



Club Alpino Italiano  
Sezione di Foggia



**Domenica 05 Maggio 2024**

**Parco Regionale dei Monti Lattari  
Traversata in Costiera sul versante meridionale dei Monti Lattari  
da Maiori a Cetara per i Piani di Viesco**

**Intersezionale con il CAI di Napoli**



**Dislivello totale: + 800 m circa**

**Durata : 6h circa (escluso soste)**

**Sviluppo totale del percorso: 12,00 km circa (traversata)**

**Difficoltà: E/EE (per alcuni brevi tratti esposti)**

**Direttori: Ester Guida AE Cai FG (346.1769210) - Roberto Lavanna AE Cai FG - Giuliana Alessio AE Cai NA**

**Appuntamento: ore 6:00** davanti al Liceo Scientifico "A.Volta" via Martiri di Via Fani – **partenza ore 6:15** (si prega di essere puntuali!) **Rientro:** nel tardo pomeriggio.

**Viaggio di trasferimento:** con pullman privato

**Colazione ed acqua:** da portare – si consigliano **almeno 2 lt di acqua**

**Equipaggiamento:** Scarponcini da trekking (**obbligatori**), abbigliamento a strati da montagna, giacca a vento, bastoncini da trekking (consigliati), crema solare e copricapo per il sole.

**CONDIZIONI FISICHE:**

Si richiede ottima preparazione fisica, resistenza e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti.

**Iscrizione e quota spese:**

Iscrizione obbligatoria **entro e non oltre Venerdì 3 maggio 2024** (salvo esaurimento posti sul pullman)

Potranno partecipare anche i non-soci con il pagamento **obbligatorio** della copertura assicurativa di **€. 13,00**, in ogni caso i soci avranno la precedenza nella prenotazione del posto sull'autobus.

## Descrizione dell'itinerario escursionistico

In questa bellissima traversata in Costiera Amalfitana cammineremo sull'ampio promontorio di Capo d'Orso, lungo un antico percorso che collegava le località di Maiori e Cetara per motivi economici ma soprattutto religiosi, per la via d'accesso al santuario dell'Avvocata. Percorso panoramichissimo, da cui lo sguardo spazia da Punta Licosa ai Faraglioni di Capri.

Il percorso inizia dal lungomare di Maiori, imboccando, dal Corso Regina Maior, una svolta a destra in via Grade dei Pezzi (segnavia CAI n. 307), da cui proseguendo ancora a destra in via San Vito ci portiamo su una ripida scalinata: la seguiamo tutta per circa 1.4 km, fino a giungere alla cima del crinale, dove si trova una casa bianca e rosa (quota 240 m circa), con splendide vedute sui terrazzamenti del vallone di Salicerchie coltivati a vigneti, limoni e ulivi, panorama su Maiori ed il golfo. Qui si lascia sulla sinistra il sentiero 307, che sale al M.te Avvocata, e si prosegue sul sentiero CAI n. 304; superato un pilastro con l'immagine di San Vito, il sentiero diventa stradina carrabile ed in falsopiano giunge ad una fontanina detta 'Sorgente della Madonna'; da qui in poi la macchia prende il posto delle coltivazioni, si prosegue in leggera discesa perdendo quota, poi risalendo lungo una zona spesso frequentata da greggi di caprette, fino a giungere in vista del cimitero di Maiori. Giunti ad una piccola masseria, da cui si diparte sulla destra il bivio per S. Maria de Olearia, dallo slargo che lascia intravedere imponenti pareti di roccia del versante montuoso, il nostro sentiero prosegue a sinistra, e con alcuni saliscendi dentro un bosco con fitta vegetazione arborea ed arbustiva, ricomincia a guadagnare quota per giungere ad una pineta, in parte colpita da recenti incendi, dove il sentiero diventa un po' stretto e roccioso, con alcuni brevi tratti un po' esposti, costeggiando grandiose pareti su cui sono aperte delle vie di roccia molto spettacolari (cartello con bivio segnalato per gli arrampicatori). Questo è il tratto più selvaggio e scenografico dell'intero tragitto, ovvero l'area di Capo d'Orso, considerata il Paradiso degli uccelli, fra cui il falco pellegrino. Il sentiero prosegue ai piedi del Monte Piano, nel quale, guardando in alto, si scorge la Grotta "La Porta", difficilmente visitabile, con magnifiche stalattiti e varie sale comunicanti fra loro. Continuando sul sentiero, in località San Nicola, si aggira il M. l'Uomo a Cavallo, e ci si dirige in risalita verso la Sorgente della Riggiolella, sul sentiero CAI n. 305; da qui si prosegue fino ai Piani di Viesco, (420 m) promontorio pianeggiante caratterizzato da una tipica masseria diruta di colore chiaro, e inizia quindi la discesa finale a Cetara.

