



## **Club Alpino Italiano** *Sezione di Potenza*

---

**Domenica 1 febbraio 2026**

**Sentiero Italia Tratta R13**

**Da Melfi a Rocchetta Sant'Antonio**

**Intersezionale con la Sezione CAI di Melfi**

---

### **Direttori d'escursione**

**Eduardo Salerno** (tel. 339 5296900) – **Angela Cocuzzo** (tel. 349 3612933)

### **Iscrizione**

Per organizzare il trasferimento in pullman che ci porterà all'inizio e ci aspetterà alla fine del percorso, è necessario conoscere in anticipo il numero dei partecipanti.

Pertanto le preadesioni dovranno essere comunicate a Eduardo Salerno via WhatsApp entro le ore 21 di mercoledì 21 gennaio.

### **Quota di partecipazione**

Soci CAI: € 3,00 - Non soci: € 10,00. Per i non soci la quota comprende l'assicurazione.

Le quote del pullman saranno determinate in base al numero dei partecipanti.

### **Appuntamento e partenza**

Appuntamento ore 6,45 a Potenza in piazza Zara. Partenza ore 7,00.

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

Da Potenza a Melfi Piazzale antistante Palazzetto dello Sport, dove avrà inizio l'escursione.

## Caratteristiche tecniche dell'escursione

Lunghezza	ca.	20,8 km
Dislivello in salita	ca.	245 m
Dislivello in discesa	ca.	545 m
Tempo percorrenza	ca.	6 h (escluse le soste)
Difficoltà		<b>E</b>

## Coordinate UTM

Inizio percorso	33T 554870E 4539130N
Fine percorso	33T 545915E 4547365N

## Descrizione del percorso

Dalla fiumara si percorre in salita un tratto di asfalto fino ad incrociare il Tratturo Regio e la via Appia Antica.

Finita la salita, si raggiunge in leggera discesa l'agriturismo "Tratturo Regio" e il "Bosco di Cisterna".

Si prosegue poi su sterrato fino alla località gli "Sportoni".

Di qui su sterrato fino alla località "Isca della Ricotta di Sotto". Infine, su asfalto fino al ponte "Santa Venere" sul fiume Ofanto.

## Equipaggiamento necessario

**(integrare secondo necessità)**

I partecipanti dovranno avere **scarpe ALTE** da trekking, è inoltre fortemente raccomandato l'utilizzo dei bastoncini da trekking o di bastone.

Si raccomanda di portare nello zaino: pile, giacca a vento, **un** antipioggia, una borraccia di acqua, il telefonino, un leggero **pranzo a sacco, cappello**.

Al Rifugio, a metà del percorso, è possibile rifornirsi di acqua.

