



**Club Alpino Italiano**  
Sezione di MATERA  
"Falco Naumanni"



---

Sabato 6 e domenica 7 maggio 2023

Costiera Sorrentina

**Riserva marina Punta Campanella**

---

**Direttori d'escursione**

**EE:** Andrea FRANCO (tel. 3478905964) - (mail: andrfra@libero.it)

**E:** Michele COLONNA (tel. 3297954639) (mail: mic.colonna@gmail.com)

di supporto:

**EE:** Raffaele CAPOCCELLO (tel. 3489196144)

**E:** Gabriella PLATI (tel. 3407002483)

**Iscrizione**

I responsabili saranno in sede dalle ore 20,00 alle 21,00 di **giovedì 4 maggio** per fornire ogni ulteriore chiarimento. Le prenotazioni potranno effettuarsi, tramite il modulo di richiesta di iscrizione presente in fondo alla scheda pubblicata sul sito web. L'iscrizione avverrà secondo l'ordine cronologico con cui le richieste saranno pervenute, fino alla concorrenza del limite massimo di 30 persone che possono essere ammesse. Il 50% delle prenotazioni è riservato agli Escursionisti **EE**, per cui, all'atto della prenotazione, dovrà essere espressa la preferenza a quale escursione partecipare. Resta salvo il diritto dei responsabili di non ammettere quanti non sono in possesso dei requisiti fisici e tecnici minimi necessari correlati alla difficoltà dell'escursione. I soci ammessi a partecipare riceveranno una comunicazione telefonica o scritta via email o WhatsApp.

**Quota di partecipazione**

Soci CAI: € **100,00** - Non soci: € **118,00**.

La quota comprende il soggiorno presso l'agriturismo "Fattoria Terranova" Via Pontone, 10 – Sant'Agata sui Due Golfi - frazione di Massa Lubrense (pernotto, cena, colazione e pranzo a sacco) € 98,00 + contributo liberale di due giorni di € 2,00 all'associazione. Per i non soci la quota comprende, oltre le spese di soggiorno, il contributo liberale e l'assicurazione di 2 giorni pari a € 20,00. **La quota di soggiorno è ad esclusivo carico dei partecipanti e sarà raccolta dai direttori d'escursione entro e non oltre il giorno 14-04-2023, i quali la riverseranno, di pari importo, alla struttura ricettiva.**

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 piazzuola di sosta alla discesa di via Timmari (subito dopo Caserma Vigili del Fuoco, verso uscita Matera centro) partenza ore: 06,15

**Come raggiungere la località di partenza dell'escursione**

Procedere in direzione Timmari ex SP 8 per prendere la SS 655 Bradanica fino allo svincolo SS96 bis direzione Potenza/Tolve, quindi prendere la SS 407 Basentana fino all'uscita A3 direzione Salerno/Napoli, continuare sulla A3/E45 fino all'uscita per Castellammare di Stabia per prendere la

SS 145 Sorrentina, proseguire sulla SS 145 e alla biforcazione per costiera Amalfitana prendere direzione per Sant'Agata sui Due Golfi. La nostra destinazione è l'agriturismo "Fattoria Terranova" Via Pontone, 10 Sant'Agata Sui Due Golfi. Raggiunta la destinazione parcheggeremo, negli spazi disponibili, le auto per partire per l'escursione del primo giorno. Si raccomanda prudenza alla guida e di rimanere sempre compatti con le auto per non perdere la direzione dell'auto che vi precede. <https://maps.app.goo.gl/eNjemLvgKXKhRyq49> Visualizza su Google Maps.

### **Caratteristiche tecniche dell'escursione EE**

**1° giorno:** (Sant'Agata sui Due Golfi – Fiordo di Crapolla e ritorno, percorso a padella)

Lunghezza	ca. 9,00 <b>km</b>
Dislivello in salita	ca. 700 <b>m</b>
Dislivello in discesa	ca. 700 <b>m</b>
Tempo percorrenza	ca. <b>3,30 h</b> (escluse le soste)
Difficoltà	<b>EE</b> (Escursionisti esperti)

### **Caratteristiche tecniche dell'escursione E**

**1° giorno:** (Sant'Agata sui Due Golfi – Fiordo di Crapolla e ritorno, percorso A.R.)

Lunghezza	ca. 5,00 <b>km</b>
Dislivello in salita	ca. 500 <b>m</b>
Dislivello in discesa	ca. 500 <b>m</b>
Tempo percorrenza	ca. <b>2,30 h</b> (escluse le soste)
Difficoltà	<b>E</b> (Escursionistico)

