



COMITATO REGIONALE CAMPANO.

FIE
 Federazione Italiana Escursionista

PAESTUM
 Azienda Autonoma Soggetta e Tutelata PAESTUM

• PIEDIMONTE • MATESE
 • CASERTA •
 • NAPOLI •
 • S. GIUSEPPE VESUVIANO •
 • CASTELMARE DI STABIA •
 • POSITANO •
 • AGEROLA •
 • SALERNO •
 • PERTOSA •
 • PAESTUM •
 • AGROPOLI •
 • CASTELLABATE •
 • ACCIAROLI •
 • ROFRANO •
 • SASSANO •
 • PALINURO •
 • CAMEROTA •
 • SAPRI •

Mare, Sole... Sentieri
 4° Raduno Nazionale F.I.E. • 29 Maggio - 1 Giugno
PAESTUM 2008

Testi a cura di Pietro Faniglione, Aldo Cinque, Cervero Giovanni, Giuseppe Damiani.
 Impaginazione e grafica: Cervero Giovanni

In occasione del 4° RADUNO NAZIONALE 2008, la F.I.E., il suo Comitato Regionale Campano e l'Azienda Autonoma di Soggiorno e Turismo di Paestum, hanno siglato un accordo di programma per la realizzazione della manifestazione, la quale è rivolta a tutti gli associati della Federazione Italiana Escursionismo.

Il Comitato Regionale Campano curerà l'organizzazione dell'evento avvalendosi della collaborazione delle varie associazioni campane aderenti alla F.I.E. per quanto riguarda lo svolgimento delle tante escursioni che arricchiranno il programma della manifestazione.

Per la sua importanza storico-culturale, per la ricchezza e varietà delle sue strutture ricettive e per la sua posizione centrale rispetto alle varie mete escursionistiche, Paestum è stata scelta come base per il soggiorno dei partecipanti e come luogo ideale in cui svolgere la Festa della F.I.E. del 1° Giugno.

Le escursioni in programma permetteranno ai partecipanti di scoprire come solo passeggiando si può fare i molti valori paesaggistici, naturalistici, storico-artistici e, perché no, enogastronomici del Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano (sia nella sua splendida fascia costiera che nel suo montuoso e verde interland), delle celebri Costiere Amalfitana e Sorrentina e di quei Monti Lattari che ne costituiscono l'ossatura.

Questo opuscolo è stato preparato per offrire ai soci F.I.E. tutte le informazioni necessarie ad orientare le loro scelte, sia per quanto riguarda le soluzioni per il soggiorno che per quanto attiene le escursioni cui aderire.

Nell'isciversi sarà possibile scegliere quali delle escursioni elencate nelle successive pagine da effettuare il 30 e 31 maggio, tenendo anche conto dei propri interessi ed esigenze. Per indicare quale escursione si sceglie di compiere il giorno 30 e quale il giorno 31, si prega di utilizzare i numeri corrispondenti che precedono i percorsi.

N.B.: Le escursioni saranno confermate al raggiungimento di 30 partecipanti prenotati. In caso di escursioni non confermate per carenza di adesioni, coloro che le avevano prenotate saranno informati con ampio anticipo rispetto all'inizio del raduno, in modo da poter esprimere altre preferenze. Analoghi spostamenti da una escursione all'altra potranno essere suggeriti dall'Organizzazione per eventuali casi di eccessiva concentrazione di partecipanti su alcuni dei percorsi previsti.

Per una semplificazione organizzativa e per una maggiore fruibilità dei servizi, le prenotazioni dei servizi alberghieri e delle attività escursionistiche devono necessariamente effettuarsi tramite l'Agenzia di viaggi

VERDEBLU TRAVEL

Attiva del lunedì al venerdì, dalle 9,30 alle 13 e dalle 16 alle 20.

Operatore: Marina Schiavo Tel. 0974 904636

Fax 0974 904954 E-mail: info@verdeblutavel.it

Per chiarimenti sul programma del Raduno si potrà contattare il presidente CRC FIE Pietro Fanigione (telefoni 338 3576805 e 0974 843345; indirizzo e-mail: fpietro@osp.it).

Programma generale

29 maggio

Pomeriggio (ore 16.00 -18.00) : Arrivo dei partecipanti e sistemazione presso le strutture ricettive prescelte.

Sera (ore 19,00) : Brindisi di benvenuto nell'area archeologica di Paestum. Rientro in hotel e cena (necessariamente alle ore 20,30)

30 maggio

Mattina presto* : partenze dalle strutture ricettive ove si alloggia verso i luoghi delle escursioni; in autobus proprio o fornito dall'organizzazione.