### **Criticità**

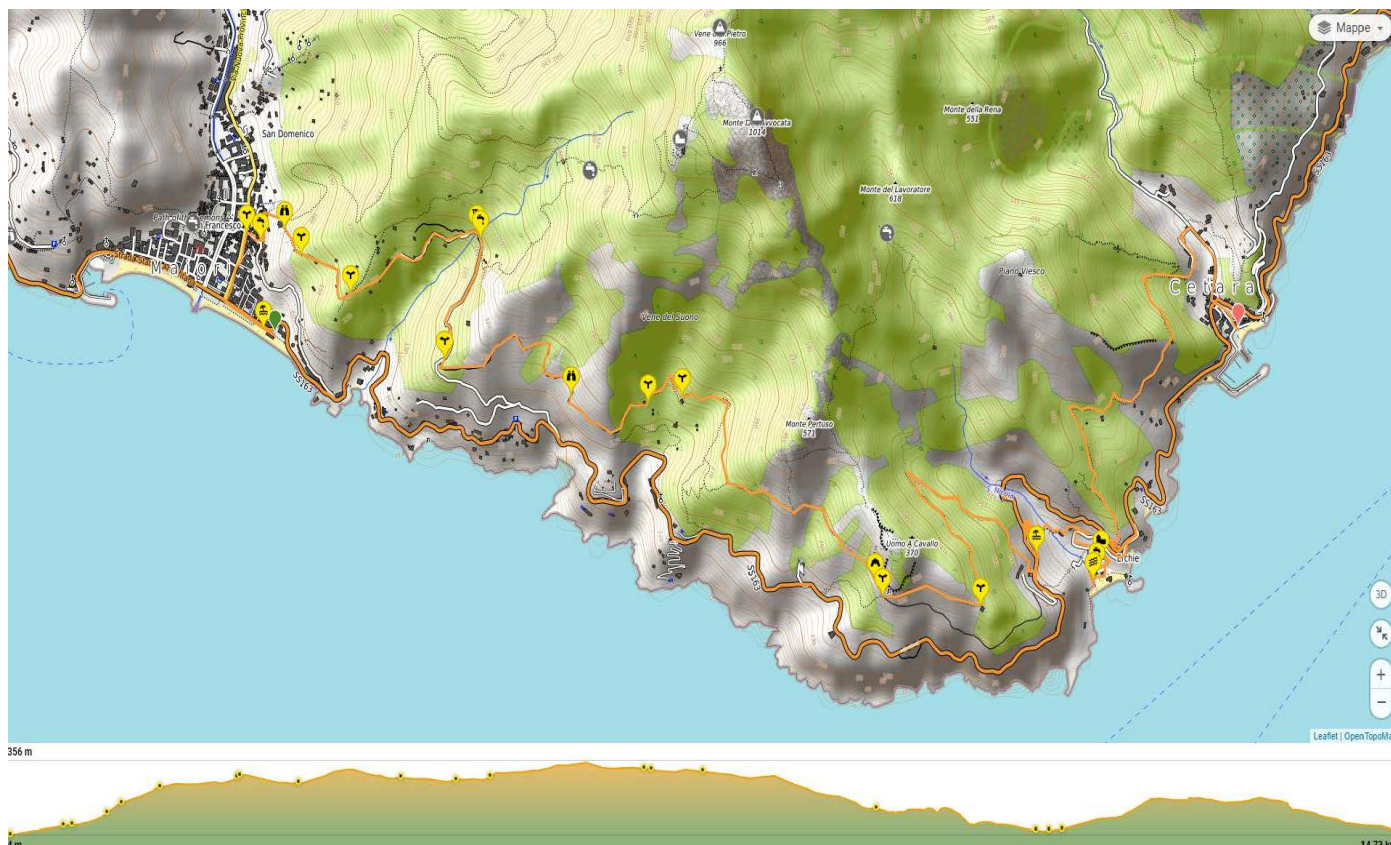
*Percorso faticoso ad inizio sentiero, su scalinate per circa 300 m di dislivello, poi traverso agevole, secondo tratto in saliscendi nel bosco e sotto pareti di roccia, con alcuni brevi tratti poco esposti, terzo tratto in risalita nel bosco, poi discesa finale ripida.*

### **Aspetti naturalistici**

Importanti sono i caratteri naturali dell'ampio promontorio di Capodorso che, estendendosi su un territorio di circa 3.000 ettari, conserva un patrimonio ambientale di notevole interesse, non solo per le prerogative paesaggistiche, ma anche per la struttura geologica, per la varietà della fauna e le particolari caratteristiche della flora. Il promontorio è inserito nel versante meridionale dei monti Lattari e ne conserva la prevalente natura calcareo-dolomitica presentando un aspetto ripido e scosceso. Vi sono anche varie cavità situate a diversa quota lungo le pendici, tra cui va citata la grotta Porta di Monte Piano costituita da una serie di cavità situate a diversi livelli e comunicanti tramite cunicoli e passaggi.

La vegetazione del promontorio assume l'aspetto inconfondibile della macchia mediterranea che si presenta quanto mai complessa e variegata, si cammina fra lecci, rosmarino, ginestra, erica arborea, cisto. Laddove meno si è registrata la presenza e l'intervento dell'uomo, è riuscita a sopravvivere la macchia alta, o macchia-foresta, una formazione vegetale che rappresenta l'erede più diretta dell'antica selva sempreverde che dominava nei tempi antichi la flora delle nostre coste soprattutto con le foreste di leccio alle basse quote e con i boschi di castagno alle quote più alte;

Il promontorio è popolato da numerose specie caratteristiche della fauna mediterranea e che costituiscono una delle componenti più significative dell'interesse naturalistico dell'area. Tra i mammiferi sono diffusi la volpe, la faina, il riccio, il moscardino, la talpa e il topo selvatico ed è ancora presente, anche se sempre più raro, il tasso. Tra gli uccelli, oltre alla poiana, il gheppio, la ghiandaia e il gabbiano reale, la gemma che qualifica naturalisticamente questo territorio è il falco pellegrino, in quanto questo rapace è in via di estinzione in tutto il mondo.



## AVVERTENZE

- I Direttori di escursione si riservano di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche.
- I Direttori per la loro responsabilità si riservano di escludere dalla propria escursione i partecipanti non adeguatamente attrezzati e allenati.
- I partecipanti sollevano i Direttori e la Sezione da qualsivoglia responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuti alla propria personale imperizia o alla mancata osservanza delle regole dell'andare in montagna.

**Per tutto quanto non specificamente indicato nel programma ci si riporta al Regolamento delle Escursioni della Sezione che i partecipanti, iscrivendosi all'attività, confermano di conoscere e di accettare.**