### **Caratteristiche tecniche dell'escursione EE**

**2° giorno:** (Termini (Massa Lubrense) – Punta Campanella – Baia di Ieranto e ritorno, percorso ad anello)

Lunghezza	ca. 12,50 <b>km</b>
Dislivello in salita	ca. 1.136 <b>m</b>
Dislivello in discesa	ca. 1.139 <b>m</b>
Tempo percorrenza	ca. <b>5,40 h</b> (escluse le soste)
Difficoltà	<b>EE</b> (Escursionisti esperti)

### **Caratteristiche tecniche dell'escursione E**

**2° giorno:** (Termini (Massa Lubrense) – Punta Campanella e ritorno, percorso ad anello)

Lunghezza	ca. 9,00 <b>km</b>
Dislivello in salita	ca. 730 <b>m</b>
Dislivello in discesa	ca. 734 <b>m</b>
Tempo percorrenza	ca. <b>3,50 h</b> (escluse le soste)
Difficoltà	<b>E</b> (Escursionistico)

I percorsi si svolgono quasi sempre su sentiero o tratturi, non presentano particolari difficoltà tecniche e/o tratti molto esposti, ma la distanza, il caldo, le pendenze da percorrere ed alcuni tratti leggermente sdruciolevoli, in presenza di pietraia, rappresentano una difficoltà per i non preparati. La differenza fra i due percorsi è rappresentato solo dalla maggior lunghezza e dal maggior dislivello da percorrere. E bene rifornirsi alla partenza di almeno 2 litri di acqua, in alcuni casi sarà possibile trovare delle fontane lungo il tragitto.

## Descrizione del percorso

### 1° giorno E-EE

Partenza ore 10,30 circa dal parcheggio nelle vicinanze dell'agriturismo "Fattoria Terranova" percorreremo alcune strade cittadine verso Via Terranova e poi Via Nula per poi imboccare un sentiero in discesa. Durante la discesa potremo scorgere, in lontananza, gli *scogli dei Galli* e gli *scogli d'Isca e Vetara*. Dopo circa 15 minuti di cammino, in mezzo alle piante di mirto e di lentisco, raggiungeremo l'inizio dei quasi 700 gradini in pietra calcarea che ci condurranno fino alla cappella di S. Pietro. La cappella votiva intitolata allo stesso Santo, fu costruita sui ruderi e con le stesse pietre dell'antico edificio sorto come Monastero dei Benedettini Neri, risalente agli inizi dell'anno mille, che nel corso dei secoli fu possesso dei vari ordini monastici. Oggi sono visibili dei fusti di colonne ed alcune basi marmoree. Sul lato opposto è ben visibile l'antica torre difensiva di Crapolla, fatta costruire in epoca vicereale per fronteggiare gli assalti dei saraceni. Continuando la passeggiata giungeremo al caratteristico borgo marinaro risalente ad epoca romana, dove si possono notare svariati resti dell'epoca, come le cisterne per la raccolta delle acque piovane. Il fascino paesaggistico di questo sito si lega a tutte le vicende storico-culturali che si sono succedute nel corso degli anni, evidenziando che questa fosse stata una zona ad alto traffico marittimo. Anche per questi motivi "Crapolla" è soprattutto fonte ricca di leggende popolari legate alla figura di San Pietro. Qui, dopo aver esplorato il sito, faremo la sosta pranzo e i più audaci potranno immergersi nelle acque cristalline e ancora gelide del fiordo. Dopo la pausa, riprenderemo la strada di ritorno, affrontando in salita i famosi scalini fatti in precedenza a scendere. Questa è la parte più dura dell'escursione. Giunti presso la frazione di Torca, faremo una piccola sosta per rinfrescarci un po' e rifornirci di acqua. A questo punto si dividono i camminatori. Quelli del **gruppo E** dopo una piccola sosta, e visita al paesino, ritornano a presso l'agriturismo, dove, per loro, termina l'escursione, mentre quelli del **gruppo EE** continuano l'escursione verso la pineta "Le Tore". La Pineta denominata "Le Tore" proprio perché relativa all'antico nome della collina, appunto Monte Tore, facente parte del massiccio carbonatico che degrada a Sud verso il Golfo di Salerno, costituiva e costituisce di fatto un sistema particolare delle Oasi naturalistiche sia per la sua ridotta estensione, circa 15 Ha, sia per la gestione che la caratterizza. Purtroppo il sito è stato nel corso degli anni oggetto di abusi, abbandono, devastazione e incendi che ne hanno ridotto drasticamente le specie arboree presenti. Attualmente possiamo trovare alcuni esemplari di Pino d'Aleppo e Pino marittimo. Grazie alle organizzazioni ambientaliste, l'area è stata inserita nel patrimonio da proteggere e tutelare del FAI, per cui sono in atto vari progetti di riqualificazione. Dopo una breve passeggiata nel bosco si ritorna in agriturismo per concludere l'escursione.