Metà giornata : pranzo lungo i percorsi (con modalità variabili caso per caso);

Tardo pomeriggio* : Rientro alle strutture ricettive e cena (necessariamente alle ore 20,30)

31 maggio

Mattina presto* : partenze dalle strutture ricettive ove si alloggia verso i luoghi delle escursioni; in autobus proprio o fornito dall'organizzazione.

Metà giornata : pranzo lungo i percorsi (con modalità variabili caso per caso);

Tardo pomeriggio* : Rientro alle strutture ricettive e cena (necessariamente alle ore 20,30)

01 giugno FESTA DELLA FIE a PAESTUM

ore 9,30 : Trekking cittadino Agropoli Paestum

ore 13,30 : Pranzo libero

ore 16,00 : Visita alle rovine ed al Museo archeologico di Paestum;

ore 19,00 : Spettacolo musicale di arrivederci, presso l'area archeologica di Paestum, con premiazioni dei gruppi più numerosi e dei partecipanti che si sono distinti per

ore 21,30 : Cena per tutti presso il centro storico di Paestum

02 giugno

Mattino: Partenza dei gruppi verso casa; PENSANDO GIA' AL 2009!

** Gli orari esatti di partenza dipendono dai luoghi ove si alloggia e saranno comunicati in seguito*

ELENCO ESCURSIONI

Le escursioni in elenco sono state organizzate in modo da proporre ai visitatori un ventaglio di proposte finalizzate a far conoscere alcune tra le più importanti bellezze naturalistiche ed ambientali della Campania. I gruppi di escursionisti potranno scegliere le escursioni in base alle proprie esigenze, potendo selezionare durante il soggiorno almeno due escursioni, tra il Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano e la Costiera Amalfitana e Sorrentina.

Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano

- 1_Escursione “difficoltà E” Il Sentiero delle Orchidee Selvatiche - Monte Cervati - Sassano - Ritorno in serata.
- 2_Escursione “difficoltà EE” Il Sentiero dei due Varchi - Monti Alburni - Sicignano degli Alburni. Ritorno in serata.
- 3_Escursione “difficoltà EE” Il Sentiero Monte Cervati” - Monte Cervati Ritorno in serata.
- 4_Escursione “difficoltà E” Il Sentiero dell'Aquila - Monte Vesole - Trentinara . Ritorno ore 13,00 . Nel pomeriggio sarà possibile visitare aziende agricole
- 5_Escursione “difficoltà E” Il Sentiero delle Fragoline” - Monte Alburni - Petina Ritorno in serata.
- 6_Escursione “difficoltà E” Il Sentiero dei Trezeni P.ta Tresino, Agropoli, Castellabate. Ritorno ore 13.00. Nel pomeriggio sarà possibile visitare aziende agricole
- 7_Escursione “difficoltà E” Il Sentiero della Lontra nelle Gole del fiume Calore” - Felitto Ritorno in serata.
- 8_Escursione “difficoltà E” Il Sentiero delle Sirene - Ogliastro Marina-Santa Maria-Castellabate. Ritorno ore 13.00. Nel pomeriggio sarà possibile visitare aziende agricole
- 9_Escursione “difficoltà E” : Sentiero dell'acqua Affondatore di Vallivona e sorgenti Bussento Ritorno in serata.
- 10_Escursione “difficoltà E” : Sentiero costiero di Baia degli Infreschi - Ritorno in serata.

Costiera Amalfitana e Sorrentina

- 11_Escursione “difficoltà E” Costiera Amalfitana - Il Sentiero degli Dei - Agerola-Positano. Ritorno in serata.
- 12_Escursione “difficoltà E” - Il Sentiero di Punta Campanella (Promontorio Minerva) - S. Agata (Termini) Penisola Sorrentina. non adatta a chi soffre di vertigini Ritorno in serata.
- 13_Escursione “difficoltà E” Costiera Amalfitana - Valle delle Ferriere - Agerola- Amalfi. Ritorno in serata.

Le escursioni prenotate saranno confermate al raggiungimento di 30 partecipanti, in caso di annullamento per non avere raggiunto il numero minimo di iscritti, l'organizzazione avviserà gli interessati con largo anticipo, prima della data di arrivo e in tal caso i suddetti partecipanti saranno abbinati ad altre escursioni in programma

L'organizzazione si riserva di distribuire gli escursionisti in modo uniforme sulle escursioni suddette.

