



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Isernia

DATA	<b>25 ottobre 2020</b>	
ESCURSIONE	<b>SENTIERO DEGLI DEI</b>	
REFERENTI	Matilde Di Domenico 333 2736629 Pasquale Italiano 328 4878539	
DIFFICOLTÀ E TIPO DI ESCURSIONE	E (Escursionisti)	

LOCALITÀ PARTENZA:	<b>Bomerano fraz. Di Agerola m. 650</b>
LOCALITÀ ARRIVO:	<b>Positano (m. 20)</b>
DISLIVELLO COMPLESSIVO:	<b>-630 m.</b>
LUNGHEZZA TRATTO:	<b>Km 9,0</b>
DURATA ESCURSIONE (tempo escluso soste):	<b>h 5 circa</b>

### **DESCRIZIONE BREVE DELL'ITINERARIO (figura 1):**

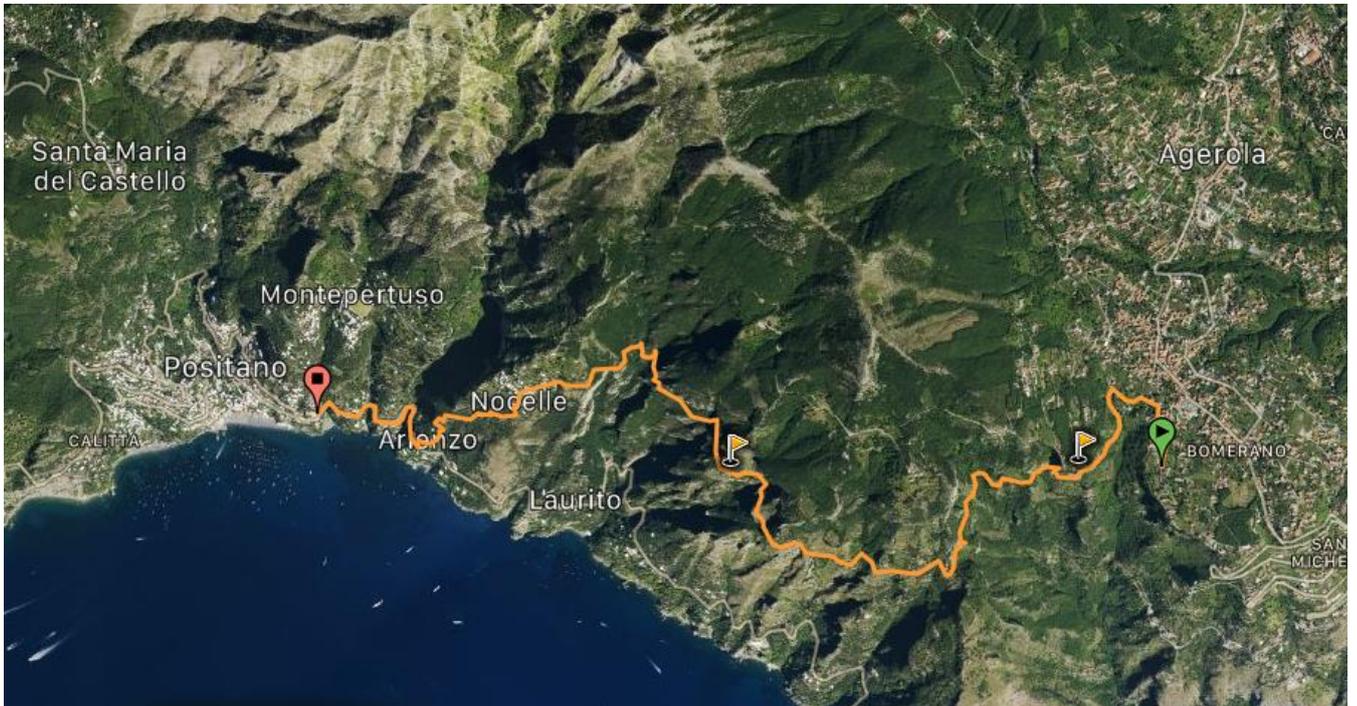
Dal campo sportivo di Bomerano (fraz. Di Agerola) si seguono le indicazioni fino all'imbocco del percorso. Inizialmente si segue la direzione SSO, si supera la Grotta del Biscotto (m. 528) e dopo circa 1 ora si raggiunge Colle la Serra (m. 578) dove c'è un fontanile.

Dal bivio si prosegue adesso in direzione NO, il paesaggio muta e diventa decisamente più panoramico, il percorso è sospeso tra mare e cielo con pareti strapiombanti e con la possibilità di osservare in lontananza Positano, gli isolotti delli Galli e i faraglioni di Capri (**figura 2**).

Prima dell'ingresso a Nocelle, dopo circa tre ore e mezza, si attraversa il Vallone Grotte dove su un piano sono visibili omini di pietra ben ordinati.

Dall'abitato di Nocelle si percorre una lunga scalinata che con i suoi 1500 gradini ci porta alla frazione Arienzo.

Da qui dopo circa 1 Km di statale si arriva al centro di Positano



**Figura 1**



**Figura 2**

## **MOTIVI D'INTERESSE:**

Il **Sentiero degli Dei** è un percorso naturalistico **lungo circa 9 chilometri** situato all'interno della Costeria Amalfitana, ideale per fare escursioni e trekking.

