



# Club Alpino Italiano

## Sezione di Potenza



---

Domenica **19 Luglio 2020**

Parco Regionale di Gallipoli Cognato  
da **Fontana dell'Arioso a Castelmezzano**

---

### Direttori d'escursione

AE	Aldo Brindisi	348.5455808
DdE	Giuseppe Ferrara	347.6115650

### Iscrizione

I responsabili saranno in sede dalle ore 19.30 alle 21.00 di **venerdì 17 Luglio 2020** per fornire ogni ulteriore chiarimento e prendere le adesioni che – per evitare assembramenti- si potranno comunicare negli stessi orari anche per telefono o sui gruppi wathsApp dei Soci. Raggiunte le 20 unità si chiuderanno le iscrizioni o si formeranno due gruppi con altri DdE .

**I non soci all'atto dell'iscrizione, 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.caipotenza.it/documenti-e-regolamenti/iscrizioni>

**Tutti i partecipanti** sono tenuti a compilare l'apposito modulo di autocertificazione Covid 19 stampabile anche autonomamente (allegato in calce).

### Quota di partecipazione

Soci CAI: € 2.00 - Non soci: € 8.00.

Per i non soci la quota comprende l'assicurazione.

La località di partenza sarà raggiunta con auto proprie e le spese di viaggio saranno divise tra i passeggeri delle singole autovetture, in cui, congiunti a parte, non potranno viaggiare più di tre passeggeri compreso l'autista.

### Appuntamento e partenza

Appuntamento ore 7:30 nel parcheggio antistante la Stazione ferroviaria FAL Potenza Inferiore (tra il passaggio a livello e il ponte Musmeci). **Partenza ore 7:45.**

### Come raggiungere la località di partenza dell'escursione

Partendo da Potenza imboccare il raccordo autostradale Potenza–Sicignano (RA 5) in direzione Matera e prendere l'uscita per Albano di Lucania, proseguire per la Statale della Camastra per circa 1.200 mt, subito dopo un ponte che attraversa il torrente Camastra, prendere strada asfaltata sulla sinistra in salita (indicazione per Castelmezzano), quindi seguire in colonna le auto degli organizzatori fino al vicino punto di partenza.

Coord. Partenza e Arrivo	UMT 33T 5 88 015 E	44 89 757 N
Coord. Deviazione Ritorno	5 88 270 E	44 89 747 N

### Caratteristiche tecniche dell'escursione

Lunghezza	ca. <b>13 km</b>
Dislivello in salita	ca. <b>550 m</b>
Tempo percorrenza	ca. <b>5,00 h</b> (escluse le soste)
Difficoltà	<b>E</b> (Escursionistica)

Il percorso non presenta particolari difficoltà tecniche né tratti esposti; in paese e all'inizio del percorso **sono presenti** fontane e sorgenti.

## Descrizione del percorso

L'escursione comincia dalla località *Fontana dell'Arioso*, ai margini della strada che sale a Castelmezzano. Presso la fontana parte un sentiero che sale addentrandosi ben presto in una fitta boscaglia costeggiata da pareti di roccia.

Superato il fabbricato in cemento della captazione di una sorgente, si prosegue a monte dello stesso, in salita fino a sbucare su una cresta da cui è possibile vedere in lontananza la valle del medio Basento e altri centri del Parco: siamo sul Belvedere di Aia Trignita. Si segue lungo la linea di cresta e, attraversato un tratto di sentiero scavato nella roccia, si ascende ad un'ampia cresta erbosa che si calpesta fino a giungere ad un ricovero in muratura; si continua in salita finché il sentiero erboso diventa lastricato. Lo si segue, svoltando a sinistra fino al punto dove parte il volo dell'angelo, da dove si scende verso il paese. Qui è prevista la pausa pranzo a sacco tra i vicoli e la piazza centrale di Castelmezzano, dove non mancano comunque botteghe per rifocillarsi.

Concluso il pasto e visitato sempre ben distanziati il paese, si riprende la via del ritorno, risalendo per un lastricato in parte a scalini verso una piccola cappella intravista all'andata, fino a ritornare sulla traccia precedente che si abbandona dopo poco più di un km per proseguire verso sinistra, lungo una larga sterrata che ci riconduce rapidamente alle macchine.

## Equipaggiamento necessario

I partecipanti dovranno calzare **scarpe ALTE** da trekking.

Si raccomanda di portare nello zaino: **maglione** o pile, giacca a vento, **mantella** antipioggia, almeno una borraccia di **acqua** da un litro, il telefonino.

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