Il Sentiero delle Orchidee Selvatiche Data/esvolgimento: 30 e 31 maggio

La Valle delle Orchidee si trova nel comprensorio del Monte Cervati (cuore naturalistico del Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano). Su una superficie di 47 kmq e lungo un percorso che si sviluppa a circuito si possono osservare variegata specie di orchidee selvatiche in un territorio, particolarmente ricco di aspetti paesaggistici e botanici, arricchito dalla presenza della betulla (maggiore presenza dell'Appennino centro-meridionale).L'itinerario proposto assume in primo luogo la caratteristica scientifico-conoscitiva senza particolare impegno fisico e il visitatore può ammirare 184 entità di orchidee selvatiche (68 specie, 57 sottospecie, 35 varietà, 24 ibridi), secondo studi aggiornati al 2003. Un immenso patrimonio naturalistico, dunque, soprattutto se si pensa che nell'area protetta del Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano (181.000 ettari) sono presenti 254 specie di orchidee selvatiche e 319 se ne segnalano in tutt'Europa e nel bacino del Mediterraneo. Dopo l'escursione si può fare visita al Museo delle antiche coltivazioni del Parco N. unico del genere in Italia, nel museo (dove tra l'altro viene custodito l'albo dei coltivatori dei preziosi semi), si possono ammirare i semi di: 74 varietà di fagioli, 19 varietà di grano, 37 varietà di granturco, 132 varietà di peri, 123 varietà di meli, 42 varietà di vitigni (di cui 17 di età borbonica) e 35 varietà di fichi

Punto ed ora di riunione in loco: centro abitato di Sassano ore 9,00

Ora di ritorno ai bus: ore 15,00 Tempo percorrenza: 3-4 ore

Difficoltà: facile - Lunghezza: 7 km - Dislivello totale: 190 metri

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco o a scelta pranzo in ristoranti del luogo.

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco o pranzo in montagna.

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: Giancarlo Priante 338 3095044, Vincenzo De Paola 333 8515442 e-mail info@getvallo didiano.it
Attività collaterali: pomeriggio visita al museo delle antiche coltivazioni e alla Certosa di Padula. In alternativa visita al centro storico e museo delle erbe officinali di Teggiano.



Sentiero dei due Varchi Sicignano degli Alburni

Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio

Il sentiero inizia nei pressi del campo sportivo di Sicignano. Nella prima parte si prosegue tra un fitto castagneto che progressivamente lascia il posto ad una bellissima faggeta. Continuando il sentiero diventa sempre più ostico, le pendenze toccano valori molto alti, pochi sono i chilometri per giungere al Vuccolo dell'Arena ma sono sicuramente da veri professionisti del trekking. Giunti al primo pianoro, dopo aver superato dei pericolosi inghiottitoi, si ha la sensazione di aver compiuto un'impresa! Si prosegue verso destra, spettacolare è il panorama che si presenta agli occhi dell'escursionista, sui verdeggianti altipiani, nel mese di giugno regnano alcune bellissime fioriture: il Narcisio dei poeti, il Doronico, la Fritillaria e numerose Orchidee selvatiche. Il sentiero prosegue tra le profumate fioriture di asfodelo verso il Pozzo del Secchitiello, qui dopo tanta fatica è d'obbligo fare una sosta. Si prosegue fino ad incontrare il Varco del Tirone e la sua grotta, da qui inizia la discesa dove è possibile vedere oltre all'onnipresente Faggio, il Tasso albero non molto comune. Punto ed ora di riunione in loco: Sicignano degli Alburni, ore 9,00. I bus sosterranno a Sicignano degli Alburni - Ora di ritorno ai bus: ore 16,00
Difficoltà: molto alta - Lunghezza: 10 km - Dislivello totale: 810 metri
Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco o a scelta pranzo in ristoranti del luogo.

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: AEN F.I.E.

Pietro Faniglione tel. 338 3576805

Attività collaterali: serata libera



Sentiero Monte Cervati: il gigante del Parco

Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio

L'itinerario inizia lungo un erto sentiero che attraversa il Vallone dell'Acqua che Suona (q. 1215) in un bosco di faggi d'altofusto. Superata la sommità del Vallone si prosegue attraversando il piano degli Zingari in direzione dei Gravittoni (zona particolarmente interessante dal punto di vista geologico per i diversi fenomeni carsici ipogei ed epigei presenti). Dopo aver fatto tappa alla zona dei Gravittoni, dalla quale si può godere del suggestivo scenario della bastionata del Cervati, si prosegue nel bosco secolare di faggi dei Temponi fino a giungere al rifugio di Cervati (q. 1600) situato in una verdeggiante radura. Si prosegue sul Sentiero dei Pellegrini che porta al Santuario della Madonna della Neve. Il sentiero si inerpica con pendenza accentuata lungo il costone nord del Cervati fino alla prima sommità (q. 1844), da cui si possono ammirare l'ampio panorama (dal Vallo di Diano alla costa) e le ampie doline presenti in sommità fino a giungere alla zona della Cappella della Madonna (q. 1860) dalla quale si prospettano con tutta la loro imponenza le pareti verticali rocciose insistenti su canaloni molto ripidi. Da qui si può fare visita alla sottostante Grotta della Madonna e a circa 15 minuti di cammino alla zona della Nevera (q. 1781) (piccolo ghiacciaio perenne situato in un inghiottitoio carsico).

