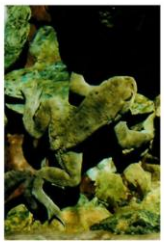
Maggio 2022



Un'idea per il fine settimana

Organo informativo Sezione Escursionismo Cral Galliera

Escursionismo, gite varie, viaggi, vita all'aria aperta... Num. 60

LA CAMPANIA FLEGREA E L'ISOLA DI PROCIDA

di *Alberto Gava*

I Campi Flegrei (500 km^2) sono una caldera ancora attiva, benché quiescente, alle soglie della città di Napoli ed è inserita nella lista dei vulcani più pericolosi. Nei pressi, si trova Baia, fiorente città al tempo dei romani, sommersa dal mare già in tempi antichi. Sulla terraferma, il sito archeologico più imponente è la Villa dell'Ambulatio: complesso abitativo edificato sul terreno digradante verso il mare. Dalle sue terrazze si gode una bella vista sul golfo di Pozzuoli. Molto interessante è il parco sommerso: battelli attrezzati ne consentono la visita e dalle chiglie finestrate dell'imbarcazione si possono osservare i suggestivi resti della piccola Atlantide flegrea. Di origine vulcanica, Procida è più piccola di Ischia e meno frequentata dai turisti e per questo conservatasi più autentica. Un bel giro in barca (in una giornata limpida di mare calmo, come quella goduta dallo scrivente) offre un'incantevole vista di tutta la costa: grotte, spiaggette, piccole cale ed insenature altrimenti poco o niente affatto visibili dalla terraferma. Provenendo dal continente, passato Capo Miseno, si attracca a Marina Grande, porticciolo della contrada di Sent'Co, il principale centro abitato dell'isola. Prima ancora di sbarcare, si ammirano da lontano le casette di questo paese, ognuna dipinta in un colore diverso da quelle vicine, che si ritroveranno con queste caratteristiche in tutta Procida. Sbarcando al mattino, è opportuno lasciarsi sedurre da una lingua di Procida appena sfornata; è possibile gustare questo dolce, fragrante pasta sfoglia farcita con crema ai limoni locali, quasi solamente qui. Il nucleo storico più risalente dell'isola è Terra Murata, borgo edificato su un promontorio, che prende il nome dalle mura cinquecentesche costruite per offrire riparo agli abitanti minacciati dai pirati saraceni. Per offrire ulteriore difesa, le case vennero costruite l'una addossata all'altra, raccolte su una corte interna, con pochissime aperture verso l'esterno. In questo luogo, si trova l'Abbazia di San Michele Arcangelo, la cui ricca ed imponente chiesa di impronta barocca venne edificata addirittura all'inizio dell'undicesimo secolo. Da Terra Murata si raggiunge la poco distante contrada di Corricella, il borgo marinaro più antico dell'isola, raggiungibile solo a piedi o dal mare, la cui bellissima panoramica offre un invidiabile colpo d'occhio su tutto il golfo di Napoli e sull'isola di Ischia. Sulla terraferma, la grotta di Seiano è un traforo scavato nel tufo in epoca romana che consente l'accesso al parco archeologico di Posillipo. Quest'ultimo è costituito dai ruderi di un antica villa d'epoca tardo repubblicana, chiamata appunto "Pausilypon"; il complesso, che consta pure di un teatro ben conservato, si trova sopra un piccolo promontorio a picco sul mare, con un incantevole vista sul golfo. Sempre galleria artificiale, costruita con altre finalità e risalente addirittura all'epoca della Magna Grecia, è l'Antro della Sibilla Cumana. Benché non sia certo si tratti dell'effettiva dimora della profetessa d'Apollo, i resti del cui tempio si trovano sulla sovrastante Acropoli di Cuma, è uno dei luoghi più suggestivi del Campi Flegrei. Natura e storia si intrecciano ancora una volta sulle rive dei laghi flegrei; il più famoso è quello d'Averno, le cui sponde (*leggenda?*) celavano l'ingresso del regno dei morti...

I mille colori di Procida... Capitale della cultura 2022!

