



GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

SOTTOSEZIONE C.A.I. MILANO

"ad excelsa tendo"

Fondato nel 1923

via C.G. Merlo, 3, 20122 Milano
tel. 02.799.178

e-mail gam.milano0@gmail.com
www.gam.milano.it



7-14/06/2025

ESCURSIONISMO

Kalabria Coast to Coast: un cammino sorprendente dallo Ionio al Tirreno

Accompagnati da Marco Pansino, proponiamo ancora questo cammino, che offre esperienze ed emozioni dentro una Calabria lontana dalle consuete rotte, alla scoperta delle tradizioni profonde di una terra.

PROGRAMMA

1° giorno: Parco Archeologico di Scolacium

Arrivo a Lamezia Terme (aereo o treno), trasferimento a Soverato e sistemazione in hotel.

Visita del parco archeologico che racconta la storia di Skyllention, città della Magna Grecia, che divenne una prospera colonia romana, Scolacium. Con i suoi imponenti resti, è la protagonista del percorso di visita e rappresenta un unicum nel panorama archeologico calabrese. È possibile visitare il Foro, con la sua singolare pavimentazione in laterizio che non ha eguali in tutto il mondo romano e i resti di alcuni edifici, tra cui la Curia, il Cesareum, il Capitolium e il teatro.

Cena al ristorante e pernottamento in hotel.

Giornata culturale - Difficoltà: T

2° giorno: Parco delle Serre – La cascata di Pietra Cupa e Badolato

La cascata di Pietracupa nel Parco Regionale delle Serre rappresenta un capolavoro della natura creato dall'incessante lavoro di un ramo del torrente Assi nel corso dei secoli. Riveste un ruolo cruciale per il centro abitato della zona e la sua posizione è infatti strettamente connessa con i primi insediamenti di Pietra Cupa. Questi antichi insediamenti hanno prosperato grazie alla presenza abbondante di acqua e alla vitalità della terra circostante. Nel pomeriggio visita del borgo di Badolato, 2° classificato all'edizione 2024 dei Borghi più belli d'Italia.

Cena al ristorante e pernottamento in hotel. **Durata circa 4 ore - Distanza 10 km- Dislivello +450 m. - Difficoltà: E**

3° giorno: Calabria Coast to Coast 1° tappa Soverato - Petrizzi

Dal lungomare di Soverato, situata lungo la costa degli Aranci, e dopo aver percorso il primo tratto sulle sue bianche spiagge inizieremo la salita verso il Monte La Rosa Fra vecchie sugherete e i profumi della macchia mediterranea arriveremo nel borgo di Petrizzi dove sosteneremo per una visita al piccolo borgo. Ci sposteremo quindi verso l'agriturismo dove un'atmosfera familiare ed una cena conviviale completeranno la giornata.

Cena al ristorante e pernottamento nelle case del paese.

Durata circa 7 ore - Distanza 17 km - Dislivello +800m. – 350m. - Difficoltà: E

4° giorno: Calabria Coast to Coast 2° tappa da Petrizzi a Monterosso

Il nostro viaggio continua percorrendo il vecchio tracciato della Littorina che ci porta dritti verso il centro storico di San Vito sullo Ionio. Attraversando boschi di macchia mediterranea e castagneti, arriveremo alla sommità del lago Acero dove sosteneremo per il pranzo. Proseguiremo il cammino nella bellissima faggeta di monte Coppar e, tra faggi imponenti, formazioni granitiche e *niviere*, raggiungeremo il borgo di Monterosso Calabro. Cena al ristorante e pernottamento in B&B.

Durata circa 7 ore - Distanza 23 km - Dislivello +9790m. – 1085m. - Difficoltà: E

5° giorno: Calabria Coast to Coast 3° tappa da Monterosso a Pizzo Calabro

Proseguiamo il cammino lasciandoci alle spalle Monterosso tra uliveti e campagne. Cammineremo all'interno dell'Oasi naturalistica del lago Angitola dove inizieremo la salita verso i ruderi di Rocca Angitola. Valicato questo ultimo passo, inizieremo la discesa fino ad arrivare a Pizzo, dove prenderemo l'ultimo timbro del nostro cammino per poi gustarci uno dei più famosi dolci calabresi, il "tartufo" di Pizzo e fare il primo bagno sulla costa tirrenica. Cena al ristorante e pernottamento in case e residence.

Durata circa 5 ore - Distanza 13 km - Dislivello +5 0m. - 600m - Difficoltà: E

6° giorno: Parco delle Serre - il Bosco Archiforo e visita alle carbonaie di Serra San Bruno

Il bosco Archiforo è un sentiero tra storia e natura nel cuore delle Serre. L'area racchiude la storia di Serra San Bruno e dei paesi limitrofi. Il legame è fortissimo e ha radici profonde: "Fin dall'antichità l'uomo svolgeva le sue principali attività economiche all'interno del bosco. Dall'estrazione del legname per costruire le abitazioni o per fare il carbone, al granito che veniva prelevato e trasformato dagli artisti in vere e proprie opere d'arte." Il sentiero attraversa i luoghi in cui gli scalpellini estraevano il granito, i boscaioli tagliavano la legna e creavano le "niviere".

Nel 2014 è stato individuato all'interno del bosco l'abete bianco più grande d'Europa, alto oltre 55 metri con una circonferenza del tronco di 5,5 metri.

Cena al ristorante e pernottamento in case e residence.

