



ASD PACHAMAMA – Insieme in cammino

web: www.asdpachamama.it - mail: info@asdpachamama.it



Trekking nel Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano - Benvenuti al Sud"

Dal 07 al 14 giugno 2025 - Durata del Trekking: 8 giorni / 7 notti.

www.asdpachamama.it - info@asdpachamama.it

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. 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. Tra le maggiori rilevanze naturali del Parco del Cilento, il Monte Cervati con i suoi 1.898 metri, il più alto della Campania. Il Cervati, insieme con la zona del Monte Sacro o Gelbison che domina Vallo della Lucania, esteso alla vicina 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. Dal punto di vista faunistico: è 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.



PROGRAMMA VACANZA SPORTIVA

- 1° giorno (7 giugno): 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 (8 giugno) Monte Licosa, Punta Licosa e Castellabate** escursione tra villaggi di pescatori, 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, con bagno nel mar Tirreno. **(Tempi: 5 ore. Dislivelli 370m salita e discesa)**
- 3° giorno (9 giugno) Traversata Punta Carpinina - Monte Stella - San Mauro Cilento:** escursione a Punta Carpinina (mt 730) / Castelluccio (mt 1025, ruderi del castello longobardo) / vetta del Monte (mt 1120) / San Mauro Cilento (mt 560). **(Tempi: 6 ore con pause. Dislivelli: 600 mt di salita e in discesa).**
- 4° giorno (10 giugno) Paestum e le Grotte dell'Angelo di Pertosa:** Paestum per visita agli scavi archeologici, e poi Pertosa per Visita alle **Grotte dell'Angelo. Tempi escursione: giornata turistica**
- 5° giorno (11 giugno) Monte Bulgheria:** escursione a Monte Bulgheria (1224 mt) domina il golfo di Policastro. **(Tempi escursione: 7 ore con pause. Dislivelli: 690m in salita e in discesa).**
- 6° giorno (12 giugno) Il promontorio di Capo Palinuro:** escursione lungo la costa del promontorio di Capo Palinuro con bagno al mare **(Tempi escursione: circa 5 ore, Dislivelli: circa 200 metri in salita in discesa).**
- 7° giorno (13 giugno) Cala Bianca, Cala degli Infreschi e le grotte marine:** escursione fino a Cala degli Infreschi, uno dei tratti più selvaggi e belli della costa del parco, raggiungibili solo a piedi o in barca. Rientro a Marina di Camerota **in barca**, soste e visita alle grotte marine, per cena e pernottamento. **(Tempi escursione: circa 6 ore pause per bagni al mare comprese. Dislivelli: 350mt in salita e in discesa).**
- 8° giorno (14 giugno) Partenze** Prima colazione e transfert (30') alla stazione Pisciotta/Palinuro per partenza.
- Note:** in base all'ora di partenza potrà essere prevista la visita alla Certosa di Padula con costi extra a carico dei partecipanti e prevedendo la partenza dalla stazione di Agropoli.
- Cosa Portare (indispensabile):** scarponcini da trekking; zaino leggero giornaliero, 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.

Per ulteriori Info e prenotazioni via mail a info@asdpachamama.it o whatsapp al 339.4221738 (Roberto) con scadenza iscrizioni giovedì 30 gennaio 2025 e/o al completamento dei posti.

Vacanza sportiva riservata ai soci ASD PACHAMAMA in regola col tesseramento e con il certificato medico sportivo Non Agonistico.