Il golfo di Napoli: prospettiva sulle isole Flegree *A G* ©

https://www.agenziacampaniaturismo.it/ - http://visit-napoli.com/

Stampa in proprio. Gli articoli rispecchiano l'opinione dell'autore con libertà d'espressione. Per i vari percorsi descritti, controllare le possibili variazioni di difficoltà; si declina ogni responsabilità.
Collaborano: G. Lo Pinto, M. Lo Conti, P. Landi, F. Arato, A. Gava, R. Musso, M. Sciaccaluga.

Roberto Musso

Lunghi sentieri, nelle isole della primavera perenne...

Nel 2021, *Anno Jacobeo*, si è deciso di percorrere il *CAMMINO DI SANTIAGO DI GRAN CANARIA*: ≈64 Km in 4 tappe, da un capo all'altro dell'isola; la camminata è impegnativa e per persone allenate perché si parte dalla punta sud a livello del mare per salire fino ai 1900 m della punta centrale per poi ridiscendere nella parte nord con passaggi di una certa difficoltà, sia in salita che in discesa. La prima tappa comincia dall'emblematico FARO DI MASPALOMAS, ubicato nella punta sud dell'isola, costeggianando in principio la CHARCA omonima, una piccola laguna costiera e Spazio Naturale Protetto, da dove si possono osservare le impressionanti DUNE che costeggiano il mare, rappresentanti il non lontano deserto africano. Ci si addentra verso l'interno sud dell'isola fino al fondovalle di Fataga, conosciuto come la VALLE DELLE MILLE PALME, iniziando a salire verso FATAGA, terminando questa prima tappa dalla NECROPOLI DI ARTEARA, una delle più grandi di Gran Canaria, racchiusa da un imponente palmeto. La distanza percorsa è di poco più di 17 km (10 km quasi pianeggianti, disl. +571 m -237 m - tempo medio 4h, diff. E). La seconda tappa attraversa l'abitato di FATAGA (600 m) passando per un sentiero che ci offre una meravigliosa vista dell'imponente MASSICCIO DI AMURGA. Proseguiamo con una forte salita fino al belvedere, arrivando al paese di TUNTE (850 m). Nel borgo possiamo apprezzare l'IGLESIA DE SANTIAGO APÓSTOL (XVI sec.) con l'immagine dell'Apostolo Giacomo. Durante la camminata possiamo notare come il cambio della vegetazione dia l'idea del paesaggio del sud dell'isola, passando dalle piante grasse del fondo valle, ai palmeti della mezza costa per arrivare a vedere la maestosità dei PINI CANARI in altura (10,5 km, disl. +751 m -202 m - tempo medio 3h, diff. E+). Il terzo giorno lasciamo la cittadina di Tunte situata nella CALDERA DI TIRAJANA. Una corta, ma impegnativa e bella salita, porta dalla SUBIDA DE LA PLATA; impareggiabile è la vista del ROQUE NUBLO (1813 m), roccia effusiva alta 80 m, monumento naturale emblema dell'isola di Gran Canaria, e, avendo la fortuna di incontrare un giorno con cielo limpido, l'isola di Tenerife, con il suo vulcano Teide (3715 m - la montagna più alta della Spagna). È necessario porre molta attenzione perché il dislivello è più di 1000 m, con un selciato che richiede molta attenzione nella camminata. Il sentiero è poi ampio, per 8 km (saliscendi), fino a CRUZ DE TEJEDA (1500 m), dove, prima di arrivare, potremmo avere l'opportunità di osservare l'interessante CALDERA DE TEYEDA (15 km, disl. +1115 m -491 m - tempo medio 4h30, diff. EE). La nostra ultima tappa inizia con una corta ma intensa salita che ci guiderà fino alla zona più alta del LOS MORISCOS; da lì, inizieremo una discesa con -1800 m di dislivello e lunga più di 18 km, attraversando la pineta della CALDERA DI GÁLDAR, la zona del MONUMENTO NATURAL EL MONTAÑON NEGRO, scendendo subito dopo per il dirupo di LOMO DEL PALO e per la zona conosciuta come "piccola Irlanda" per le sue colline verdi che la caratterizzano. Questa discesa suppone un forte logorio delle ginocchia per cui è fondamentale l'uso dei bastoncini. Dopo una fermata ricreativa nell'area del MONTE PAVÓN, il nostro cammino cambia completamente realizzando molti chilometri per la strada che unisce la zona del SAUCILLO con HOYA DE PINEDA continuando fino a GÁLDAR (124 m). Da Hoya de Pineda prenderemo un piccolo ma difficile sentiero di 2,5 km fino in fondo al BARRANCO DE ANZO. La strada asfaltata ci porterà fino alle strade di Gáldar per terminare il Cammino di Santiago nella Chiesa di SANTIAGO DE LOS CABALLEROS DE GÁLDAR, dove riceveremo l'ultimo timbro e il *Certificato Ufficiale* (21 km, disl. +434 m -1826 m, tempo medio 6h30, diff. E+). La soddisfazione per aver completato il Cammino è stata alta, come le difficoltà tecniche incontrate nel percorso; si è riusciti a unire la parte religiosa a quella prettamente sportiva traendone una esperienza senza uguali anche per la mia non più giovane età e di quella di mia moglie. Ora, ci aspetta un meritato riposo, arrivederci alla prossima volta...