Punto ed ora di riunione in loco: centro abitato di Monte San Giacomo ore 9,00

Ora di ritorno ai bus: 17,00 - Tempo percorrenza: 7 ore (andata e ritorno)

Difficoltà: media (EE) - Lunghezza: 9 km circa - Dislivello totale: 680 m

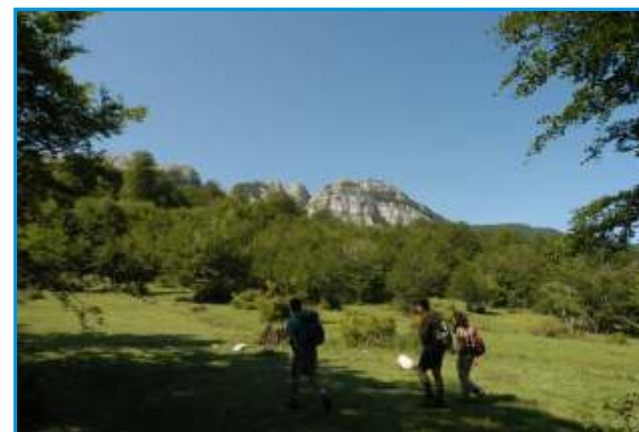
Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione:

Giancarlo Priante 338 3095044, Vincenzo De Paola 333 8515442

e-mail info@getvallodidiano.it

Attività collaterali: pomeriggio visita ad alcune aziende artigianali con degustazione di prodotti tipici locali ed eventuale visita alla Certosa di Padula.



Sentiero dell'Aquila Capaccio-Paestum

Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio

L'inizio del sentiero è situato nei pressi della caserma dei carabinieri a Capaccio paese, da qui si va avanti in leggera salita tra bellissime fioriture e una lecceta. Giunti sul crinale si svolta in direzione sud verso Monte Soprano, qui i contrasti dei colori sono meravigliosi e lasciano nell'escursionista un senso di benessere. Il percorso prosegue lungo il crinale, tra la bianca roccia calcarea sfumata dai mille colori di tante fioriture e termina al pianoro delle Nevere, verdeggianti zona che ispira un rilassante e contemplativo riposo. Con un po' di fortuna si possono incontrare: la *Zerynthia polixena* una rara farfalla, la Lepre italiana e la Volpe. Nei mesi di maggio- giugno, se la temperatura è favorevole, si può ammirare anche l'effimera fioritura del lino celeste, molto raro nel Cilento.

Punto ed ora di riunione in loco: Capaccio paese, ore 9,00. I bus sosterranno a Trentinara (Nevere), punto di arrivo degli escursionisti.

Ora di ritorno ai bus: ore 14,00

Difficoltà: media - Lunghezza: 9 km - Dislivello totale: 600 metri

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco o a scelta pranzo in ristoranti del luogo.

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: AIGAE Andrea

Perciato tel. 339 7456795

Attività collaterali: visita al centro storico di Trentinara (terrazza del Cilento)-visita alla chiesa Madonna del Granato e le cascatelle di Capodifiume. Serata libera.



Sentiero delle Fragoline

Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio

Punto di partenza è il piccolo e suggestivo centro abitato di Petina (q. 650), famosa per la produzione di fragoline di bosco e castagne, dal quale si prende una mulattiera (vecchia via di collegamento con la montagna) che sale, attraversando la bellissima bastionata dei monti Alburni (dal richiamo Dolomitico), ricoperta per intera da boschi di castagno e faggio. Arrivati al valico si continua su un sentiero verso la panoramica zona dei costoni rocciosi del Figliolo e di Ripa Longa (q. 1337) (ai piedi dei quale si trova la zona paleontologica dove sono stati rinvenuti fossili marini risalenti al Cretacico inferiore - 100 milioni di anni fa). Dopo una meditata sosta si riprende il cammino fino al Casone in località Aresta (q. 1160), da qualche anno trasformato in osservatorio astronomico (il più grande d'Italia a livello amatoriale), situato un un altopiano verdeggiate, al centro dell'intero massiccio degli Alburni.

L'itinerario può essere prolungato continuando su un sentiero in direzione sud-est, attraversando una zona ricca di inghiottitoi carsici, fino al Varco dello Schiavo (q. 1054). Da qui si scende lungo una sterrata passando per la Grotta dell'Acqua e terminare il percorso all'altezza della strada provinciale Petina-Polla (q. 670). Tempo percorrenza 1,30 ora.

Punto ed ora di riunione in loco: centro abitato di Petina ore 9,00

Ora di ritorno ai bus: 15,00 - Tempo percorrenza: 4 ore

Difficoltà: media - Lunghezza: 9,5 km circa - Dislivello totale: 650 m

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco o pranzo in montagna

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: Giancarlo Priante 338 3095044, Vincenzo De Paola 333 8515442 e-mail info@getvalloiddiano.it

Attività collaterali: pomeriggio visita alle Grotte di Pertosa (eventuale partecipazione alla rappresentazione dell'Inferno di Dante nelle grotte)



Sentiero dei Trezeni (Agropoli-S.Maria di Castellabate).

Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio

il sentiero inizia dalla selvaggia ed intatta baia di Trentova, qui si prende una strada sterrata che costeggia il mare. Dopo due chilometri di cammino si arriva alla rinomata spiaggia del Vallone, dove si osservano anche le mura perimetrali di una grande villa romana del IV secolo A.C e una tomba bisoma della stessa epoca nascosta tra i rovi. Al terzo Km si nota una torretta diruta, d'epoca angioina (XIII sec). Si arriva così su una sterrata, da cui si ha un'ottima veduta sulla vicina S. Maria di Castellabate. Si svolta a destra verso la zona Lago, dove una bellissima spiaggia dorata sembra aspettare con ansia qualcuno che la calpesti! Dopo una breve sosta, si ritorna a ritroso sulla sterrata che raggiunge il villaggio abbandonato di S. Giovanni, che risale al X-XI secolo e ha dato i natali a S. Costabile Gentilcore (IV Abate della Badia di Cava dei Tirreni e fondatore del paese/rocca di Castellabate. Si prosegue poi fino a rivedere dall'alto la bellissima baia di Trentova. La flora è quella tipica della macchia mediterranea: mirto, lentisco, ginestra, cisto, roverelle, leccio, erica arborea, numerose orchidee selvatiche e tante piante officinali. Nonostante l'avanzare delle Città vicine, della fauna locale sopravvivono ancora la Lepre italiana, la Volpe, il Granchio di fiume, il Cinghiale, il Tasso, il Cervone, il Biacco, l'Orbettino, le Lucertole muraiola e campestre, il Ramarro e... tante farfalle. Più avanti le melodiose sirene!

Punto ed ora di riunione in loco: Trentova di Agropoli, ore 9,00. Gli *autobus sostano in zona.*

Ora di ritorno ai bus: ore 15,00

Difficoltà: media - Lunghezza: 12 km - Dislivello totale: 214 metri

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco o a scelta pranzo in ristoranti del luogo.

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: AEN F.I.E Stefania Marinelli 333 1286963 tiziamari@libero.it

Attività collaterali: possibilità di bagno durante la sosta sulla spiaggia di località Lago o Trentova. Sabato 31 Partecipazione alla festa della 10ª Giornata Cilentana dell'Escursionismo organizzata dall'associazione Trekking Cilento Agropoli; ore 18,00 visita azienda agricola S.Felice di Giungano.



Sentiero della Lontra Gole del fiume Calore-Felitto

Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio

Il sentiero è situato tra Magliano nuovo e Felitto due piccoli paesi. Lo scenario che si presenta all'escursionista è certamente unico: salti d'acqua; numerose varietà di alberi; enormi massi di roccia calcarea che ci parlano delle ere geologiche; l'allegro canto di tanti uccelli ed infine le splendide acque del fiume Calore che con il loro scorrere sembrano raccontare favole d'altri tempi. Nel mese di giugno è possibile ammirare la fioritura di alcune specie di gerani selvatici e delle fragoline di bosco.

Punto ed ora di riunione in loco: Magliano nuovo, ore 9,00. I bus sostano a Felitto, *punto di arrivo degli escursionisti.*

Ora di ritorno ai bus: ore 14,00

Difficoltà: media - Lunghezza: 8 km - Dislivello totale: 432 metri negativo

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco o a scelta pranzo in ristoranti del luogo.

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: AIGAE Vienna Cammarota tel. 338 4481237

Attività collaterali: possibilità di bagno, visita al museo della civiltà contadina di Felitto. Serata libera



Sentiero delle Sirene (Ogliastro - S.Maria di Castellabate).

Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio

Il sentiero inizia dal porto di San Marco di Castellabate . Da qui si risale verso il colle per inebriarsi di natura e leggende, infatti oltre alla bellissima pineta si può “leggere” la leggenda della Sirena Leucosia che non ascoltata da Ulisse qui s'immolò trasformandosi nella piccola isola . Oltre ai splendidi contrasti di colori che il paesaggio offre, si possono ammirare le pietre dell'antiche torri di avvistamento (tratto E1 delle Torri Saracene) che ci fanno capire l'importanza che aveva la zona per gli assalti che provenivano dal mare. Lungo il sentiero è possibile ,da facili calette, accedere a delle bellissime spiaggette ciottolose. Per la flora imponente è la presenza dei Pini d'Aleppo modellati dal vento, inoltre nel mese di giugno, è possibile ammirare la bellissima e rara fioritura dell'Iris moraea sisyrrhynchium

Punto ed ora di riunione in loco: Porto San Marco di Castellabate ,ore 9,00. I bus sosterranno a Ogliastro Marina , *punto di arrivo degli escursionisti.*

Ora di ritorno ai bus: ore 14,00

Difficoltà: media - Lunghezza: 10 km - Dislivello totale: 250 metri

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco o a scelta pranzo in ristoranti del luogo.

