



## Club Alpino Italiano

### Sezione di Potenza

Domenica 01 ottobre 2023

Parco Nazionale Appennino Lucano Val d'Agri Lagonegrese

### La Costara - da Fontana delle Brecce a Costara di Sasso

#### Direttori d'escursione

Enzo Guardascione (tel. 3493592808) – Amedeo Tucci AE (tel. 3755557764)

#### Iscrizione

I responsabili saranno in sede dalle ore 19.30 alle 21.00 di venerdì 29 settembre per fornire ogni ulteriore chiarimento e prendere le adesioni. I non soci all'atto dell'iscrizione, che potrà avvenire esclusivamente in sede, 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.cai.it/sezione/potenza>

#### Quota di partecipazione

Soci CAI: € 3,00 - Non soci: € 10,00. 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 7.15 nel Piazzale Michetti, di fronte Regione Basilicata.

Partenza ore 7.30

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

Partendo da Potenza imboccare la SP 5 Pignola Sellata. Giunti al valico prendere a destra direzione La Maddalena. Al bivio Volturino-Marsico N prendere a destra direzione Marsico N. Dopo alcuni chilometri, all'altezza di una villetta abbandonata, svoltare a destra direzione Fontana delle Brecce. Qui avrà inizio l'escursione.

#### Caratteristiche tecniche dell'escursione

Lunghezza	ca. 12 km
Dislivello in salita	ca. 700 m
Tempo percorrenza	ca. 5.00 h (escluse le soste)
Difficoltà	E

## Coordinate UTM

Inizio/fine: **33 T 563160E 4480765N**  
Fontana Costara ( p di fuga): **33 T 560020E 4481710N**

## Descrizione del percorso

Si parte dal rifugio subito in salita, direzione Monte Maruggio. Giunti in breve al valico si devia leggermente a destra seguendo il segnavia e, in decisa salita, si raggiunge un altopiano aperto. Qui occorre prestare attenzione ai paletti e, trascurando il sentiero sulla destra che condurrebbe a Timpa D'Albano, occorre svoltare a U sulla sinistra e affrontare il sentiero in discesa decisa. In breve percorso e dopo alcuni tornanti si raggiunge la fontana Acqua Ceresola, fonte sorgiva dove è possibile approvvigionarsi d'acqua. Da qui si continua su sentiero scoperto e a mezza costa- tratto del sentiero Frassati- in discesa, panoramico sulla valle e i monti circostanti. Si entra nuovamente nel bosco raggiungendo un incrocio di sentieri: a destra si sale verso Timpa D'Albano, a sinistra una larga carraia condurrebbe a Costara. Noi però prenderemo un terzo sentiero tra questi due; più stretto e ripido inizialmente, poi quasi in piano fino a Costara. Giunti in questo luogo troveremo un piccolo rifugio e fonti d'acqua. Consumeremo qui il leggero pranzo. Da Costara intraprenderemo la via del ritorno imboccando una carraia poco oltre una fontana a secco. La carraia è breve e, in salita, si trasforma in stretto sentiero in salita decisa. Quasi senza accorgersene il sentiero va a perdere, confondendosi con numerose piste tracciate dai bovini al pascolo. Ci troveremo a camminare sul pendio erboso senza traccia precisa e sempre in decisa salita. Raggiungeremo così il colle Margiotto, dove incroceremo la carraia che sale dalla provinciale di Marsico N. la percorreremo in direzione EST e, dopo alcuni chilometri torneremo a Fontana delle Brecce. Il tracciato si snoda nella faggeta con tratti aperti e panoramici. La via del ritorno è più aperta e soleggiata e, oltre Colle Margiotto, nuovamente alberata con faggi e conifere di impianto. Nei tratti aperti è possibile avvistare rapaci in caccia: poiane e gheppi.

## Equipaggiamento necessario

### (integrare secondo necessità)

I partecipanti dovranno calzare **scarpe da trekking, alte** per neofiti e meno allenati.

### Consigliati **bastoncini da trekking**

Si raccomanda di portare nello zaino: **maglione o pile**, giacca a vento, **mantella** antipioggia, almeno una borraccia di **acqua** da un litro, il telefonino, un leggero **pranzo a sacco**.

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 Potenza che i partecipanti, iscrivendosi all'attività, confermano di conoscere e di accettare.



*Rispetta la bellezza della natura*



*Segui il sentiero*



*Non abbandonare rifiuti*

WGS 84