Piccola oasi verde in mezzo al terreno arido

Salita alla vetta della Gran Canaria- *Subida de la Plata*

Gáldar, adagiato sul suo vulcano **R M ©**

Differenza oraria con Italia: +1h (sono 2 provincie spagnole)

Approfondimento: https://www.sportoutdoor24.it/viaggi/cammini/cammino-di-santiago-alle-canarie-trekking/
https://www.spain.info/it/scoprire-spagna/canarie-itinerari-escursionismo/

2a parte Cam. Santiago Canarie: http://cralgalliera.altervista.org/61.pdf

Sez. Escursionismo Cral Galliera, Mura delle Cappuccine 14, GE – Fond.ne: *2000 – 1° n. "Un'idea"; mag. '04 – Anno XVIII* – Tel. 010 563 2217 \ 2760 (ufficio) Email: locontim at libero.it Info: http://www.cralgalliera.altervista.org/esc.htm - Calendario 2022: http://www.cralgalliera.altervista.org/calendario2022.pdf Programma gite 2022: http://cralgalliera.altervista.org/gite022.pdf

Il Monte Verruga dal Passo Biscia di Giuliano Lo Pinto

L'ampia conca sud e il Monte Verruga G L P ©

Il Passo Biscia (892 m) si raggiunge da Lavagna risalendo tutta la Val Graveglia che collega con la Val di Vara. Il toponimo è controverso: *Passo della Biscia*, ma quasi certamente *Passo del Biscia* (in ricordo di un partigiano che aveva questo soprannome). Lasciata l'auto nell'ampio posteggio a sinistra subito prima del passo, si attraversa la strada asfaltata e ci si incammina su una sterrata con sbarra di accesso che si porta verso sud. Dopo circa 30 min. si incontra sulla sinistra una casermetta rifugio e subito dopo si prosegue sempre sulla sterrata verso destra ignorando la deviazione a sinistra. Raggiunta la palina num. 6 contrassegnata con la sigla AV5T (Alta Via delle Cinque Terre) si abbandona la sterrata e si sale a sinistra su sentiero arrivando in breve al crinale. Da lì vi sono due possibilità: salire a sinistra con traccia a piacere sino al colle denominato Passo di Fonte Sacrata che divide il Monte Porcile dal Verruga, oppure scendere un poco nel bosco, sempre a sinistra su sentiero ben marcato per poi raggiungere con ascesa regolare la *Fonte Sacrata*. Da lì il sentiero scende verso est su crinale e poi attraversa l'ampia conca sud del Monte Verruga (1207 m) che si raggiunge per canalino a sinistra poco prima della cresta sud, oppure superando il crinale e aggirando il monte verso sinistra, salendo poi la cresta nord. Tempo di salita: ≈2h30, ritorno 2h. La montagna è costituita da diaspro rosso a blocchi e offre uno spettacolare panorama. La gita è sempre praticabile e se c'è neve abbondante si può fare usando le ciaspole.

