



Club Alpino Italiano

Sezione di Avellino



Sabato 27 luglio 2024
Baia di Ieranto

partendo da Termini passando per Monte San Costanzo
Monti Lattari

Percorso (A): Termini – Monte Santa Croce (497 m) - Monte San Costanzo (485 m) – Nerano – Baia di Ieranto

Difficoltà: E **Disl.salita:** 550 m **Disl.discesa:** 550 m **Durata:** 7 ore **Lunghezza:** 10,4 km

Appuntamento:

- 1) Raduno e partenza dal parcheggio pubblico (ex Hotel Foresta) – uscita autostradale Montoro Sud (AV), alle ore **7:00**
(possibilità di compattare preliminarmente le auto in altri punti e in autonomia)
<https://maps.app.goo.gl/4Kp18rGPWqjSzKts8>
- 2) Parcheggio Piazza Santa Croce – Termini nel comune di Massa Lubrense (NA), dove comincia il sentiero, alle ore **8:30**
<https://maps.app.goo.gl/v224JARuCUFzCAZ27>

Logistica e descrizione dell'itinerario

ESCURSIONE

Si parte dalla piazza Santa Croce di Termini, si imbecca via Campanella e dopo appena 100 m si prosegue per via del Monte con un sentiero che conduce fino alla sella del Monte San Costanzo. Due sono le cime del Monte San Costanzo: quella con la famosa chiesetta bianca dedicata a San Costanzo; un'altra cima ospita una stazione radio per il controllo del traffico aereo. Tra le due cime, si trova una piccola pineta, che offre una piacevole zona d'ombra.

Dalla sommità del monte possiamo ammirare tutto il paesaggio che comprende il golfo di Napoli e di Salerno, gli isolotti dei Galli e la zona di protezione integrale dell'isolotto di Vetara.

Da qui scenderemo, passando per il borgo di Nerano, e imbrocheremo il sentiero 339 percorrendo le aree gestite dal FAI Baia di Ieranto.

Il sentiero è pulito, ben tenuto, pressoché pianeggiante e quindi di facile percorrenza. La vegetazione di quest'area è nel primo tratto fatto di orti, agrumeti e uliveti.

Durante il percorso troveremo l'area pic-nic gestita dal FAI. Qui potremo sostare, all'ombra degli uliveti, per una pausa pranzo conviviale e comunitaria. Buona norma è donare un piccolo contributo (da 1 euro in su) al FAI che con cura ha recuperato, protegge e gestisce le aree.

Riprendiamo il sentiero proseguendo nella discesa, la macchia mediterranea diventerà padrona della scena. Ad un certo punto davanti agli occhi si aprirà una vista panoramica da cui poter ammirare Punta Penna da un lato, dall'altro Punta Campanella e al centro l'isola di Capri con i suoi Faraglioni.

La nostra meta è la spiaggia di Capitello che raggiungiamo attraverso una scalinata in pietra detta "scala dei minatori". Avremo qui il pomeriggio per sostare, ed eventualmente fare un bagno, nella piccola e splendida caletta di sabbia chiara sovrastata e circondata da aspre scogliere rocciose.

Procederemo al ritorno, e quindi, la risalita nel tardo pomeriggio, altrimenti sotto il sole a picco risulterebbe troppo faticoso.

Itinerario.

Sentieri: traccia di sentiero **CAI 300** – traccia di sentiero **CAI 339**, utilizzato anche al ritorno

Criticità

- Non ci sono particolari difficoltà tecniche.
- Le alte temperature possono essere una criticità. Consigliamo di idratarsi molto e di assumere, eventualmente, integratori di sali minerali. Portare con sé articoli per proteggersi dal sole: occhiali da sole, cappellino con visiera, protezione solare.

- Portare con sé una torcia frontale per l'evenienza di effettuare una parte del rientro nel tardo pomeriggio;

Acqua e provviste

Gli unici punti di rifornimento idrico potabile sono a Termini e Nerano.

Si raccomanda, comunque, di portare con sé minimo 2 lt di acqua ed eventuali snack/colazione a sacco, in base alle proprie esigenze.

