore di Poseidone, ma devotissima a Era e Atena. Considerata dall'Unesco patrimonio dell'umanità, Paestum rimane per l'arte, la natura e gli eventi che la caratterizzano, tra le più belle città della Magna Grecia da visitare e scoprire.

Successivo trasferimento in aeroporto a Napoli o alla stazione ferroviaria di Salerno per la partenza.

Giornata culturale



Scheda informativa

Target: "escursionisti e non" da un minimo di 10 a un massimo di 40 pax.

Le quote di partecipazione comprendono:

- ✓ VIAGGIO ANDATA E RITORNO PER RAGGIUNGERE NAPOLI O SALERNO
- ✓ SISTEMAZIONE IN HOTEL 7 NOTTI A MARINA DI CAMEROTA, IN CAMERE DOPPIE, MATRIMONIALI E TRIPLE;
- ✓ TRATTAMENTO IN MEZZA PENSIONE PER TUTTO IL SOGGIORNO;
- ✓ Bevande comprese per tutte le cene;
- ✓ Pranzo al sacco nei giorni 2°, 3°, 5°, 7° e 8°
- ✓ Degustazione e pranzo in agriturismo nei giorni 4° e 6°;
- ✓ Giro in barca della costa degli Infreschi e di Capo Palinuro nei giorni 2° e 6°;
- ✓ Assistenza di Guide Ambientali Escursionistiche per tutto il trekking;
- ✓ Assistenza di Guide Turistiche il 4° e 8° giorno;
- ✓ TRASFERIMENTI IN PULLMAN DURANTE TUTTO IL TREK, COME DA PROGRAMMA;
- ✓ TRASFERIMENTO A/R DALL'AEROPORTO DI NAPOLI O STAZIONE FERROVIARIA DI SALERNO;
- ✓ ASSICURAZIONE.

Le quote di partecipazione **non** comprendono:

- ✓ SUPPLEMENTO CAMERA SINGOLA € 20 A NOTTE A PERSONA;
- ✓ EXTRA IN GENERE E QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO NELLA QUOTA COMPRENDE.

Prenotazione obbligatoria presso la Sede entro il giorno 15/4/2016 con il versamento di un acconto di 300,00€. Saldo dell'intera quota entro il 15/05/2016.

Possibilità di pagamento tramite bonifico bancario.

COORDINATE BANCARIE:

UNICREDIT BANCA COD. IBAN IT 60 B 02008 12834 000100351632 INTESTATO A CLUB ALPINO ITALIANO SEZ. DI REGGIO EMILIA

| | | |
|----------------------|-----------------|-----------------------------|
| Coordinatori: | Gianna Poli | telef cellulare: 3473843962 |
| | Claudia Ferroni | telef cellulare: 3384472736 |
| | Sergio Morini | telef cellulare: 3338481875 |

N.B. Il programma potrà subire modifiche e variazioni a causa delle condizioni meteorologiche.

La partecipazione comporta la conoscenza integrale e l'accettazione del presente programma e del Regolamento Sezionale disponibile sul sito www.caireggioemilia.it.