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: AEN F.I.E.

Annunziata Renzi 328 7854926

Attività collaterali: possibilità di bagno lungo le calette che accompagnano il Sentiero. Visita al Centro Storico di Castellabate; serata libera



Sentiero dell'acqua Affondatore di Vallivona e sorgenti Bussento

Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio

: In loc. Ponte Inferno (q. 550) si prende una stradina che nel primo tratto costeggia il fiume Bussento per poi salire sinuosamente, allontanandosi da esso con pendenza accentuata, in un suggestivo bosco misto. Continuando a salire lungo un sentiero si apre la vista sul Vallone dell'Inferno, all'interno del quale scorre il fiume, sormontato da alte e strapiombanti pareti rocciose, fino a giungere la zona delle sorgenti del Bussento. Tutta l'area è caratterizzata da un paesaggio selvaggio arricchito da cascate e vasche d'acqua scavate nella roccia calcarea, caos di massi e frane causate dalla violenza delle acque meteoriche che scendono dai canaloni sovrastanti. Le sorgenti del Bussento (q. 909) nascono da una grotta in parte ispezionabile. Il percorso continua a salire, attraversando un interessantissimo vallone, fino a giungere davanti alla galleria scavata nella roccia oltre la quale si trova l'Affondatore di Vallivona. Attraversata la galleria, muniti di torcia elettrica, si giunge nel cuore dell'Affondatore (q. 1070). La prima sensazione che si ha è quella di essere proiettati indietro nel tempo, in un paesaggio dantesco a forma di grosso imbuto di roccia calcarea ricca di fratture e cavità. All'interno dell'Affondatore una cascata alimenta un corso d'acqua che termina in un piccolo laghetto. Per le particolari sensazioni che si percepiscono l'Affondatore di Vallivona è da noi considerato “il Sacratio Naturalistico del Parco Nazionale

Punto ed ora di riunione in loco: centro abitato di Sanza ore 9,30

Ora di ritorno ai bus: 16,30 Tempo percorrenza: 6,30 ore (andata e ritorno)

Difficoltà: media (E) Lunghezza: 6 km circa - Dislivello totale: + 520 m

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: Giancarlo Priante 338 3095044, Vincenzo De Paola 333 8515442 e-mail info@getvalloidiario.it

Attività collaterali: pomeriggio eventuale visita ad alcune aziende artigianali con degustazione di prodotti tipici locali o visita alla Certosa di Padula



Sentiero costiero di Baia degli Infreschi

Data di svolgimento: 30 e 31 maggio

Il tratto di costa più a sud del Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano, tra Marina di Camerota e la mitica Baia degli Infreschi, è ritenuto da molti tra i più belli del mondo. Diventerà presto un Parco Marino grazie agli aspetti naturalistici, con un paesaggio costituito da suggestive falesie, fondali con acque cristalline e splendide cale con spiagge isolate raggiungibili solo via mare o a piedi. Ma anche grazie alla presenza di uno dei più importanti giacimenti paleontologici d'Italia, con la presenza di grotte preistoriche, rese famose per i ritrovamenti archeologici dell'"Homo Camerotaensis". L'itinerario si svilupperà a circuito, permettendo nella prima parte di inoltrarsi a piedi lungo un tratto del Sentiero Europeo delle Torri Saracene(E/1 F.I.E.)e nella seconda parte di ritornare nel luogo di partenza via mare in barcone. Il percorso inizierà dal porto di Marina di Camerota e proseguendo ci si addentrerà subito nella macchia mediterranea, tra i profumi delle essenze e le brezze marine e orientati dalle numerose torri costiere: Torre del Poggio, Torre Zancale e Torre del Neballo. Si raggiungerà la bellissima spiaggia del Pozzallo, dove nella via del ritorno via mare sosteneremo per consumare un meritato pranzo nel ristorante tipico mimetizzato nella piccola oasi alle spalle della spiaggia . Proseguendo raggiungeremo la splendida Cala bianca e infine la suggestiva Baia degli Infreschi con il suo porto naturale sul quale si affacciano la Torre del Frontone e la piccola cappella di San Lazzaro. Dopo una piacevole sosta per fare il bagno e un momento di contemplazione osservando il panorama, si ripartirà per il viaggio di ritorno via mare con il barcone, così da ammirare il paesaggio costiero, ricco di affascinanti concrezioni carsiche, con visite alle grotte marine e alle cale più suggestive, come la Grotta degli Infreschi e la Grotta Azzurra.

