



Club Alpino Italiano *Sezione di Potenza*

Domenica 19 Aprile 2026 **Parco Nazionale del Cilento** **Cocuzzo delle Puglie e Monte Puglie**

Direttori d'escursione

Rocco Calzaretta (tel. 3275645111) – AE Amedeo Tucci (tel. 3755557764)

Iscrizione

I responsabili saranno in sede dalle ore **19.30 alle 20.30** di **Venerdì 17 Aprile** per fornire ogni ulteriore chiarimento e prendere le adesioni.

Quota di partecipazione

Soci CAI €3,00.

Appuntamento e partenza

Appuntamento ore 7:15 nel parcheggio al secondo livello di piazza Zara. **Partenza ore 7:30.**

Come raggiungere la località di partenza dell'escursione

Partendo da Potenza imboccare il raccordo autostradale Potenza-Sicignano in direzione Salerno, e uscire a Tito Scalo e poi prendere la Tito-Brienza in direzione Brienza. Al termine della Tito-Brienza prendere l'uscita per Atena Lucana e poi prendere la Salerno-Reggio in direzione Reggio Calabria. Proseguire sull'A2 fino a Atena Lucana quindi uscire. Usciti a proseguire in direzione di Teggiano e poi per Sacco sulla SP 11. Raggiungeremo Sella del Corticato dove lasceremo le auto e avrà inizio l'escursione.

Caratteristiche tecniche dell'escursione

Lunghezza	ca. 10 km
Dislivello	ca. 550 mt
Tempo percorrenza	ca. 5/6 ore (escluse le soste)
Difficoltà	EE

Coordinate UTM

Inizio escursione:	33T 536 970E; 4471 630N
Cocuzzo delle Puglie:	33T 537 122E; 4473 160N
Monte Puglie:	33T 538 667E; 4472 750N

Descrizione del percorso

Da Sella del Corticato (1026 m) ci incammineremo su pista sterrata, allo scoperto e per più di un chilometro cammineremo verso la base del Monte Puglie e con alle spalle il Monte Motola. Potremo apprezzare le pareti del Monte Puglie in tutta la sua ampiezza.

Raggiunta la base (1200m) inizierà la salita, sempre allo scoperto, su traccia tra pietroni. Qui affronteremo il dislivello più impegnativo di circa duecento metri fino a raggiungere la cima del Cocuzzo delle Puglie (1411m). Da qui si potrà apprezzare una bella visuale sul Monte Motola.

Lascieremo il Cocuzzo e scenderemo sul versante Nord, entreremo nel bosco di faggi e proseguiremo il cammino al coperto su ampia pista sterrata con leggeri sali scendi.

Usciremo dal bosco e percorreremo, per qualche centinaio di metri, un tratto esposto su traccia tra le rocce, sconsigliato a chi soffre di vertigini.

Dopo poco giungeremo sul Monte Puglie (1465m) da dove si aprirà una ampia visuale sul Vallo di Diano dove sarà ben visibile Teggiano e Sala Consilina, e saranno visibili sullo sfondo da Pierfanone alle Cime del Pollino.

Dopo aver fatto una sosta per consumare il pranzo al sacco torneremo rifacendo perlopiù il percorso dell'andata. Giunti alle auto termineremo l'escursione.

Il percorso non è lungo ma è impegnativo sia per il fondo, che in alcuni tratti è su pietroni instabili, sia per la presenza di un tratto esposto. Lungo il percorso non sono presenti fontane.

Equipaggiamento necessario

I partecipanti dovranno calzare **scarpe ALTE** da trekking. Si raccomanda di portare nello zaino: **cappellino**, **crema solare**, giacca a vento e antipioggia, almeno **due litri di acqua**, il telefonino. Portare un **leggero pranzo al 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

