



**CLUB  
ALPINO  
ITALIANO**

**SEZIONE DI VERONA**

**Commissione  
Escursionismo  
SENIORES**



**Gruppo Cai d'Argento**

## ***TREK DELL'ANTICA LUCANIA DA MATERA A MARATEA PASSANDO PER IL PARCO NAZIONALE DEL POLLINO***

**DA VENERDI' 16 A VENERDI' 23 SETTEMBRE 2016**

**Le date potrebbero essere anticipate o posticipate di qualche giorno per problemi inerenti a nuovi costi del volo e/o agli orari dei treni.**

### **PROGRAMMA IN BOZZA**

Riprendiamo la collaborazione con Giancarlo del G.E.T. (Gruppo Escursionistico Trekking) di Vallo di Diano, già favorevolmente sperimentata nel 2014 in Costa Amalfitana.

Ci propone delle attività itineranti con lo scopo di far conoscere i poliedrici aspetti geomorfologici e storico-culturali che caratterizzano questo territorio e far trascorrere una settimana di vacanza in piena armonia con i luoghi e gli abitanti lucani.

Ci vuole offrire una panoramica sulle caratteristiche ambientali e culturali, facendo tappa alle peculiarità naturalistiche, paesaggistiche e antropiche che meglio caratterizzano questo lembo di terra del sud ancora tutto da scoprire.

**Per il viaggio di andata si prevede un viaggio in treno Verona – Bari oppure un volo Verona - Bari (transfer dell'organizzazione da Bari a Matera)**

**Per il ritorno transfer da Maratea a Salerno con il bus dell'organizzazione e in treno da Salerno a Verona.**

**I costi relativi a treni ed eventuale volo, presunti attorno ai 230/250 euro, sono a carico dei partecipanti.**

**Ogni partecipante può decidere di provvedere autonomamente al viaggio previa informazione agli organizzatori.**

#### **1° giorno**

Partenza da Verona per Bari in treno. Da Bari a Matera con bus dell'organizzazione.

Arrivo a Matera nel pomeriggio o in serata e sistemazione del gruppo in hotel, briefing (orario e modalità da concordare)

- sera: cena in hotel o in ristorante tipico del centro storico

A fine cena suggestiva escursione notturna nei vicoli del centro storico di Matera

#### **2° giorno: I Sassi di Matera**

- mattina: visita ai Sassi di Matera

- pomeriggio: pausa pranzo picnic e visita al Parco archeologica delle chiese rupestri

A fine attività spostamento verso Viggianello (Parco del Pollino)

- sera: arrivo in hotel, sistemazione e cena.

### **3° giorno: Parco del Pollino**

- mattina: escursione al Giardino degli Dei, ad ammirare lo spettacolare mondo dei pini loricati "giganti bonsai". Pranzo a sacco.

tempo percorrenza: 6 ore – diffic. /Media – disliv. +476 m. - quote riferimento 1537-2013 m.

Possibilità di formare 2 gruppi

- sera: rientro in hotel, visita al centro storico di Viggianello e cena

### **4° giorno:**

Si prevedono 2 attività alternative:

Attività 1 - media difficoltà

- mattina: escursione Colle Impiso-Colle Gaudolino-Monte Pollino-Piano del Pollino-Colle Impiso

tempo percorrenza: 6,30 ore – diffic. Media – disliv. 698 m. - quote riferimento 1550-2248

Attività 2 - facile

- mattina: escursione Colle Impiso-Colle Gaudolino-Colle Impiso

tempo percorrenza: 3,00 ore – Facile – disliv. 121 m. - quote riferimento 1550-1671

- pomeriggio: breve escursione Piano Ruggio-Vallone del Malvento

tempo percorrenza: 2,00 ore – Facile – disliv. insignificante - quote riferimento 1530

- pomeriggio: fine attività ed eventuale visita al centro storico di Viggianello

- sera: rientro in hotel, cena ed eventuale serata di animazione.

### **5° giorno:** Si suggeriscono 2 soluzioni alternative:

Soluzione 1

- mattina: breve tappa alle sorgenti del fiume Mercure, spostamento verso Papasidero e mini escursione e visita alla Grotta del Romito

Fine attività e spostamento verso Maratea, sistemazione in hotel (situato nel centro storico) e cena

Soluzione 2

- mattina: breve tappa alle sorgenti del fiume Mercure, spostamento verso il Golfo di Policastro ed escursione sul sentiero costiero "Apprezzami l'asino" dal porto di Sapri ad Acquafredda di Maratea.

tempo percorrenza: 2,30-3 ore – Facile – dislivello insignificante

- pomeriggio: pausa pranzo e bagno al mare sulla scogliera in località Vallone di Mezzanotte.

### **6° giorno: Costa di Maratea**

- mattina: escursione Passo Colla - Acqua Fredda di Maratea

tempo percorrenza: 4-4,30 ore – Facile/media – disliv. +160,

- pomeriggio: arrivo alla spiaggia del Dragone di Acquafredda di Maratea ed eventuale bagno al mare

Fine attività e ritorno a Maratea

- sera: cena sul terrazzo panoramico dell'hotel ed attività di animazione con musica della tradizione popolare lucana

### **7° giorno:**

- mattina: escursione in discesa sul sentiero storico verso il porto di Maratea

tempo percorrenza: 2,30 ore – Facile – disliv. 350

- pomeriggio: pausa pranzo picnic e gita su barcone lungo la costa di Maratea facendo tappa alla spiaggia nera con eventuale bagno al mare. Fine attività e rientro in hotel. sera: cena sul terrazzo panoramico dell'hotel ed attività di animazione con musica, balli ed altro

### **8° giorno:**

- mattina: area archeologica di Roccagloriosa o Velia (se compatibile con gli orari dei treni) e successivo rientro verso Verona.

Importante:

- lo svolgimento del seguente programma prevede la possibilità di sistemazione itinerante in hotel: **zona**

**Matera 1 notte, Parco del Pollino 3 notti; Maratea 3 notti**

- i menù sono a base di prodotti tipici lucani strettamente legati al territorio.

- possibilità di formare 2 sottogruppi per le attività previste nel Parco del Pollino. Le escursioni saranno adattate alle caratteristiche escursionistiche dei 2 sottogruppi.

- possibilità di organizzare serata in musica della tradizione popolare (tarantella, pizzica, ecc.) o

repertorio classico napoletano.

## **QUOTA DI PARTECIPAZIONE INDICATIVA € 680**

**(il programma verrà effettuato esclusivamente con oltre 30 partecipanti)**

### **Supplementi:**

- per camera singola € 15/notte (hotel Viggianello), € 20 (hotel Matera e Maratea)
- per gita in barca € 15 a persona

### La quota comprende:

- pernottato in camere da 2/3 letti con bagno
- colazione al mattino, **pranzi al sacco-picnic** e cene a base di prodotti tipici incluso le bevande (acqua, vino e liquori digestivi).
- organizzazione, logistica e assistenza di 2 guide (1 guida per sottogruppo) per le attività in programma e visite culturali
- trasporto per l'intero programma (compreso tragitto da Bari a Matera e da Maratea Salerno)
- serata in musica con balli popolari e altre attività di animazione
- assicurazione nel caso necessiti
- mance

### La quota non comprende:

- **viaggio in treno o aereo Verona – Bari e treno Salerno Verona**
- ingresso alle zone archeologiche e musei vari

## **Preiscrizioni e informazioni:**

**Antonio e Luigi Mattielli –**

**amaorso@yahoo.it o cell. 3356121284 -3498668298**