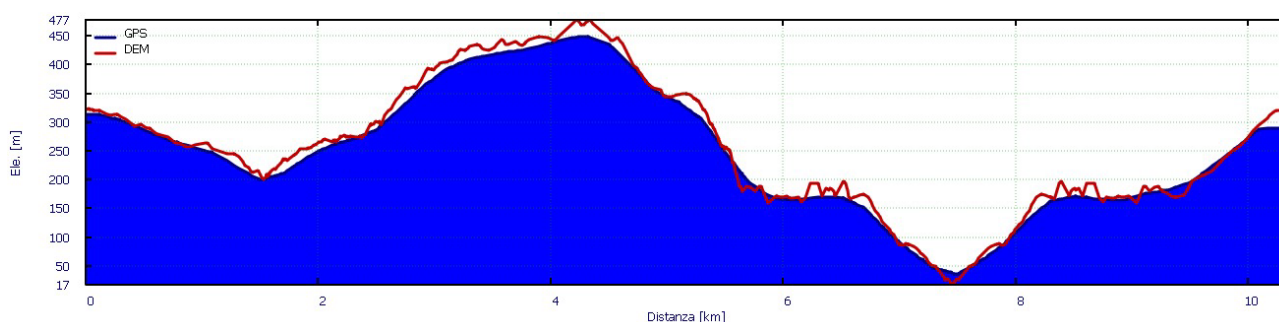
Direttori di Escursione

Andrea Santaniello (CAI Avellino) – 3463713485 (disponibilità oraria: 16:00 – 22:00)

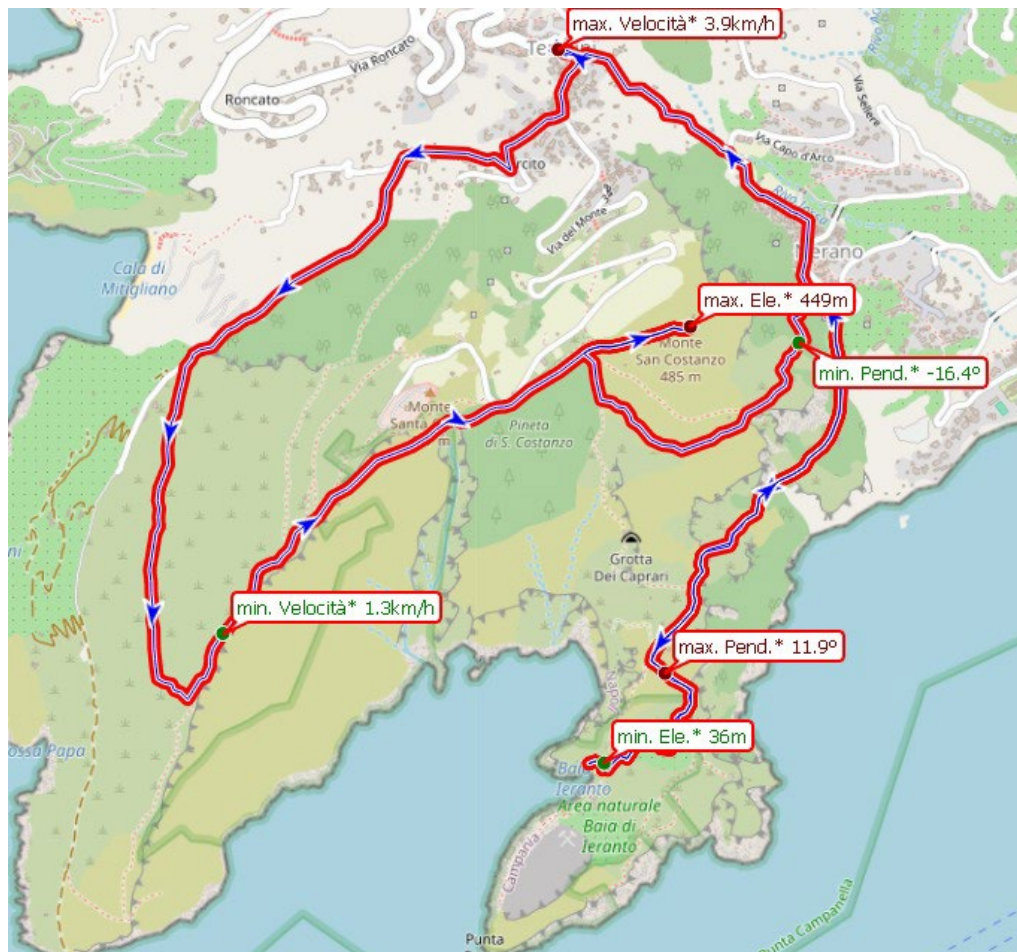
Mario Delli Priscoli (CAI Avellino) – 3935648733 (disponibilità oraria: 18:00 – 22:00)

È obbligatoria la prenotazione presso i Direttori di Escursione entro le ore 20 di giovedì 25 luglio.
I posti sono limitati a 25 persone.

ITINERARIO E CARTE



Profilo altimetrico del percorso di escursione



Itinerario di escursione evidenziato in rosso (mappa FreemapSK)