Punto ed ora di riunione: porto di Marina di Camerota ore 9,15

Ora di ritorno ai bus:16,00 - Tempo di percorrenza: 3,30 h a piedi 3,00 in barcone. Difficoltà: facile - Lunghezza: 7 km circa - Dislivello totale: 170 m

Soluzione per il pranzo: (a carico dei partecipanti su prenotazione pranzo tipico al costo di 10,00 euro a pax in ristorante in spiaggia)

Referente per ulteriori info sulle escursioni: Giuseppe Damiani 339 6684818

puntoverdeblu@libero.it

Attività collaterali: breve sosta relax nei bar e gelaterie del porto



Sentiero degli Dei Agerola - Positano

Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio.

Il percorso si svolge in massima parte lungo una mulattiera di impianto medioevale che durante il Ducato di Amalfi e fino ai primi decenni del '900- ha costituito la principale via di collegamento tra Agerola e Positano. Famoso nel mondo e frequentato ogni anno da numerosi trekker stranieri ed italiani, il S. d. D. transita a mezza costa lungo la scarpata costiera (tra le più alte e ripide del mondo) che fa incombere le cime massime dei Monti Lattari (1000-1400 m s.l.m.) sul blu cobalto del profondo Golfo di Salerno. In molti tratti si cammina su sottile cengie erbose o boscate che si interpongono tra alte pareti calcaree; rimanendo sempre in vista quasi verticale- del mare e degli incantevoli borghi costieri. Molto belle sono anche le aspre e profonde gole che si attraversano. E' la Terra delle Sirene di cui scrisse Douglas; ma anche lo scenario che nell'alto medioevo attrasse tanti monaci eremitici di tradizione greco-bizantina, come attestano vari ruderi di insediamenti rupestri. La vegetazione passa da querceti misti, a macchia dominata dal leccio e a gariga. Ma frequenti sono i tratti con antichi terrazzamenti agricoli retti da *macere* in pietra a secco, con ruderi di case rurali in tipico stile amalfitano. Si passerà per Nocelle e Montepertuso (tranquilli borghi d'altura di Positano) per poi scendere al centro costiero lungo antiche scalinate. Dopo una visita e per chi vuole- un bagno, saremo ripresi a bordo dei bus e riportati ai luoghi di alloggio.

Punto ed ora di riunione in loco: Piazza Capasso, frazione Bomerano di Agerola, ore 10

Ora di ritorno ai bus: ore 17 circa

Difficoltà: bassa (ma attenzione alle vertigini in qualche tratto!)

Lunghezza: 12 km circa Dislivello totale: 650 m in discesa, con brevi risalite locali

Si consiglia di portare: cappello per il sole, borraccia, scarponcini, costume da bagno

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): pranzo all'aperto organizzato

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: Aldo Cinque 333 6786263; e-mail: cinque@unina.it

Attività collaterali: giro turistico in Positano con possibilità di shopping e bagno. Per chi alloggia ad Agerola: spettacolo di musica folk e visita a caseificio con assaggio prodotti tipici



Promontorio di Minerva (Punta Campanella) Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio.

L'area compresa tra il fiume Sarno e Punta Campanella dall'VIII sec. a.C. vede la presenza di una comunità di villaggi indigeni che verso la metà del VI secolo a.C. si sposta sulla costa (Pompei - Stabia) e negli scali commerciali della Penisola Sorrentina, punti di passaggio dei traffici etruschi. Verso la fine del V sec. a.C. tutta la Campania cade progressivamente in mano agli Osco-Sanniti, popolazioni italiche che discendono dai monti del Sannio, e, da Cuma a Poseidonia (*Paestum*), l'unica isola di grecità rimarrà *Neapolis*, fondata dagli Eubei (primi colonizzatori greci d'occidente). Dalla fine del IV comincia la penetrazione romana che sarà definitiva dal 90/80 a.C. Con la romanizzazione si assiste ad una grande opera di trasformazione del territorio. L'impianto urbano sorrentino, risalente al periodo osco-sannita, riceve un nuovo assetto con la monumentalizzazione di alcune insulae dove sorgono terme, teatro, foro ed edifici pubblici annessi. Il territorio si popola di ville rustiche legate alla produzione del rinomato vino sorrentino e di fornaci per la produzione di anfore (molto richieste) e calici. Da Vico Equense a Punta Campanella e oltre, una massiccia opera di edificazione, come del resto in tutto il golfo di Napoli, ebbe luogo in tutti i punti più panoramici della costa, dove sorsero grandiose ville di famiglie di aristocratici romani. Al posto di queste ville, furono edificate nel XVI secolo molte delle torri di avvistamento contro i Saraceni. Altre videro in seguito il sorgere di monasteri, o di ville private. Presso le ville rustiche, disseminate nel territorio, sorsero invece dal Medio Evo, e più marcatamente dal XVI, secolo i primi nuclei dei vari Casali. Il percorso è ad anello con partenza ed arrivo a Termini. Si può optare per un ritorno in barca fino a Positano. Si Ricorda ai partecipanti che il sentiero è molto esposto.