### 2° giorno E - EE

Partenza ore: 08,30 circa. Dall'agriturismo "Fattoria Terranova" raggiungeremo, in auto, la località di Termini frazione di Massa Lubrense, da dove avrà inizio l'escursione alle ore 9,30 circa. Da Piazza Santa Croce percorreremo un tratto asfaltato, in discesa, di Via Campanella, per un paio di chilometri, per poi imboccare l'antica via Minerva, una mulattiera greco-romana costruita nel IV secolo A.C. (ancora parzialmente pavimentata con il basolato romano) che ci condurrà al faro di Punta Campanella, che con la torre di tufo grigio, sorge sul sito che probabilmente ospitava nell'antichità un tempio dedicato ad Athena-Minerva, fondato dai greci ed ereditato poi dai romani. Siamo giunti nell'area marina protetta di Punta Campanella, ultimo lembo di terra della Penisola Sorrentina con vista privilegiata sull'isola di Capri ed i suoi faraglioni. Dopo una breve sosta riprenderemo un tratto in salita, abbastanza impegnativo e con qualche piccolo tratto esposto, del sentiero CAI 300, che ci condurrà sul Monte San Costanzo (485 mt. s.l.m.) dove sostaremo all'ombra della cappella di San Costanzo, una piccola chiesetta situata proprio in cima al monte, e qui faremo la nostra pausa pranzo. Dalla sommità del San Costanzo il panorama si apre a 360 gradi su tutto il paesaggio, che comprende il territorio di **Massa Lubrense**, dal golfo di **Napoli** a quello di **Salerno**, con l'imponente **Vesuvio**, le isole di **Capri**, **Ischia** e **Procida**. Dopo la pausa si riprende il sentiero in direzione Nerano. Giunti a Nerano si dividono le strade degli escursionisti del **gruppo E** con il **gruppo EE**. I primi si fermano a Nerano con visita alla frazione per poi ripartire verso Termini e concludere l'escursione, dopo una breve visita anche a quest'altra frazione, nell'attesa che tornino gli escursionisti del **Gruppo EE**. I secondi, dopo aver

fatto rifornimento di acqua, imboccheranno il sentiero CAI 339 per scendere nella splendida cala della Baia di Ieranto, proprio davanti ai faraglioni di Capri, qui si apre uno scenario naturale di tale meraviglia che persino le **Sirene** lo scelsero come dimora. Secondo **Plinio il Vecchio**, fu esattamente qui che Ulisse le avrebbe incontrate, durante il suo ritorno verso Itaca raccontato da Omero nell'Odissea. La parte finale del sentiero è costituita dalla "scala dei minatori", una scala che i minatori arrivati qui all'inizio del 1900 per estrarre la calce si costruirono per arrivare prima alle cave, poste al livello del mare. Dopo una breve sosta, compatibilmente con gli orari, si risale dallo stesso sentiero per raggiungere prima Nerano e poi Termini, dove raggiunti gli altri escursionisti terminerà l'escursione. Dopo una breve sosta si riprenderanno le auto per raggiungere Matera, seguendo il percorso dell'andata. Si raccomanda gli autisti di guidare, nel tragitto di ritorno, con calma e cautela, per poter rientrare possibilmente tutti insieme.

### **Equipaggiamento necessario**

I partecipanti dovranno calzare **scarpe ALTE** da trekking. Per un maggior equilibrio è consigliato l'uso dei bastoncini da trekking.

Si raccomanda di portare nello zaino: oltre ai cambi di maglie, un **maglione** o pile, giacca a vento, **mantella** antipioggia, occhiali da sole, costume da bagno, telo mare, almeno due borracce di **acqua** da un litro, il telefonino, un leggero **pranzo a sacco**, crema solare, farmaci e dispositivi medici per automedicazione.

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 Sezione CAI di Matera che i partecipanti, iscrivendosi all'attività, confermano di conoscere e di accettare.

