



25/26/27 ottobre 2024
Kalabria coast to coast
Trekking di 3 giorni da Soverato a Pizzo Calabro

ESCURSIONE scala difficoltà E

Da qualche anno una delle mete più gettonate è il “Kalabria coast to coast”: 56 Km che congiungono le due coste calabresi dal mare Jonio al mare Tirreno partendo da Soverato (costa degli aranci) ed arrivando a Pizzo Calabro (costa degli dei).

Il Cammino è diviso in tre tappe, che si consiglia di fare in tre giorni. Lungo tutto il percorso ci sono cartelli e segni con strisce orizzontali bianchi e rosse posti su alberi, muretti e pietre, per indicare ai camminatori la direzione da seguire (SENTIERO ITALIA N. 710).

Si attraversa il territorio montano delle Pre serre Calabre, tra campi di grano, di ulivi secolari, filari di vite, boschi di castagni, faggi e sughero. Non solo: questo cammino permette di addentrarsi lungo borghi suggestivi e antichissimi, come Petrizzi, San Vito sullo Jonio e Monterosso Calabro. Tra le tappe si possono osservare pietre granitiche modellate dal tempo e la magnifica oasi naturalistica del lago Angitola (Parco naturale regionale delle Serre).

PROGRAMMA

25 OTTOBRE : PARTENZA da Castrovillari, via Francesco Russo (largo chiesa di San Girolamo) alle ore 5.00.

E' auspicabile affrontare il viaggio con il minimo di auto compattando il più possibile i partecipanti.

Per i soci provenienti da altri Comuni possono partire in autonomia, calcolando i tempi di arrivo a Soverato.

ARRIVO a Soverato in via Amirante (vicino la caserma dei Carabinieri) dove ci sono parcheggi a strisce bianche

Si va a piedi in PIAZZA NETTUNO (vicino la sede Lega Navale Nettuno) da dove ci attenderà la GUIDA e l'ACCOMPAGNATORE

(PRIMA TAPPA): PARTENZA ORE 8.00 – Km 13.6 – 4 ore e 30 minuti circa

Dal lungomare di Soverato, dopo circa 13 km si raggiunge il borgo di PETRIZZI.

Durante il cammino sarà possibile beneficiare del **pranzo a sacco** (consegnatoci dal referente di zona).

CENA a base di prodotti tipici, **PERNOTTAMENTO** in B&B o agriturismo a Petrizzi.

26 OTTOBRE - (SECONDA TAPPA): PARTENZA ore 8.00 – km 23.5 – 6 ore circa.

COLAZIONE

Tappa suggestiva sotto l'aspetto naturalistico e storico, tra antichi tratti di campagna e uliveti, si arriva al LAGO ACERO, si attraversa l'immensa foresta di faggi fin o ad arrivare al BORGO DI MONTEROSSO.

Durante il cammino sarà possibile beneficiare del **pranzo a sacco** (consegnatoci dal referente di zona).

CENA a base di prodotti tipici, **PERNOTTAMENTO** in B&B o agriturismo a Monterosso Calabro.

27 OTTOBRE - (TERZA TAPPA): PARTENZA ore 8.00 – km 19.6 – 5 ore circa

COLAZIONE

Ci mettiamo in cammino verso la tappa finale del cammino con passaggio all'interno dell' 'oasi naturalistica del lago ANGITOLA e nell'area archeologica dei ruderi della città Normanna di Rocca Angitola con arrivo nella pittoresca Pizzo Calabro

Durante il cammino sarà possibile beneficiare del **pranzo a sacco** (consegnatoci dal referente di zona)

ARRIVO a Pizzo Calabro

CONSEGNA DELL'ATTESTATO “testimonium” presso il Castello di Murat, foto di gruppo , avremo del tempo libero da trascorrere a piacimento. Nel tardo pomeriggio **TRANSFER** per Soverato con un pulmino, **RIENTRO** a Castrovillari o da altri luoghi con le proprie auto in serata

DATI TECNICI

	Prima tappa	Seconda tappa	Terza tappa
LUNGHEZZA	Km 13.700	Km 23.500	Km 19.100
DIFFICOLTA'	media	Media – difficile	Media
DISLIVELLO IN SALITA	716 mt	979 mt	585 mt
DISLIVELLO IN DISCESA	327 mt	1085 mt	864 mt
QUOTA MINIMA	0 mt sul livello del mare	286 mt S.L.M.	0 mt S.L.M.
QUOTA MASSIMA	643 mt	1000 MT	352 mt S.L.M.
FONDO	60% asfalto, 40% sterrato	30 asfalto, 70 % sterrato	60 asfalto,40% sterrato
ACQUA POTABILE	Non ci sono fonti di acqua potabile fino all'arrivo a Petrizzi	Fontana in piazza Regina Margherita (Petrizzi), fontana presso villa comunale di San Vito sullo Jonio, sorgente nei pressi del lago Acero, sorgente in località Pozzetti di Monterosso C.	Non ci sono fonti di acqua potabile fino all'arrivo a Pizzo Calabro