Punto ed ora di riunione in loco: Termini (S. Agata su i 2 Golfi) Via Roncato lungo la rotabile provinciale di Via Capo d'Arco, ore 9,30

Ora di ritorno ai bus: ore 16 circa in Via Roncato Termini

Difficoltà: bassa - Lunghezza: 10 km circa - Dislivello totale: 15 m minima e 488 max.

Si consiglia di portare: borraccia, scarponcini, costume da bagno.

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: Cervero Giovanni 328 6157969

089 8122004; e-mail: gianni@cervero.it

Attività collaterali: Ritorno in barca alle ore 17 da Nerano a Positano (€ 12 euro a persona circa) dove si può ammirare il parco marino di Punta Campanella e la Costa Amalfitana.

Escursione a Pompei/Ercolano (Intera giornata) Prezzo ingresso 11 €.

Escursione a Capri - Pizzolungo (Intera giornata) Prezzo battello 30 €.



Sentiero La Valle delle Ferriere Amalfi Data/e di svolgimento: 30 e 31 maggio.

Il percorso si svolge in massima parte lungo scale e mulattiere di origine medievale (epoca del Ducato di Amalfi). Inizialmente si transita nel borgo di Pontone (frazione di Scala) ammirandone gli orti terrazzati e le residue case-torri di età medievale. Dopo una sosta agli scenografici ruderi della chiesa di S. Eustachio (sec. XII) ed ammirato da lì il sottostante abitato di Amalfi, scendiamo nel canyon (profondo fino a mille metri) della Valle delle Ferriere, percorsa dal Fiume Canneto e col fondo costellato di affascinanti ruderi di antiche cartiere, mulini e ferriere. Dopo il tratto dominato da limoneti e vigneti terrazzati, si entra nel tratto selvaggio della gola, passando attraverso fitti boschi misti ed avvicinandosi alla preziosa area naturale protetta (Riserva Speciale gestita dalla Forestale) dell'alta valle. La fauna locale include qualche rara lontra, il gheppio, il Corvo imperiale e la rara Salemandrina dagli occhiali. La ricca flora include la bella felce Woodwardia radicans: un relitto dei climi tropicali del passato sopravvissuto in fondo al canyon grazie al particolare microclima caldo-umido. *Clou* del percorso è la zona delle cascate, dove all'acqua che gorgheggia nell'alveo si unisce quella che cade a flotti e a pioviggine dalle incombenti pareti laterali. Una vera goduria per le felci, i muschi ed i capelvenere che tappezzano in stile davvero tropicale le pareti e le grotte sotto cui transitiamo, godendo anche noi del refrigerio. Ridiscendendo la valle giungiamo nello stupendo centro storico di Amalfi, apprezzandone le ardite gradinate, i vicoli quasi da *casba* e, infine, i monumenti e la spiaggia.

Punto ed ora di riunione in loco: Bivio per Pontone lungo la rotabile Amalfi-Ravello, ore 10,30 (scesi i passeggeri i bus andranno a parcheggiarsi più avanti; per scendere ad Amalfi per le ore 17).

Ora di ritorno ai bus: ore 17 circa a Piazzale F. Gioia di Amalfi

Difficoltà: bassa - **Lunghezza:** 7 km circa - **Dislivello totale:** 50 m in salita e 250 m in discesa

Si consiglia di portare: borraccia, scarponcini, costume da bagno.

Soluzione per il pranzo (a carico dei singoli partecipanti): colazione al sacco

Referente per ulteriori informazioni sull'escursione: Aldo Cinque 333 6786263; e-mail: cinque@unina.it

Attività collaterali: visita del Duomo di Amalfi e (a pagamento; facoltativo) del Museo della Carta e del Chiostro del Paradiso. Possibilità di *shopping* e di bagno. Per chi alloggia



COMITATO REGIONALE CAMPANO (F.I.E.)



12

13

11

2

5

4

7

1

8

3

9

10



Legenda:

- 1- Sentiero delle Orchidee Selvatiche
- 2- Sentiero dei Due Varchi
- 3- Sentiero del Monte Cervati
- 4- Sentiero dell'Aquila
- 5- Sentiero delle Fragoline
- 6- Sentiero dei Trezeni
- 7- Sentiero della Lontra
- 8- Sentiero delle Sirene
- 9- Sentiero dell'Acqua
- 10- Sentiero degli Infreschi
- 11- Sentiero degli Dei
- 12- Sentiero delle Campanelle
- 13- Sentiero delle Ferriere

**PAESTUM
Raduno 2008**