Precedente brano: http://cralgalliera.altervista.org/56.pdf

Marco Sciaccaluga Il castello reale di Valcasotto, una storia lunga quasi un millennio...

Nel comune di Garessio, vi è il castello reale di Valcasotto, alle pendici del bric Mindino a 1090 m, costruito ristrutturando la certosa di Santa Maria del XI/XII secolo (una delle più antiche d'Italia, i cui primi documenti certi la datano al 1172, anche se alcuni edifici religiosi erano già presenti da almeno un secolo). Quindi, pure in questo caso, come spesso capita in Piemonte, ebbe un'origine non militare. Ripristinata alla fine del 1500, dopo un devastante incendio, vide il ritorno dei monaci solo dopo molti anni. La certosa fu abbandonata dai frati a partire dal 1803, all'arrivo di Napoleone, con l'abolizione degli ordini religiosi. Dopo un periodo di decadenza, fu acquisita e ristrutturata da Carlo Alberto di Savoia, nel 1837, per farne un casino di caccia e residenza estiva. In questo luogo, nel 1858, la principessa Clotilde fu messa a conoscenza del suo matrimonio, per ragioni di stato (e per rendere più salda l'alleanza con la Francia, come suggerito da Cavour), con il cugino di Napoleone III. In seguito, tale edificio fu molto amato dal re Vittorio Emanuele II che vi passava la bella stagione con la bella Rosina, poi sua moglie morganatica (contessa di Mirafiori). Nel 1881, la struttura passò a privati, con vari proprietari che si succedettero nel tempo. Dopo il 1943, spiccò come base partigiana. Nel 2000, il palazzo reale è stato acquisito dalla regione Piemonte. Dopo anni di chiusura, il 15.08.2020 il castello ha ospitato il concerto di Ferragosto e dal giorno successivo, è stato parzialmente riaperto al pubblico. Oggi la dimora è visitabile nella parte restaurata (zona nord, completamente arredata, la cappella reale e la torre cam-

Spianata del Castello di Valcasotto

Panoramica sull'ala dell'edificio restaurata M S ©

Scala del campanile della chiesa della vecchia certosa

Proposta per una escursione in zona:
https://www.alpicuneesi.it/itinerari/vallecasotto/0303.htm

Castelli su *Un'Idea*: http://cralgalliera.altervista.org/24.pdf e http://cralgalliera.altervista.org/41.pdf

panaria, oltre all'area archeologica con le rovine dell'antica chiesa e del convento) e si prevede che, durante l'estate del 2022, il lavoro sia finito per una apertura completa a favore dei visitatori. Tariffa: 8 € - Per prenotare e informazioni sugli orari di apertura, contattare: tel. 347 8386179 o 347 6327959. *Accesso.* Dalla zona di Cuneo, si arriva a Torre Mondovì per proseguire fino a Pamparato. Si rimonta la Valle Casotto fino all'omonimo abitato, dove è presente un ampio posteggio. Dalla Val Tanaro, si imbocca la SP 178, all'altezza di Garessio, fino a Valcasotto.

Il bivacco Artuick: al limitare dell'alta montagna, ai piedi della val Gelada...