Durata circa 4 ore - Distanza 9 km- Dislivello +300 m. - Difficoltà: E



7° giorno: Sentiero Frassati

Il sentiero si estende tra Serra San Bruno e Mongiana. Partendo dalla Certosa di Serra si arriva al santuario di Santa Maria del Bosco. Ci si inoltra quindi nel bosco di Santa Maria in direzione di Mongiana, fino a raggiungere il piccolo laghetto Sambuco. È un percorso molto suggestivo che va ad unire gli aspetti spirituali, storici e naturalistici, ma include anche tracce di archeologia industriale e tradizioni locali.

Cena al ristorante e pernottamento in case e residence.

Durata circa 3 ore - Distanza 10 km - Dislivello + 250m. - Difficoltà: E

8° giorno: Tropea

Visita guidata del centro storico di Tropea prima del trasferimento a Lamezia per la partenza.

Giornata culturale - Difficoltà: T

N.B. IMPORTANTE: Il programma può subire modifiche a causa delle condizioni meteorologiche o logistiche.

QUOTA INDIVIDUALE di partecipazione: sino a 12 pax soci GAM €1000, soci CAI €1030; da 13 a 16 pax soci GAM €960, soci CAI €990; da 17 a 20 pax €920, soci CAI 950€;

Verrà costituita una cassa comune di 20€/cad. comprendente tassa di soggiorno, mance ed ingressi. L'eventuale resto verrà utilizzato per sostenere iniziative solidali. L'eventuale mancante sarà richiesto in loco.

La quota comprende:

- ✓ Sistemazione in hotel e residence per 2 notti, in camere doppie, matrimoniali e triple;
- ✓ Sistemazione in B&B, e agriturismi per 2 notti, in camere doppie, matrimoniali e triple;
- ✓ Sistemazione in case e residence per 3 notti, in camere doppie, matrimoniali e triple;
- ✓ Trattamento in mezza pensione per tutto il soggiorno;
- ✓ Acqua e vino comprese per tutte le cene;
- ✓ Assistenza di Guide Ufficiali del Parco e Guide Ambientali Escursionistiche per tutto il trekking;
- ✓ Assistenza di Guide Turistiche per il primo e ottavo giorno;
- ✓ Trasferimenti in pullman per tutto il trekking come da programma;
- ✓ Trasferimento solo bagagli e/o persone nei giorni quarto, quinto e sesto, durante il coast to coast;
- ✓ Transfer a/r dall'aeroporto o stazione di Lamezia;
- ✓ Assicurazione.

La quota non comprende:

- ✓ Viaggio a/r Milano/Lamezia Terme;
- ✓ Supplemento camera singola € 30 a notte a persona (non sempre disponibili nella quarta e quinta notte);
- ✓ Ingressi a musei, chiese e monumenti;
- ✓ Extra in genere e quanto non espressamente indicato ne "la quota comprende".

- ✓ Eventuale Assicurazione Annullamento Viaggio (FACOLTATIVA): polizza a copertura della rinuncia al viaggio del singolo partecipante, assistenza medica e responsabilità civile in viaggio, come qui sotto specificato (Per il contratto completo, chiedere al capogita). Costo extra: 15 euro a persona.

ISCRIZIONI E PRENOTAZIONI L'INIZIATIVA È RISERVATA AI SOCI GAM (23€ ordinario; 8€ familiare) **O CAI** (quota è maggiorata di 30 €).

Acconto: € 500,00 + € 15 assicurazione annullamento + € 23 tessera GAM entro il **2 aprile** mediante bonifico al GAM sul conto del GAM – Gruppo Amici della Montagna, Milano presso la Banca Montepaschi di Siena – IBAN: IT62D0103001654000061104572 – **CAUSALE:**

Kalabria Coast to Coast 2025 + nome e cognome

Saldo: a seconda del numero di iscritti entro **30 aprile 2025:** al saldo occorre fornire nome e cognome, data e luogo di nascita, cellulare e E-mail al capogita + compilare la scheda di conferma partecipazione

Capogita: Lucia Salvan mail: lucia.salvan@gmail.com cell. 340 5564536

INFORMAZIONI UTILI COSA METTERE IN VALIGIA

Portare sempre con sé:

- Documento d'identità;
- Tessera sanitaria

Per tutte le escursioni è necessario essere dotati di:

- zaino da escursionismo;
- scarponi da trekking;
- giacca antivento impermeabile;
- pile o maglione per proteggersi dal vento;
- pantaloni lunghi e/o corti da escursionismo;
- idoneo abbigliamento da trekking relativo alla stagione e alle quote che si raggiungono;
- contenitore per l'acqua di almeno un litro

Per il mare: costume da bagno; - telo; - sandali o infradito

È inoltre fortemente consigliato portare:

- cappello per il sole; - crema solare; - occhiali da sole;
- piumino leggero, cappello di lana e guanti leggeri;
- bastoncini telescopici da trekking.
- lampada frontale o torcia

Assicurazione Annullamento Viaggio TouristPass—Ala Assicurazioni (gruppo SARA)

Massimali: Annullamento viaggio - €1.000,00 (in caso di recessione del partecipante per cause indipendenti dalla sua volontà, non prevedibili alla data della prenotazione e comprovate da adeguata certificazione) – Assistenza alla persona - informazioni sanitarie, consigli di un medico, trasporto in autoambulanza, informazioni cliniche sul paziente, invio medico in Italia, segnalazione di un medico specialista, recapito medicinali urgenti, rientro sanitario, rientro di un familiare o compagno di viaggio, ecc ecc - Rimborso spese mediche - €5.000,00 - Assicurazione bagaglio - €1.000,00 - Tutela Giudiziaria - Responsabilità civile in viaggio - €50.000,00.