

### Dal 30 Aprile al 4 Maggio 2025

## **COSTA DEL CILENTO**

### **TREKKING TRA NATURA E CULTURA**



Da Capo Palinuro all'Area Marina Protetta degli Infreschi nel Golfo di Policastro, fino ai templi millenari di Paestum, vivremo quattro giorni intensi tra storia, natura e paesaggi incantevoli nel Parco Nazionale del Cilento, dal 1997 riserva della Biosfera e dal 1998 dichiarato Patrimonio dell'Unesco.

#### **Programma**

**1°giorno:** partenza da Terni con auto proprie e arrivo in hotel a Marina di Camerota (SA)

**2°giorno:** Trekking alla Baia degli Infreschi. Rientro in barca con visita alle grotte marine.

(Durata: **5h** Difficoltà: **T/E** Dislivello: **+570** Lunghezza: **11 km**)

**3°giorno:** Sentiero della Primula a Capo Palinuro. Rientro in barca con visita alla Grotta Azzurra

(Durata: **5h** Difficoltà: **T/E** Dislivello: **+ 600** Lunghezza: **12 km**)

**4°giorno:** Sentiero “Apprezzami l’asino”. Al termine visita a Maratea e al Cristo Redentore posto sulla cima del Monte San Biagio. (Durata: **5h** Difficoltà: **EE** Dislivello: **+ 620** Lunghezza: **10 km**)

**5°giorno:** Partenza per Paestum e visita al parco. Rientro a Terni

**Note:** I percorsi proposti non presentano particolari difficoltà, fatta eccezione per il sentiero “Apprezzami l’asino”, dove sono presenti alcuni passaggi impegnativi, molto stretti e ripidi. Per tale ragione si richiede un passo sicuro e un buon allenamento.

**Soggiorno:** Il soggiorno è previsto in hotel a tre stelle a Marina di Camerota in stanze doppie e singole (quest'ultime in numero limitato e con costo maggiorato del 50 %), con trattamento di mezza pensione. Per chi lo desidera, l'hotel fornirà anche il sacco pranzo costituito da un panino farcito con prodotti locali, una bottiglietta d'acqua da 0,5 L. ed un frutto al costo di 9 euro, oppure un lunch box a 12 euro. Chi fosse vegetariano, celiaco o avesse particolari intolleranze alimentari, deve comunicarlo preventivamente ai direttori.

**Mezzo di trasporto:** auto propria, barca

**Quota per partecipante:** € 355 (in camera doppia). € 495 (in camera singola).

Referenti: **Micaela Petroni** (Tel. 333 3516796) **Massimiliano Raggi** (Tel. 328 6569937)

**NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI:** 18 (La precedenza sarà data ai soci iscritti alla sezione di Terni). Le ulteriori richieste di partecipazione verranno inserite in lista d'attesa.

**La quota comprende:** pernottamento, colazione e cena in hotel, tassa di soggiorno, biglietti per rientro in barca e visita grotte Baia degli Infreschi e Capo Palinuro, biglietti per entrata al Parco archeologico di Paestum.

**La quota non comprende:** costo viaggio A/R da e per Terni, i pranzi al sacco e le eventuali spese dovute a possibili variazioni di programma (ad esempio: biglietti per musei, parcheggi, ecc) e tutto ciò che non è specificato nella voce la "quota comprende".

**DISDETTA:** In caso di rinuncia il rimborso potrà essere effettuato solo in caso di subentro.

**Modalità di prenotazione:** Visto l'alto numero di richieste di partecipazione, arrivate prima della definizione del programma, le prenotazioni saranno prese in considerazione **SOLO** dal momento della pubblicazione della locandina e **NON oltre il 10 febbraio 2025** previo contatto e-mail con la referente Micaela Petroni ([petronimicaela@yahoo.it](mailto:petronimicaela@yahoo.it)) specificando nome, cognome e numero di telefono. La prenotazione sarà ritenuta valida solo dietro versamento della **caparra** di **155 euro** da versare **entro 5 giorni dall'accettazione dell'iscrizione all'uscita**. Il **saldo** di **200 euro** dovrà essere versato **entro il 20 marzo 2025**. Il pagamento dovrà avvenire mediante POS presso la segreteria della Sezione o con bonifico da accreditare sul conto corrente intestato al CAI Sezione di Terni (acceso presso la Banca BPER) IBAN: **IT 75 X 05387 14402 0000 4287 7053** (Causale: Caparra uscita Costa del Cilento + Nome e Cognome).

**L'uscita è riservata ai soci in regola con il bollino 2025**

**Club Alpino Italiano**

Sezione di Terni "Stefano Zavka" Via Fratelli Cervi, 31 Terni Tel **0744 292886**  
e-mail: [caisezionediterni@gmail.com](mailto:caisezionediterni@gmail.com) <https://organizzazione.cai.it/sez-terni/>