Passeggiate in Trentino di *Maurizio Lo Conti*

La meta suggerita è inusuale ed è ideale per ricercare la tranquillità, essendo poco nota e, perciò, normalmente abbastanza solitaria. In val di Sole, la macchina viaggia sulla SS 42 e, da Mezzana, si seguono le indicazioni per la località di Marilleva 1400, centro turistico particolare, con i suoi casermoni, sorto nel 1972. Si parcheggia quando la strada scende, nei pressi del residence Artuik. Ad inizio gita, nelle paline, non è riportato l'arrivo dell'odierno giro, nonostante siano presenti diverse destinazioni, tra cui la "via delle Malghe" (100 km di sentieri che uniscono le varie strutture tra le montagne circostanti). Comunque, a piedi, si ricalca una strada forestale che guadagna metri nella fitta abetaia. Oltre un'area picnic, si incrocia la pista per Mezzana, continuando sulla direttrice principale e una salita moderatamente costante. Raggiunto il bivio per il lago dei Caprioli (30'), si prende a destra. In altri 25', con saliscendi, c'è un nuovo incrocio: dritti si va in 5' a malga Alta di Pellizzano (punto di ristoro con i prodotti del latte e una sempre buona polenta di Storo! *https://www.agri90.it/*), mentre a sinistra ci si dirige verso Artuich (il toponimo non è univoco, infatti, nei vari cartelli e/o mappe, si alternano i nomi Artuich, Artuik, Artuick, Artuic...). In 10', la poderale piega a sinistra (da seguire), mentre dritti è per il lago Stablo (o Stablò), su sentiero non SAT da ignorare. Si è scelta, quindi, l'opzione comoda, con il tracciato, senza simboli o indicazioni, che ora è un po' ripido nel bosco. Poi, finalmente (1h), tende a spianare e ad aprirsi. Si nota sul versante opposto il percorso fatto nel 2020, lungo un pezzo della "via delle Malghe" e, sullo sfondo, saltano all'occhio le imponenti cime della val di Peio. Sfiorata una fonte, sotto spicca un casolare isolato (non si capisce dove sia l'accesso...). L'ambiente è più aperto e, in 20', si tocca il bivacco Artuick, a 1976 m (tot. andata 2h30). L'edificio è stato ristrutturato per essere usato come un riparo e, poco sopra, c'è la costruzione dell'alpeggio. Il terreno della casa è chiuso da una staccionata, con un paio di tavoli e panche, un barbecue, una fontanella e un ruscello che attraversa il recinto. L'aspetto, tipico dell'alta montagna, è molto bello, con le creste rocciose e acuminate che incombono, ma la vista è ridotta, essendo in un avvallamento. Volendo faticare ancora, appena sopra, il sentiero si divide in due rami: quello sinistro rimonta la Croce della Pace (e cima Gardenè 2520 m - EE+ - 1h30), mentre quello destro (n. 203) conquista il passo di val Gelada (2h - 2515 m) e poi, in 30', la zona dei 'Cinque Laghi' (diff. E+), sopra Madonna di Campiglio. In questo secondo caso, un traguardo intermedio può essere il lago El Bus o Azur, 2270 m: dopo circa 800 m di cammino dal bivacco, c'è una diramazione sulla sinistra, poco evidente, e, con altri 900 m, si arriva allo specchio d'acqua (diff. EE - 1h). Invece, il suggerimento semplice è fare una lunga sosta in questo posto ameno. Il ritorno è per la via di salita in 2h. Alternativamente, dal rifugio c'è il num. 203 della SAT che precipita, ripidissimo, fino a un pianoro. Un'altra scoscesa discesa porta verso il lago Stablo, oramai solo quasi una torbiera. Calando ancora, c'è la costruzione in legno baita Vegia o Regina del Bosco e da qui una forestale sfocia dalla malga Alta. Probabilmente, però, tale variante, se proprio si vuole, è meglio sfruttarla all'andata e non al rientro, con una difficoltà che diventa di tipo medio (tempistica simile). In sintesi. Percorso base: dif. T - disl. 600 mt - 12,5 km - 4h30 totale - Comodità di percorrenza media: più che buona.

NB: Un locale è sempre aperto e, per il resto della struttura, la chiave è dal municipio di Pellizzano (tel. 0463.751128)

In zona: http://cralgalliera.altervista.org/56.pdf - …/53.pdf - …/51.pdf …/50.pdf - …/45.pdf - …/42.pdf - …/41.pdf - …/34.pdf - …/20.pdf

Per saperne di più: https://www.visitvaldisole.it/- Altre Info: http://cralgalliera.altervista.org/ArtuickMap.jpg Arretrati: http://www.cralgalliera.altervista.org/UnIdea.htm

Gita dell'estate 2021 Foto pdf alla 2a riga di http://cralgalliera.altervista.org/Folgarida021.htm