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*



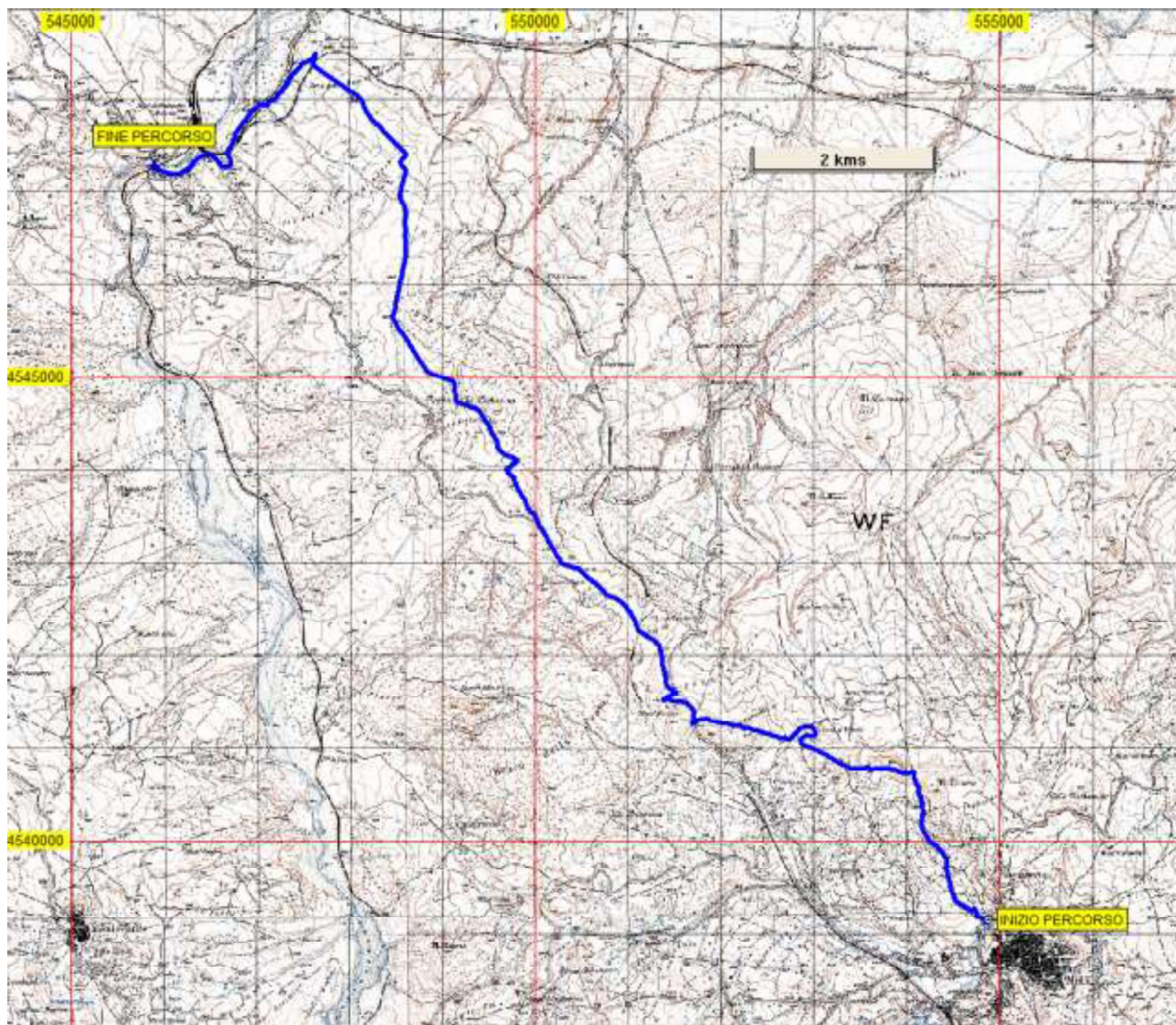
*Segui il sentiero*



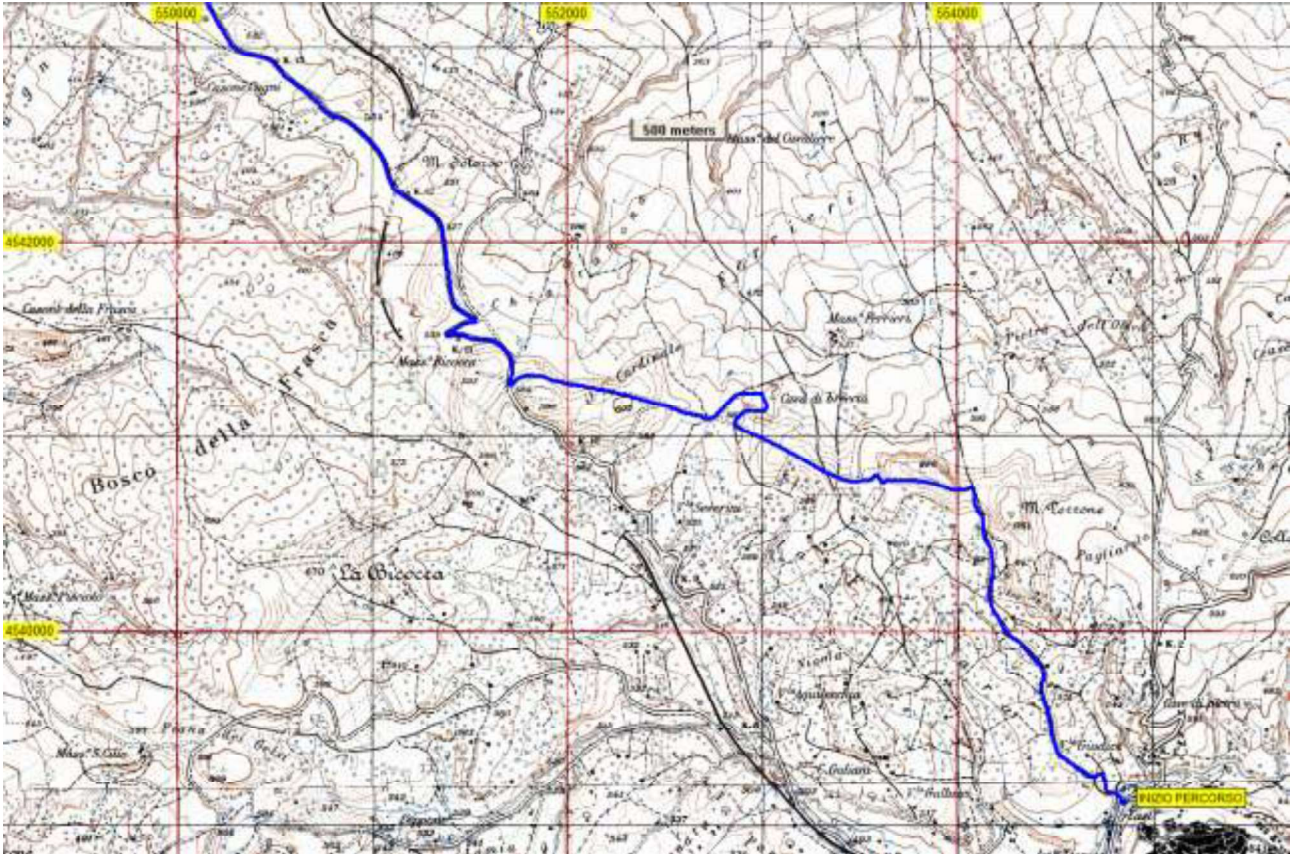
*Non abbandonare rifiuti*

## *MAPPA DEL PERCORSO*

### **Percorso intero**



Tratta iniziale



# Tratta intermedia



