



Club Alpino Italiano - Sezione di Potenza

Escursione del 9 e 10 luglio 2011

Parco nazionale del Pollino

Traversata tra due regioni, due province, due comuni.

San Lorenzo Bellizzi - Terranova di Pollino - San Lorenzo Bellizzi

Organizzatori: Vincenzo Armentano tel. 3389535747, Mario Riccardi tel. 335446291

Appuntamento e partenza: presso il piazzale antistante Hobby Centro alle ore 6:00, partenza ore 6:15

Inizio e termine escursione: piazza di San Lorenzo Bellizzi (Cs)

Punto più basso: Canale di Malamorte, 713 m.s.l.m - **Punto più alto:** Timpone della Rotondella 1666 m.s.l.m

Dislivello totale: 1000 mt circa il primo giorno, 800 il secondo.

Territori comunali attraversati: San Lorenzo e Terranova

Tipologia del percorso: sentiero ben marcato, strada sterrata, brevi tratti di asfalto.

Lunghezza del percorso: circa 22 Km il primo giorno, con possibilità di variante e riduzione di circa km 4 del percorso. Secondo giorno circa 18 Km.

Durata escursione: in media 8 ore circa a giorno, soste escluse.

Tipo di difficoltà: E, il percorso non presenta nessuna difficoltà di carattere tecnico, se non quelle dipendenti dalla lunghezza e dal dislivello.

Sorgenti: acqua di Logoforano, fontana di *San Lorenzo* (per Vincenzo) di *Catalano* (per Mario).

Fontana di S. Pietro (Santu Pitru), al ritorno a San Lorenzo Bellizzi ed altre piccole sorgenti minori.

Come raggiungere San Lorenzo Bellizzi: tramite la **Basentana** fino a Metaponto, seguendo poi la statale **106** che lasceremo all'uscita per **Castrovillari**; dopo circa 5 Km prenderemo il bivio in direzione di **Cerchiara - San Lorenzo**, dove si incomincia a salire di quota e dopo numerosi tornanti si giunge -percorsi circa 210 Km- a destinazione.

Descrizione del percorso: dalla piazza del nuovo centro abitato rione Sgrotto diamo inizio all'escursione non prima di aver osservato di fronte a noi le imponenti Timpe di Cassano e di San Lorenzo. Appena inizia la salita, entriamo nel bosco della *Montagnella* dove incrociamo una sterrata che percorreremo per qualche Km fino ad un piccolo pianoro e imboccheremo un sentiero ben marcato che aggira sulla sinistra le pendici di Serra di Paola e ci porterà in breve tempo in località Crete Nere, sul confine fra San Lorenzo e Terranova, che tanto fa discutere i due organizzatori. Sperando che il notevole dislivello da superare in questa fase di partenza spenga o almeno attutisca i livori reciproci e non esasperi i toni della contesa, in attesa di definire una volta per sempre l'annosa questione del confine, proseguiamo su un'interminabile sterrata che, attraverso un bosco di Aceri, si inerpica gradualmente passando sotto Cozzo Sarcone, accanto alla sorgente Acqua di Logoforano e poi alla Fontana di San Lorenzo, ci condurrà al punto più alto del percorso, il Timpone della Rotondella. Da qui, dove è prevista la sosta pranzo, è possibile godere di un impareggiabile e ampio panorama. Consumato il pasto si comincia a scendere di quota fino ad imboccare la "Via dei Briganti" che percorreremo lungo Serra Scorzillo, a ridosso del confine regionale, per piegare poi a nord su Piano di Rizzo, verso Serra Costa, sulla sterrata che costituisce la tradizionale via di comunicazione fra i due Comuni. Attraversata la frazione di Sangineto, scenderemo ancora fino a guardare il Sarmento, presso le rovine di un antico mulino ad acqua. Dopo venti minuti di marcia, giungeremo infine a Terranova, dove ci aspetta Pino, il celebre chef del Picchio Nero che ci ospiterà per la cena e la notte. Per il giorno seguente mettere la sveglia alle ore 7:00 (non fidarsi del gallo del posto che può cantare anche alle ore 3:00 provocando panico agli escursionisti) dopo la colazione e non più tardi delle ore 8:00, si riprende il cammino di ritorno sull'ultimo pezzo del percorso del giorno prima, fino al torrente Sarmento, da dove saliremo aggirando la località Manche del Palo fino a Serra Lavina, il punto più alto della giornata (mt. 1381). Continueremo, digradando dolcemente, su una sterrata che punta verso piano Rizzo, all'ombra dell'imponente Falconara, ripercorrendo lungo la "Via dei Briganti" un altro tratto in comune con l'escursione del giorno prima, che lasceremo puntando decisamente a sud sull'antica mulattiera che collegava i due paesi, attraverso le contrade Piano della Mandria, Favata, Connomina. Ci toccherà quindi guardare un altro torrente, il Canale di Malamorte sorvegliato dalle rovine di un vecchio mulino ad acqua, il punto più basso dell'intera escursione (mt. 713), non lontano ormai dalla meta finale, a cui però non potremo arrivare senza sostare presso la Fontana di Santu Pitru. E'qui necessario lavarsi le scarpe prima di accedere al Paese, nonché rinfrescarsi la testa e le idee, usufruendo delle miracolose proprietà delle acque che -secondo l'antica leggenda del luogo- hanno la proprietà di cancellare la stanchezza e gli affanni. Al centro storico di San Lorenzo Bellizzi si giungerà su breve tratto in asfalto.

