



## Club Alpino Italiano Sezione di Potenza



---

### Domenica 8 novembre 2020

### Parco Nazionale dell'Appennino Lucano

### Le Creste del Sirino

---

#### Direttori d'escursione

Scavone Luciano (tel. 3473660023) – Russo Antonpiero (tel. 3331163061)

#### Iscrizione

I responsabili prenderanno le prenotazioni **ESCLUSIVAMENTE** per mezzo telefonico dalle ore 19.30 alle 21.00 di **venerdì 6 novembre**. **L'escursione sarà a numero chiuso max 20 partecipanti**. Tutti i partecipanti sono tenuti a compilare l'apposito modulo di autocertificazione Covid 19 allegato in calce e stampabile e a rispettare le norme di sicurezza personale imposte dall'emergenza sanitaria.

**Non sono ammessi all'escursione i non soci.**

I soci saranno ammessi in ordine di prenotazione

Non saranno accettate prenotazioni telefoniche che dovessero pervenire prima delle ore 19:30 di venerdì 6 novembre.

#### Quota di partecipazione

Soci CAI: € 2,00

La località di partenza sarà raggiunta con auto proprie e le spese di viaggio saranno divise tra i passeggeri delle singole autovetture.

Salvo che si tratti di nuclei familiari conviventi, non saranno ammesse più di tre persone per autovettura.

Salvo che si tratti di nuclei familiari conviventi, nelle auto è obbligatorio indossare la mascherina.

#### Appuntamento e partenza

Appuntamento ore **7:00** nel parcheggio antistante la Stazione ferroviaria FAL Potenza Inferiore (tra il passaggio a livello e il ponte Musumeci). **Partenza ore 7:15**

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

Da Potenza imboccare l'autostrada direzione Salerno, uscire a Tito e continuare sulla Tito-Brienza. A Brienza prendere il raccordo fino ad Atena Scalo dove prenderemo l'autostrada A3 direzione Reggio Calabria; proseguire fino all'uscita di Lagonegro Sud. Seguire le indicazioni per "Monte Sirino"

Non si effettueranno soste al bar né prima né dopo l'escursione.

## Caratteristiche tecniche dell'escursione

Lunghezza	circa <b>6 km</b>
Dislivello in salita	ca. <b>600 m</b>
Dislivello in discesa	ca. <b>500 m</b>
Tempo percorrenza	ca. <b>4,5 h</b> (soste comprese)
Difficoltà	<b>EE</b>

**Il percorso presenta difficoltà tecniche nella risalita del ripido pendio che conduce in vetta al Monte Papa spesso spazzato da forti venti.**

**Sono presenti tratti esposti non consigliati a chi soffre di vertigini o è inesperto nella camminata in montagna.**

Alla partenza e all'arrivo non sono presenti fontane e sorgenti.

### Coordinate UTM

partenza	<b>33T571357E4444227N</b>
Monte Papa	<b>33T570850E4442760N</b>
valico piste da sci	<b>33T571365E4442827N</b>
parcheggio automobili	<b>33T571357E4444227N</b>

## Descrizione del percorso

Si parte costeggiando a destra il lago Remmo (detto anche Laudemio) e si prosegue per un tratto nel bosco, dopo un po' si gira destra e si inizia a salire lungo il sentiero CAI fortemente in pendenza fino ad arrivare in una conca naturale delimitata a sinistra dalla Spalla dell'Imperatrice. Da qui la salita prosegue verso destra, prima per un tratto mediamente in pendenza e poi **l'ultimo tratto in forte pendenza, esposto in cresta e spazzato da venti**, prima di giungere in cima a Monte Papa (mt. 2005).

Dopo una sosta per ammirare uno stupendo panorama a 360°, inizieremo la discesa verso il valico dove c'è l'arrivo della seggiovia ormai in disuso e da qui risaliremo per un tratto di cresta non esposta fino a Timpa Scazzariddo (mt. 1930). Da qui inizia la discesa, sempre in cresta, che ci porterà ad incrociare prima la pista da sci per poi arrivare di nuovo sulle sponde del lago Remmo.

## Equipaggiamento necessario e modalità di condotta.

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

Si raccomanda di portare nello zaino: maglione o pile, giacca a vento, **guanti obbligatori** e cappellino, mantella antipioggia, occhiali da sole, almeno una borraccia di acqua da un litro e piccoli snack calorici. **L'abbondante" pranzo a sacco sarà lasciato nelle automobili e consumato al ritorno nel doveroso rispetto delle distanze di sicurezza imposte dal Covid.**

Nel rispetto dei protocolli in tema di Covid, è vietato scambiarsi cibi e toccare con le proprie mani cibo che potrebbe essere toccato da altri.

E' obbligatorio munirsi dei dispositivi di protezione (mascherine chirurgiche e gel disinfettante)

Le mascherine dovranno essere indossate obbligatoriamente ogni qual volta non sarà possibile mantenere la distanza di sicurezza minima obbligatoria di metri 2.

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, in caso di necessità od opportunità, è in facoltà dei direttori d'escursione modificare il percorso anche durante l'escursione.

Di tanto si darà pronta comunicazione ai competenti organi.

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.

## MAPPA DEL PERCORSO









