



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
**SEZIONE DI POTENZA**

**ESCURSIONE del 25.26/02/2006**

**Parco Nazionale del Pollino - versante OVEST**

**RESPONSABILE: Rocco PAVESE – 347.6365384**

**LUOGO RITROVO: Edicola Gallitello, sabato 25 febbraio ore 17,30**

**ORARIO RIENTRO: domenica 26 febbraio ore 19,30 circa**

**DIFFICOLTA' DEL PERCORSO: EEA – passaggi obbligati di 2° grado –  
progressione su ghiaccio con ramponi e piccozza**

**ORE DI CAMMINO EFFETTIVO: 9**

**DISLIVELLO IN SALITA ED IN DISCESA: 1.650 mt.**

#### **COME SI RAGGIUNGE IL PUNTO DI ATTACCO DEL SENTIERO:**

*Si lascia l'autostrada Salerno-Reggio Calabria a Frascineto e da qui si imbecca la strada statale per Castrovillari ed in località Pieta' la circunvallazione di Castrovillari. Duecento metri dopo il bivio si imbecca sulla destra una strada asfaltata che conduce alla Casa Circondariale (grosso fabbricato ben visibile dalla strada, vi è anche un cartello stradale). Una volta giunti avanti l'ingresso del carcere prendere sulla destra una sterrata che conduce verso una cava. In prossimità della cava (poco visibile perchè più bassa rispetto al livello di strada) prendere a sinistra. Superato il ponte sull'autostrada ci si dirige in direzione dell'evidente Grotta Carbone di fronte a destra percorrendo la sterrata che costeggia il lato destro di un rimboschimento di pini ove e' possibile parcheggiare l'auto.*

#### **DESCRIZIONE DELL'ASCENSIONE:**

*Dopo aver costeggiato il lato destro del rimboschimento si prosegue sullo sterrato e dopo dieci minuti si lascia sulla sinistra un bivio che costeggia l'appuntito picco di COZZO PALUMBO (907mt) che rappresenta il vero e proprio inizio del lungo crestone.*

*Una volta sul crestone dei loricati (o cresta sud del Dolcedorme) lo si risale d'istinto, essendo il percorso spesso privo di tracce di sentiero. Dopo circa tre ore la cresta si allarga in un ripido slargo erboso dove è disteso un tronco di un pino loricato morto. Lungo quest'ultim tratto bisogna superare dei facili passaggi su roccia (II grado), che- in caso di difficoltà- vanno sempre aggirati sulla destra.*

*Superato il pino si risale fino alle prime roccette che delimitano la bastionata sud del Dolcedorme (10 minuti circa) e ci si porta ad attraversare i ripidi prati fino a raggiungere il lungo ghiaione che scende da destra delimitato su ambo i lati da pareti rocciose e che, ad una certa altezza risulta diviso in due tronconi (altri 30 minuti).*

*Dove i canali si separano si prende a destra verso una strettoia nella roccia. La faticosa salita del lungo e ripido canale che porta alla vetta del Dolcedorme comporta circa un'ora e 45 minuti di duro lavoro di polpacci e necessita di assenza di vertigini (pendenza da 40 a 65 gradi).*

*La percorrenza del canalone è da ritenersi alpinistica, anche in considerazione delle condizioni invernali ed è assolutamente da non sottovalutare a causa della notevole pendenza.*

*Il percorso del ritorno inizia con una bella passeggiata in discesa sulla ripida cresta (a volte anche stretta e strapiombante) che conduce verso sud in direzione della Manfriana fino a raggiungere la Timpa del Pino di Michele (2.069 mt.) facilmente riconoscibile grazie ai resti di un piccolo pino loricato vicino la cresta (20 minuti di cammino dalla vetta del Dolcedorme).*

*Mantenendosi al centro del canale, lo si ridiscende a zin zag facendo attenzione alla discreta pendenza per circa 30 minuti fino ad incontrare in prossimità di alcuni strapiombi (400 mt. di dislivello più giù) un comodo sentiero che scende verso destra.*

*Dopo trenta minuti di cammino si incontra un sentiero che incrocia quello percorso in salita prima di deviare sul crestone.*

*Da questo punto alla macchina occorre un'altra ora di cammino.*

## **PER PARTECIPARE**

*E' indispensabile essere ben allenati, non soffrire di vertigini, essere in possesso di adeguata attrezzatura ed abbigliamento invernale.*

*Per parte del percorso sarà necessario l'uso di ramponi e piccozza escursionistica.*

*Data la lunghezza e le difficoltà del percorso sarà utile portare nello zaino anche una lampada frontale che potrebbe tornare utile durante la discesa.*

*La assoluta assenza di sorgenti lungo il percorso obbliga i partecipanti a partire già forniti dell'acqua necessaria.*

*La lunghezza del percorso ed il notevole tempo di percorrenza sconsiglia l'assunzione di cibi difficilmente digeribili o che comportano una sosta molto lunga per essere consumati, per cui si consiglia di prevedere piccoli e ravvicinati spuntini.*

*Viste le caratteristiche del percorso saranno ammessi a partecipare solo soci allenati e di provata capacità.*

**Il sabato sera si cenerà presso un Ristorante sito in località Campotenesse e si dormirà presso un Bed & Breakfast (costo circa € 30,00 a testa), sempre in località Campotenesse.**

**L'adesione all'escursione va comunicata entro venerdì 17 febbraio p.v. onde permettere la prenotazione alberghiera e, per gli ultimi dettagli, ci si incontrerà in sede il venerdì successivo alle ore 19,00.**

**La quota di iscrizione ammontante ad € 33,00 circa, comprendente le spese di pernottamento e di copertura assicurativa per l'escursione della domenica, andrà versata entro venerdì 17 in sede.**

**Le ulteriori spese inerenti il trasporto e la cena verranno divise tra i partecipanti.**