Flora locale: molte sono le specie arboree presenti : varie specie di Aceri, l'Abete bianco, Faggio, Melo selvatico, Prugno selvatico, Ginepro, diverse varietà di Querce, ed alle quote più alte il Pino Loricato. A seconda della stagione si possono osservare diverse fioriture di orchidee e di molte piante officinali come il Timo, la Genziana e tante altre.

Fauna: Aquila reale (*se la fortuna ci assiste si potrebbe anche avvistare*), Gufo reale, Picchio nero, Picchio rosso mezzano, Falco pellegrino, Corvo imperiale, Coturnice, Tordo bottaccio, Tordela, Lupo, Martora, Scoiattolo meridionale, Gatto selvatico, Cinghiale, Lepre, di recente è stato reintrodotta il Grifone.

Attrezzatura abbigliamento e alimentazione: scarponi da trekking (obbligatori), pile leggero, zaino da escursionismo, giacca impermeabile o antivento, occhiali da sole,; è consigliabile avere con sé un cappellino o un foulard per ripararsi dal sole, crema protettiva contro i raggi solari, almeno 1½ litro d'acqua. Oltre naturalmente il pranzo al sacco per la giornata di sabato.

Ricordatevi che quello che vi portate dovrà andare nello zaino e più lo zaino sarà pesante e più vi affaticherete.

Il consiglio è pertanto quello di portare l'indispensabile per il pernottato e un minimo di ricambio per il giorno dopo.

Non dimenticate delle pantofole o dei sandali per far respirare i piedi a fine escursione.

Iscrizioni e quote di partecipazione: Le iscrizioni sono già aperte. Per le adesioni e fornire ogni utile chiarimento gli organizzatori saranno comunque presenti presso la sede in via Tammore a Potenza dalle ore 19,30 alle ore 21,30 di venerdì **24/06/2011** e venerdì **01/07/2011** ultimo giorno per iscriversi. **Le quote** -comprensive della cena di sabato, del pernottato, della colazione e del pasto al sacco di domenica sono di € **55** per i **soci** e di € **70** (comprensivi della copertura assicurativa e dell'eventuale diritto al soccorso alpino) per i **non soci**, che devono comunicare di persona i propri dati anagrafici, al momento dell'iscrizione nelle date e negli orari sopra indicati.

In caso di intervenute necessità organizzative i responsabili si riservano di apportare al programma ogni necessaria modifica.

Obblighi dei partecipanti: Essere a conoscenza del regolamento ed accettarlo, ed esattamente: Partecipare possibilmente alla riunione per l'iscrizione all'escursione. Essere fisicamente preparati ed in possesso di abbigliamento ed attrezzatura adeguati all'escursione. Attenersi esclusivamente alle disposizioni impartite dagli organizzatori non abbandonando il gruppo e collaborando per la riuscita dell'escursione. Prevedendo l'utilizzo della propria autovettura, presentarsi al raduno già riforniti di carburante. Le spese di carburante saranno divise tra i componenti dell'equipaggio delle autovetture utilizzate per il viaggio. Essere puntuali all'appuntamento.



"Timpa San Lorenzo" e "La Falconara" lungo il percorso