



CLUB
ALPINO
ITALIANO

SEZIONE DI VERONA



Commissione
Escursionismo



Gruppo Seniores Cai d'Argento

PARCO NAZIONALE DEL CILENTO, VALLO DI DIANO E ALBURNI

18-25 Settembre 2025

Il Parco Nazionale Cilento-Vallo di Diano-Alburni è una lunga lingua di terra dove si coniugano le bellezze del mare con la maestosità della montagna, uno dei più estesi e completi d'Europa, per la posizione geografica e la distribuzione antropica, rappresenta un unicum nel panorama dei Parchi d'Italia, tanto da essere stato riconosciuto dall'Unesco Patrimonio dell'Umanità.

Alle peculiarità geomorfologiche (monti, vallate, coste, mare fiumi, forre, inghiottitoi, grotte) che questo territorio offre, si aggiunge una lunga lista di aspetti botanici che lo caratterizzano. Ricca anche la fauna con la presenza della Lontra (simbolo faunistico del Parco),

Di conseguenza ne deriva una grande e diversificata varietà di ambienti e di itinerari di straordinaria bellezza.

PROGRAMMA

1° giorno

Arrivo del gruppo alla stazione di Salerno e tempo permettendo visita al Parco archeologico di Paestum. Successivo spostamento verso Scario e sistemazione in hotel, briefing e cena.

2° giorno: *Costa degli Infreschi*

Possibilità di formare due sottogruppi:

Gruppo A

mattina: escursione a piedi terrazza panoramica di Ciolandrea-spiaggia di Marcellino
tempo percorrenza ore 3,00 - difficoltà facile/media (per parte del percorso); disliv. - 520
(l'attività si svolge sul crinale della costa e in discesa) e arrivo in spiaggia.

gruppo B

- mattina: escursione porto di Scario - spiaggia della Molara e bagno a mare
tempo percorrenza ore 2,00; difficoltà facile; disliv. +/- 110

Successivo spostamento in barca verso la spiaggia di Marcellino e consumazione del pranzo al sacco insieme al gruppo A presso la taverna del Lupo. Sosta per bagno a mare.
Pomeriggio: spostamento di entrambi i gruppi su barcone lungo la costa degli Infreschi facendo tappa ad alcune suggestive grotte, fine attività al porto di Scario e successivo rientro in hotel

3° giorno: *Tra la costa e la montagna: il fiume carsico "Bussento"*

- mattina: escursione al Fiume Bussento e visita oasi wwf di Morigerati
tempo percorrenza 3,30 ore, difficoltà E (facile), dislivello max + 220
- pomeriggio: visita alla Certosa di Padula (Patrimonio Mondiale dell'Umanità) rientro in hotel

4° giorno: *La montagna della Costa, Monte Bulgheria*

Possibilità di formare 2 sottogruppi:

Gruppo A

- mattina: escursione sul Monte Bulgheria
tempo percorrenza 6-6,30 ore (andata e ritorno), difficoltà media, dislivello max + 710

Gruppo B

- mattina: escursione lungo la Costa della Masseta
tempo percorrenza 3,30-4,00, difficoltà facile, dislivello insignificante
- Pomeriggio: eventuale visita al Cenobio Basiliano di S. Giovanni a Piro e museo del pittore Jose Orteca

5° giorno: *Costa di Maratea*

- mattina: spostamento verso Maratea, visita al centro storico e escursione lungo il sentiero storico di S. Biagio fino al Cristo Redentore. A seguire discesa verso il porto. Sosta pranzo al sacco e bagno alla darsena (zona porto).
- tempo percorrenza sentiero in salita ore 2-2,30;
- " " in discesa ore 1,30-1,45 (-600). difficoltà facile; disliv. +300; -600
- pomeriggio: rientro con il pullman a Scario con eventualità di sosta a Sapri

6° giorno: *La montagna del Parco, il M. Cervati*

Si prevedono 2 attività alternative:

Gruppo A

- Att. 1: escursione al Monte Cervati (tetto e cuore naturalistico del Parco)
tempo percorrenza ore 6- 6,30, difficoltà media, disliv.+ 670

