



Club Alpino Italiano

Sezione di Potenza

Sottosezione Matera



Domenica **15 settembre 2019**

Parco Nazionale del Pollino

Ciclo-escursionismo

percorso circolare partenza/arrivo in località “Casa del Conte”

Direttori d'escursione

Renato Latorre (tel. 350-5044670) – Antonio Rondinone (tel. 337.858620) – Enzo Scandiffio (339-6664568)

Iscrizione

I responsabili saranno in sede dalle ore 20.00 alle 21.00 di giovedì **12 settembre** per fornire ogni ulteriore chiarimento e prendere le adesioni. In tale sede si predisporranno le formazioni auto/ciclisti/bici.

Per la particolarità dell'escursione, raccomandiamo l'utilizzo di biciclette Mtb, e-Mtb, Gravel o similari e di essere in buona forma fisica e allenamento medio/buono.

I non soci all'atto dell'iscrizione, dovranno compilare e consegnare agli accompagnatori il Modulo di Consenso al trattamento dei propri dati ai sensi dell'art. 23 del Dlgs 196/2003; Il modulo e la relativa informativa sono scaricabili dal sito della Sezione al link: <http://www.caipotenza.it/documenti-eregolamenti/iscrizioni>

Quota di partecipazione

Soci CAI: € **1,00** - Non soci: € **10,00**. (quote base, modificare se presenti altre spese.)

Per i non soci la quota comprende l'assicurazione.

La località di partenza sarà raggiunta con auto proprie e le spese di viaggio saranno divise tra i passeggeri delle singole autovetture.

Appuntamento e partenza

Appuntamento ore 06.00 nella piazza della Visitazione, antistante la Stazione centrale. Partenza ore 6.15 -

Come raggiungere la località di partenza dell'escursione

Partendo da Matera, raccordo S.S. Sinnica - deviazione su S.P. Sarmentana direzione Terranova del Pollino. Di lì destinazione località “Casa del Conte”

Caratteristiche tecniche dell'escursione

Lunghezza	ca. 35 km
Dislivello in salita	ca. 1500 m
Dislivello in discesa	ca. 1500 m

Tempo percorrenza ca. ***4.00 h** (escluse le soste)

Difficoltà **EE** (Escursionistica Impegnativa)

Il percorso presenta particolari difficoltà per le salite ma non di tecnicismo (es. single track ecc.).

Il percorso si snoda su strade asfaltate a scarso traffico e sentieri e strade forestali ben battute.

Alla partenza e prima di giungere in paese **sono presenti** fontane e sorgenti.

Pranzo presso l'agriturismo "ACQUAGENTILE"

Valuteremo, a seconda delle adesioni, la possibilità di pranzare presso il suddetto agriturismo. In sede di riunione stabiliremo sul da farsi.



Descrizione del percorso

Lasciemo le auto presso l'agriturismo "Acquagentile" in località "Casa del Conte".

Partenza.

Dopo una breve discesa imboccheremo una stradina, inizialmente asfaltata e poi battuta, che si inerpica per 5 Km con un guadagno in elevazione di m. 300 . In cima saremo nei pressi della sorgente "Catusa" (che non visiteremo). Si proseguirà sulla destra per giungere sull'altopiano di Timpa PietraSasso. Seguirà una lunga discesa di circa 14 km che transiterà dal rifugio "Acquafredda". Al termine della discesa, nei pressi della località "Coste di Federico", inizia una lunga salita di 10/11 Km sino a località "3 Confini". Il guadagno in elevazione è di circa 950 m. Il tratto è certamente impegnativo ma, preso con il giusto passo, non è affatto impossibile. Da località "3 Confini" tutto il resto è semplice. Una lunga discesa di circa 5,5 Km ci ricondurrà al punto di partenza.

Equipaggiamento necessario

Si consiglia l'uso di una bicicletta MountainBike o simile in condizione perfette.

Si raccomanda di portare uno zainetto al seguito dove stipare un K-Way, un leggero pranzo a sacco almeno una borraccia di **acqua** da un litro, il telefonino.

Si consiglia di lasciare in auto un cambio completo di abbigliamento.

I responsabili si riservano il diritto di non ammettere all'escursione quanti non dimostrassero di essere in possesso dei requisiti fisici, tecnici o d'abbigliamento necessari. Si ricorda che è facoltà dei direttori d'escursione modificare il percorso anche durante l'escursione. In caso di previsioni meteorologiche avverse l'escursione potrà subire modifiche o essere rinviata.

Note

Per tutto quanto non specificamente indicato nel presente programma si fa riferimento al Regolamento delle Escursioni della Sottosezione CAI di Matera che i partecipanti, iscrivendosi all'attività, confermano di conoscere e di accettare.

MAPPA DEL PERCORSO