CONSIGLI TECNICI:

ZAINO GIORNALIERO (25 / 30 lt) per le 3 giornate di cammino:

- Acqua (1.5 lt) e bicchiere
- Snack energetico (frutta secca, cioccolato, barrette energetiche)
- Bevanda idrosalina
- Farmaci personali
- Kit igiene e pronto soccorso
- fischietto, coltellino multiuso
- Bastoncini da trekking
- Abbigliamento supplementare in caso di freddo o eccessiva sudorazione

ABBIGLIAMENTO:

- Tipico a strati consono alla stagione
- Scarpe da trekking (per il tipo di percorso è consigliata quella bassa) oppure una buona scarpa da running
- Calze tecniche, pantalone fresco o tecnico, maglia tecnica manica lunga o un pile, giacca impermeabile, K way, cappellino, occhiali da sole, crema solare ad alta protezione.

N.B. Nello zaino o trolley o borsone (chiusa con lucchetto con il nome del partecipante) si possono mettere i cambi supplementari di abbigliamento sufficienti per i tre giorni di cammino ed altri effetti personali.

Il **trasporto bagagli** è garantito dal referente di zona (verrà prelevato la mattina nell'alloggio di partenza e sarà portato nell'alloggio successivo). Sono previsti dei limiti di misura (56x45x25 cm) più un bagaglio di piccole dimensioni (45x36x20 cm) oppure **uno solo di dimensioni 67x46x27**.

NOTE IMPORTANTI:

Consenso informato. I soci che desiderano partecipare devono valutare attentamente la propria preparazione fisica, l'equipaggiamento e l'abbigliamento richiesto. La partecipazione alle escursioni comporta la conoscenza e

l'accettazione integrale ed incondizionata del programma proposto e del regolamento escursionistico sezionale (www.caicastrovillari.it)

È obbligatorio comunicare la propria partecipazione solo ed esclusivamente ai Coordinatori Organizzativi. Si coglie l'occasione per ricordare che questa regola, più volte disattesa dai partecipanti, è sempre valida e indispensabile al fine di pianificare al meglio le uscite previste in un'attività dove non è possibile dare spazio all'improvvisazione.

I partecipanti si impegnano a rispettare scrupolosamente le indicazioni e le direttive impartite dagli accompagnatori responsabili designati dalla Sezione organizzatrice.

ISCRIZIONE riservata ai soci C.A.I.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE **INDIVIDUALE** euro **365.00**

Da versare su CCB intestato a CAI Castrovillari Banca Credem Cod. IBAN: **IT69K0303280670010000000703**,
Causale: Nome, Cognome, caparra Calabria coast to coast 2024

ACCONTO DI € 100,00 ENTRO IL 5 AGOSTO 2024

SALDO DELL'INTERA QUOTA ENTRO 10 GIORNI PRIMA DELLA PARTENZA (15/10/24)

LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE COMPRENDE:

- 2 PERNOTTAMENTI in B&B, agriturismo e hotels 3* / 4*
- 2 COLAZIONI
- 2 CENE con un primo, un secondo, contorno, dolce, bevande (acqua, ¼ di vino locale) per persona
- 3 PRANZI AL SACCO che prevedono una focaccia/panino farcito, un dolce, due frutti, una bibita calabrese, e ½ litro di acqua per persona
- 1 GUIDA ESCURSIONISTICA fino a 9 partecipanti (1 GUIDA escursionistica + 1 accompagnatore oltre i 10 partecipanti)
- TRASPORTO BAGAGLI da una tappa all'altra
- ASSISTENZA in caso di bisogno, sia telefonica che fisica (in caso di estrema difficoltà si garantisce intervento con un'auto)
- TRASFERIMENTO in autobus privato da Pizzo Calabro a Soverato

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- QUOTA DI ISCRIZIONE E ASSICURAZIONE medica/bagaglio di Euro 25,00 per persona, da pagare in contanti in loco (obbligatorie). Tale quota include il PASSAPORTO DEL CAMMINATORE e il TESTIMONIUM (certificato finale)
- TASSA DI SOGGIORNO
- Tutto ciò che non viene menzionato nel "IL PREZZO NON INCLUDE"

Supplemento singola: + 55.00 euro

Riduzione terzo e quarto letto: -10.00 euro

RECAPITI TELEFONICI DEGLI ORGANIZZATORI:

Rosa Manzo: 327.9854308

Carla Primavera: 338.3728166

Il programma potrà subire eventuali variazioni, che saranno tempestivamente comunicate, legate alle condizioni atmosferiche in loco o ad altre condizioni impreviste.