Gruppo B

- Att. 2: escursione ai Gravittoni di Cervati e bosco dei Temponi - tempo percorrenza ore 5,00, difficoltà facile, disliv.+ 370
- pomeriggio: visita per entrambi i gruppi al centro storico e museo delle erbe officinali di Teggiano

7° giorno: *escursione lungo la costa degli Infreschi – II tappa*

- mattina: escursione lungo la costa tra M. Camerota e Porto Infreschi, facendo tappa a Cala Bianca con bagno e sosta picnic al Porto Infreschi
tempo percorrenza 3,00 ore, difficoltà facile, dislivello max + 110, complessivo + 210
 - pomeriggio: giro turistico in barca lungo la costa fino al porto di M. Camerota e possibilità di sosta lungo la strada del ritorno per visita al borgo medioevale di S. Severino di Centola
- In serata attività di animazione con musica dal vivo e balli popolari

8° giorno:

- Eventuale visita a scelta tra Grotte di Pertosa e centro storico di Teggiano (nel caso in cui non fosse possibile nella giorno n. 6),, successivo spostamento verso la stazione di Salerno (orario da definire).
-
- I menù sono a base di prodotti tipici cilentani strettamente legati al territorio (dieta mediterranea) Con alternanza di menù terra (3 cene) e mare (4 cene)
- possibilità di modificare il programma a giudizio insindacabile dei responsabili.
 - Per alcune attività con caratteristica difficoltà media è possibile formare due sottogruppi (vedi 2°, 4° e 6° giorno)

QUOTA DI PARTECIPAZIONE EURO 800 circa a persona + costo biglietto treno

La quota comprende:

- Sistemazione in camere matrimoniali o doppie
- camere singole 6 – supplemento 20 euro a notte
- colazione al mattino, pranzi al sacco e cene a base di prodotti tipici cilentani incluso le bevande (acqua, 1/4 di vino e liquori digestivi)
- trasporto per tutta la durata del programma, due gite in barca e ingresso Templi di Paestum.
- Organizzazione, logistica e assistenza di guide per le attività in programma e visite culturali. -serata in musica dal vivo e balli popolari.

La quota non comprende:

- eventuale tassa di soggiorno (€ 1,5/giorno)
- Tutto quanto non espressamente indicato alla voce "la quota comprende"

PERNOTTAMENTO: HOTEL MARCANETO **** SCARIO con piscina e uso spiaggia privata con trasporto in pulmino.

ISCRIZIONI:

Venerdì 7 febbraio 2025 dalle ore 16,30 in Segreteria CAI in presenza versando la caparra di Euro 400. Il primo giorno è riservato agli iscritti da almeno un anno al CAI VERONA, nei giorni successivi potrà iscriversi qualsiasi socio CAI in presenza, per e-mail o telefonando in segreteria (tel. 045 8030555). In ogni caso, la caparra dovrà essere versata entro il 28 febbraio 2025 sul conto corrente intestato a CAI VERONA (IBAN: IT26 D 05034 11750 000000003300) con causale: acconto trekking Parco del Cilento seguito da cognome e nome.

Ogni socio potrà iscrivere oltre a se stesso un'altra persona purchè iscritta al Cai e sia in regola con l'abbonamento per l'anno 2025 e potrà anche indicare con chi preferisce condividere la camera.

Il saldo sarà comunicato con data successiva compresa la data dell'incontro informativo la settimana precedente la partenza.

DISDETTE:

Verranno trattenuti Euro 30 per spese di segreteria nel caso in cui sia possibile sostituire i partecipanti con gli iscritti in lista d'attesa.

Fino a 30 gg dall'arrivo: perdita intero importo della caparra.
Da 29 a 15 gg dall'arrivo: perdita 50% dei servizi prenotati.
Da 14 a 7 gg dall'arrivo: perdita 75% dei servizi prenotati.
Da 6 gg dall'arrivo: perdita intero importo.

ACCOMPAGNATORI: VANUCCIO CORBELLARI 366 4046000

RIELLI GIUSEPPE 338 8776699