



# CAI SULBIATE "Fabio Cavenago"

SOTTOSEZIONE del CAI di VIMERCATE

Sede: Via Don Mario Ciceri, 2 Sulbiate - MI  
e-mail: cai\_sulbiate@yahoo.it



## TREKKING PARCO NAZIONALE DEL POLLINO

Da Venerdì 22 Giugno a Martedì 26 Giugno 2012

(5 giorni – 4 notti)

**Rotonda (PZ) - Hotel MIRAMONTI \*\*\***

Il programma di seguito illustrato è riferito all'iniziativa organizzata da CAI Sulbiate (Sottosezione del CAI Vimercate) nel Parco Nazionale del Pollino il cui periodo di svolgimento dal 22 al 26 Giugno 2012.

### TRANSFER (andata)

#### VENERDI 22 Giugno '12

• Trasferimento dai punti di partenza all'Aeroporto di Linate tramite bus

Orari e luoghi di partenza:

- ✓ Mezzago (strada comunale per Sulbiate) - ore **04:20** (ritrovo ore **04:10**);
- ✓ Sulbiate Superiore / Piazza Beretta - ore **04:30** (ritrovo ore **04:20**);
- ✓ Brentana / Piazza Papa Giovanni XXIII - ore **04:40** (ritrovo ore **04:30**);
- ✓ Vimercate / Piazza Marconi - ore **04:50** (ritrovo ore **04:40**).

• Volo diretto Alitalia **AZ7901** (da Linate) per Lamezia Terme

**Partenza:** orario del volo 06:50

**Arrivo:** a Lamezia Terme alle ore 08:25

Trasferimento da Aeroporto Lamezia Terme a Hotel con bus (previo trasferimento per 1° escursione in programma)  
Percorso: Lamezia Terme a Cerchiara di Calabria a Rotonda - Hotel Miramonti

### ESCURSIONI

Il programma delle escursioni di seguito riportato, predisposto dalla Guida Ufficiale del Parco Nazionale del Pollino **Luigi Perrone** nostro accompagnatore nelle escursioni programmate, è da intendersi aperto a tutti pur richiedendo una buona preparazione ad escursioni medio lunghe senza particolari difficoltà.

#### Abbigliamento ed equipaggiamento:

- normale abbigliamento da montagna adatto alla stagione, giacca a vento, buone scarpe da trekking, occhiali da sole, costume da bagno;
- bastoncini telescopici;
- tessera CAI.



# CAI SULBIATE "Fabio Cavenago"

SOTTOSEZIONE del CAI di VIMERCATE

Sede: Via Don Mario Ciceri, 2 Sulbiate - MI  
e-mail: cai\_sulbiate@yahoo.it



## TREKKING PARCO NAZIONALE DEL POLLINO

Da Venerdì 22 Giugno a Martedì 26 Giugno 2012

(5 giorni – 4 notti)

**Rotonda (PZ) - Hotel MIRAMONTI \*\*\***

### PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

#### VENERDI 22 Giugno '12

**1° giorno** Settore orientale del Parco:

Cerchiara di Calabria(m661)- Santuario Madonna delle Armi (m1010)

**Difficoltà E Solo andata ore 2,30 dislivello 410 m Lunghezza Km 2,400**

Il percorso parte dal centro abitato di Cerchiara e ricalca l'antica via di pellegrinaggio al Santuario, vista panoramica sul Golfo di Sibari. E' uno dei Santuari mariani più famosi della Calabria, incastonato nella roccia e costruito dai monaci basiliani nel 1400.

Recupero in autobus, Rientro in albergo e sistemazione

#### SABATO 23 Giugno '12

**2° giorno** Settore Centrale

Gole di Fosso Jannace (m 1200)-Piani di Jannace(m.1600)-**Serra di Crispo (m. 2.050)**

Santuario Madonnna del Pollino (m.1537)

**Difficoltà E A/R 8 ore dislivello m.800 Lunghezza Km 6.00 (percorso ad anello)**

Immerso in un ambiente affascinante, dato dall'associazione tra faggio ed abete bianco, dopo aver valicato il Piano di Jannace, si giunge nel paradiso dei Pini Loricati, Serra di Crispo, durante giornate terse lo sguardo arriva fino al Golfo di Taranto.

