



CLUB ALPINO ITALIANO - Sezione di SALERNO

SCHEDA ESCURSIONE



TITOLO	L'ALBA DEL PAESAGGIO		DATA	08/08/2020
Località escursione	Postiglione		Gruppo montuoso	Alburni
Luoghi principali lungo il percorso (con quote)	Postiglione (650), Grotta S.Elia (900), Colle Medoro (1512) La Nuda (1704)			
Località e ora di ritrovo (anche più di una)	Salerno P.co Pinocchio ore 8,00	Trasferimento		
	Postiglione ore 9,00			
Intersezionale con			Auto propria <input checked="" type="checkbox"/>	Treno
Ora partenza escursione			Bus privato	Bus di linea
Prenotazione entro	Venerdì 07/08/2020			
Contributo trasporto (bus o altro)				
Colazione a sacco	Sì <input checked="" type="checkbox"/> No			
Acqua potabile lungo il percorso	Sì No <input checked="" type="checkbox"/>			
Contributo pranzo				
Altri contributi (visite, ingressi, ...)				
Note organizzative				

Direttori di escursione	Nome	Cognome	Telefono	note
	Ciro	Nobile	3391695263	
Altri accompagnatori				

PERCORSO				
Quota di partenza (m)	650			
Quota massima (m)				
Dislivello in salita (m)				
Dislivello in discesa (m)				
Tempo di percorrenza (ore)				
Difficoltà		T <input type="checkbox"/> T/E <input type="checkbox"/> E <input checked="" type="checkbox"/>	E/EE <input checked="" type="checkbox"/> EE <input type="checkbox"/>	EEA <input type="checkbox"/> EAI <input type="checkbox"/>
Lunghezza complessiva (km)				
Tipologia itinerario	circuito <input type="checkbox"/>	traversata <input type="checkbox"/>	andata e ritorno <input checked="" type="checkbox"/>	altro <input type="checkbox"/>
Sentieri CAI interessati (codici)				
Tipologia di terreno	sentiero <input checked="" type="checkbox"/>	sterrata <input type="checkbox"/> bosco <input type="checkbox"/>	rocce <input type="checkbox"/> asfalto <input type="checkbox"/>	tratti esposti <input type="checkbox"/>
Presenza di segnaletica CAI	Sì <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	Parziale <input type="checkbox"/>	Altra segnaletica <input type="checkbox"/>	
Cartografia di riferimento				
Traccia GPS in allegato	Sì <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>		

I Soci CAI che si presentino alla partenza per l'escursione senza aver dato nessun preavviso, se ammessi a partecipare dal Direttore di escursione, devono essere muniti della "Tessera CAI" per il controllo del rinnovo del bollino annuale.

I Direttori di escursione devono verificare che i partecipanti non iscritti al CAI o Soci non in regola con il tesseramento dell'anno in corso, abbiano attivato, entro venerdì sera in Sezione, la copertura della Polizza assicurativa del CAI con relativo pagamento: il Presidente ed il Consiglio Direttivo declinano ogni responsabilità per l'inosservanza da parte dei Direttori d'escursione e/o degli escursionisti di quanto previsto dalla Polizza di Assicurazione del CAI Nazionale.

I Soci ed i Direttori di escursione devono attenersi a quanto indicato nello Statuto ed nei regolamenti della sezione.

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

L'itinerario che consente di raggiungere una delle vette più belle della Campania parte dalla piazza Europa nel centro abitato di Postiglione (a circa m 650 di quota) e sale subito deciso verso l'imbocco del sentiero per la Grotta di S. Elia, che rappresenta il primo obiettivo per chi volesse limitarsi ad una escursione breve ma significativa. Superato il bivio per la grotta (il sentiero riprende a salire un attimo prima della grotta) il percorso diventa subito impegnativo, la pendenza aumenta ed il tracciato è più irregolare. Dopo un po' la pendenza diminuisce e si segue il bordo di una cengia esposta che si snoda quasi in piano lungo il versante roccioso della montagna. Si giunge quindi nei pressi di una prima costa erbosa visibile sulla destra del percorso. Dopo un attimo di pausa "panoramica" si riprende a salire nella boscaglia caratterizzata da lecci e querce e la pendenza aumenta di nuovo; si raggiunge faticosamente una seconda costa erbosa caratterizzata da presenza di rocce affioranti detta "Pietreliscie". Da qui si gode di un panorama strepitoso verso la valle del fiume Sele e la piana Pestana, fino alla catena dei Monti Lattari con l'isola di Capri e sulla destra i Picentini. Si continua in salita fino a giungere in breve sotto le balze rocciose del Colle Medoro. A questo punto il percorso segue la base delle rocce del Colle Medoro, a volte in leggera salita e spesso con tratti piani o in discesa, il percorso si fa però più esposto ed è necessario piede sicuro in taluni punti. Dopo circa mezz'ora si lasciano le propaggini rocciose e si aggira un colle erboso con percorso a volte anche molto ripido e con tracciato non sempre individuabile facilmente nel bosco. Tralasciando sulla destra la salita al "Varco Medoro" (con un tratto attrezzato con fune metallica) si prosegue ancora continuando ad aggirare la montagna in lieve ascesa, per giungere infine alla grotta di Valle dell'Arco a circa 1390 m. di quota. Subito dopo la traccia, tralasciando quella in falsopiano che continua ad aggirare la montagna, sale subito a destra con percorso impegnativo e molto ripido che ci porta in breve al "Valico di Valle dell'Arco" (m. 1540, circa 3 ore dalla piazza di Postiglione). Basta ora svoltare sulla sinistra e seguire la cresta brulla e proseguire senza sentiero obbligato lungo la panoramica costa erbosa che ci conduce all'antecima e quindi alla cima vera e propria della Nuda (m. 1704) (con ancora tre quarti d'ora di cammino circa). Dalla vetta panorama superbo sulle pianure sottostanti fino alle vette più lontane dell'entroterra Campano e su tutte le vette del Cilento.

EQUIPAGGIAMENTO

Scarponi da montagna, abbigliamento escursionistico "a strati" (data la quota è possibile trovare temperature rigide e qualche breve tratto innevato anche in primavera inoltrata), giacca a vento e/o mantellina antipioggia, pranzo a sacco, acqua (almeno 2 litri a persona), bastoncini telescopici, torcia.

AVVERTENZA

Percorso ripido ed impegnativo talora in assenza di sentieri segnati, breve passaggio attrezzato ma comunque nessuna difficoltà tecnica, si richiede un ottimo allenamento, passo "sicuro" e buone capacità di procedere fuori sentiero.