



Club Alpino Italiano *Sezione di Potenza*

Domenica **22 marzo 2026**

Parco regionale di Gallipoli Cognato **Sentiero 705 Monte Crocchia**

Intersezionale con la Sezione CAI di Matera

Direttori d'escursione

De Palma Vincenzo (tel.3204277910) – **Eduardo Salerno** (tel. 3395296900)

Iscrizione

I responsabili saranno in sede dalle ore 19.30 alle 21.00 di **venerdì 20 marzo** per fornire ogni ulteriore chiarimento

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.

Appuntamento e partenza

Appuntamento ore 7,45 a Potenza in piazza Zara. Partenza ore 8,00.

Come raggiungere la località di partenza dell'escursione.

Da Potenza Prendi SS 407 Basentana Segui SS 407 Basentana direzione Metaponto prendi l'uscita Pietrapertosa Continua Direzione Oliveto Lucano.

Caratteristiche tecniche dell'escursione

Lunghezza	ca.	9 km
Dislivello in salita	ca.	320 m
Dislivello in discesa	ca.	320 m
Tempo percorrenza	ca.	4,50 h (escluse le soste)
Quota minima:	ca.	850 m
Quota massima:	ca	1.140 m
Difficoltà		E

Coordinate UTM- WGS84

Inizio/Fine percorso

33T 597648E 4488552N

Descrizione del percorso

Procedere in salita fino al raggiungimento di “Petre de la Mola”, dove è possibile fruire di una altana panoramica e visitare il complesso rupestre.

Seguire il sentiero fino a raggiungere la porta principale dell'acropoli di “Croccia Cognato”.

Lambire il perimetro murario fino al “Belvedere”, dove è presente un'ulteriore altana panoramica con affaccio sulla valle del Basento.

Proseguire in discesa, attraverso il bosco per circa 1 km, fino a raggiungere la strada forestale in località “Lapazzone”, dove è possibile godere di uno splendido affaccio panoramico sulla porzione occidentale del Parco.

Proseguire lungo il sentiero alle falde del “Monte Croccia”, fino a raggiungere la strada “Calciano – Monte Croccia”. Svoltare a destra e proseguire lungo la strada, tra aree aperte e piccoli boschetti, fino a raggiungere “Piano Torcigliano”.

Prendere il sentiero attraverso il bosco e proseguire in salita fino a raggiungere il punto di partenza.

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. Lampada frontale /torcia tascabile.

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

Lungo il percorso **non sono presenti fontane e sorgenti Potabili**. Pertanto si consiglia **borraccia con almeno 1 lt. di acqua e comunque in base alle proprie esigenze**.

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

41_44_alvivo_32633 WGS 84 1:25,000 13/03/2026

Domenica 22 marzo 2026 - Intersezionale CAI Matera CAI Potenza - Parco Regionale Gallipoli Cognato sentiero 705 Monte Crocchia