Il Santuario è posto su una cresta che domina tutta la Valle del Frido

#### DOMENICA 24 Giugno '12

**3° giorno** Colle dell'Impiso (m.1.570) Colle Gaudolino (m.1.678) **Monte Pollino (m. 2.248)**

**Difficoltà E A/R 8 ore dislivello 900 m Lunghezza Km 7.5**

Escursione impegnativa, nella via più classica del Parco, dopo un primo tratto nei boschi di faggio, si arriva a Colle Gaudolino, da dove si impegna l'erto roccioso e scoperto, fino all'arrivo in cima.

#### LUNEDI 25 Giugno '12

**4° giorno** Ambiente fluviale: Le Gole del Lao

Passeggiata lungo le rive del fiume più importante e più lungo del Parco, fino a Capo a mare, località dove hanno inizio le **Gole del Fiume Lao**.

In alternativa, discesa sul gommone, (**rafting**)

Pomeriggio visita al suggestivo borgo abbandonato di **Laino Castello**, posto su di un crinale tra il fiume Lao ed il fiume Battendiero, suo primo affluente.

#### MARTEDI 25 Giugno '12

**5° giorno** Settore Occidentale – **Monti dell'Orsomarso** Rif. Cai Biagio Longo rif. Conte Orlando (m.1193)-Monte **Palanuda (m.1632)**

**Difficoltà E A/R Ore 5.30 dislivello 442 m Lunghezza Km 3.700**

Sentiero all'ombra dei faggi nel comprensorio dei Monti dell'Orsomarso, fino alla cima, da dove si spazia a 360 gradi, dalla catena del Pollino, al M.Alpi, fino alla costa tirrenica.

**NB:** Il programma sopra esposto può subire variazioni in funzione delle condizioni climatiche e/o contrattempo; è compito del Responsabile, sentito i coordinatori, apportare tali variazioni. A tutti è richiesto uno spirito di gruppo e la massima osservanza delle disposizioni che verranno impartite dai coordinatori.



# CAI SULBIATE "Fabio Cavenago"

SOTTOSEZIONE del CAI di VIMERCATE

Sede: Via Don Mario Ciceri, 2 Sulbiate - MI  
e-mail: [cai\\_sulbiate@yahoo.it](mailto:cai_sulbiate@yahoo.it)



## TREKKING PARCO NAZIONALE DEL POLLINO

Da Venerdì 22 Giugno a martedì 26 Giugno 2012

(5 giorni – 4 notti)

**Rotonda (PZ) - Hotel MIRAMONTI \*\*\***

Trasferimenti da e per l'aeroporto di Lamezia Terme e interni al parco per le escursioni a mezzo Bus.

### **SOGGIORNO**

#### **HOTEL MIRAMONTI \*\*\***

Rotonda - 85048 (PZ)

Tel. 0973 661682 - 661751

Sito web [www.htmiramonti.it](http://www.htmiramonti.it)

E-mail [htmiramonti@tiscali.it](mailto:htmiramonti@tiscali.it)

Referente Sig. Antonio Cavaliere

### **TRANSFER (ritorno)**

#### **MARTEDI 26 Giugno '12**

Trasferimento dall'Hotel all'Aeroporto di Lamezia Terme con bus

Percorso: Rotonda - Hotel Miramonti a Lamezia Terme

Volo diretto Alitalia **AZ7106** da Lamezia Terme per Linate

**Partenza:** orario del volo 21:55 per Linate

**Arrivo:** a Linate ore 23:35

Trasferimento Aeroporto Linate - Sulbiate tramite bus