Il percorso **parte da Bomerano, frazione di Agerola (647 mslm) e termina a Positano (20 mslm)**, una passeggiata immersi nella natura più incontaminata che **dura in media 4 ore** soste escluse.

Il **Sentiero degli Dei** negli ultimi anni è divenuto famoso grazie alla sua **sky-line tra le più suggestive e famose al mondo** che attraversa solo una piccola parte della Costiera Amalfitana lungo la dorsale dei **monti Lattari** i quali si tuffano nell'azzurro del mare della Costiera e dai quali è possibile scorgere l'**isola di Capri**.

La flora endemica è ricca di tutte le essenze spontanee della **macchia mediterranea** (Erica, Euforbia, Lentisco, Cisto, Alloro, Corbezzolo, Leccio, ecc.), tra le piante coltivate prevale la vite la quale trova un clima ottimale per la vegetazione.

Si possono incontrare vigneti i cui filari producono un particolare tipo di uva detta "**Pede 'e Palomma**" (piede di colomba) tipica della zona, dalla particolare forma del tralcio e dal suo caratteristico colore roseo.

Il **nome** con cui viene chiamato questo percorso naturalistico deriva da fatti storici e leggende secondo le quali **le divinità greche passarono proprio di qui per salvare Ulisse dalle Sirene** che si trovavano sulle Sirenuse o isolotti de "Li Galli".

Anche lo scrittore Italo Calvino descriveva questo sentiero come "*quella strada sospesa sul magico golfo delle "Sirene" solcato ancora oggi dalla memoria e dal mito*", la medesima frase è possibile leggerla anche su mattonelle di ceramica ubicate proprio all'inizio del Sentiero degli Dei.

La **bellezza** di questo sentiero risiede anche nell'**assoluta mancanza della mano dell'uomo**, tutto l'intero percorso è così come madre natura l'ha concepito e successivamente plasmato nel corso dei secoli, la mano dell'uomo è possibile apprezzarla solo per la presenza di barriere protettive (in alcuni punti) e la presenza di un'ottima segnaletica lungo il percorso.

Lungo questo sentiero, che fin dall'antichità assolveva a un importante **ruolo di collegamento**, si svolgevano traffici commerciali tra i villaggi della costa (Positano, colonia ellenica) e gli insediamenti dell'entroterra (l'altopiano di Agerola).

Unica via terrestre sul versante meridionale dei **Monti Lattari**, tra l'aspro litorale costiero e i dolci declivi dell'interno, permetteva il transito di merci come: crusca, carbone, latte, spezie, legname, tessuti, pietre preziose, ceramiche, vini e oli.

Si continua a camminare in **un ambiente sospeso** tra pinnacoli, guglie, profonde gole, dirupi e precipizi, quercete, grotte, felci, rovi, ginestre e numerose specie di erbe aromatiche come il timo, la salvia, il rosmarino e la rucola.

È un passaggio questo, **tra la costa e l'entroterra**, che fin dall'antichità ha testimoniato, lungo tutto il suo percorso, quella cultura locale che tanto caratterizza questi luoghi: agreste, contadina e rurale, proprio a picco sul mare.

Non tutti sanno che esistono due percorsi da poter scegliere, il *Sentiero degli Dei in "alto"* e "*basso*", i cui nomi derivano dall'altezza in cui si sviluppa il sentiero, nel primo caso il **sentiero alto** inizia da Bomerano (Agerola) e termina a Santa Maria Del Castello ed è leggermente più impegnativo proprio per la presenza di molti tratti in salita, mentre il **sentiero basso**, *scelto per l'escursione*, è quello che attraversa Nocelle, ed è meno impegnativo consigliabile per le persone che sono avanti con l'età o che non vogliono affaticarsi molto.

Lungo l'intero percorso è possibile trovare strutture protettive per i punti più impegnativi ed impervi, **terrazze panoramiche** da cui ammirare i Faraglioni dell'isola di Capri, l'isola Li Galli e i Monti Lattari, **comode panche in legno** per potersi riposare per recuperare le energie rifocillandosi con acqua e qualche spuntino, lungo il percorso sono inoltre presenti **diverse sorgenti di acqua fresca e potabile**.

### *La Grotta Biscotto, i villaggi rupestri e "il Pistillo"*

Il percorso ha inizio da **Bomerano (632 m)** e in breve raggiunge l'inizio di uno tra i più interessanti e spettacolari itinerari escursionistici di tutta Italia, per le sue bellezze paesaggistiche e per gli scorci panoramici che si possono ammirare dall'alba fino al tramonto.

Una curva piega a destra in precipitosa discesa verso la cavità detta **Grotta Biscotto (528 m)**, dove questo cammino ha il suo inizio tra dirupi e precipizi, profondi oltre i 200 metri, che si perdono nel vuoto.

Poco sotto la grotta sono sparsi **antichi insediamenti rupestri** ricavati direttamente nella roccia, sospesi a picco; testimonianze architettoniche, queste, risalenti all'epoca delle incursioni saracene.

Si prosegue camminando tra panorami mozzafiato intrisi dai profumi della macchia.

Superata quella che **fino all'800** era sicuramente una tra le case meglio conservate esistenti lungo il sentiero, una gradinata ricavata con blocchi in pietra conduce sotto uno sperone roccioso alla cui base si erge una irta guglia calcarea conosciuta come il "pistillo".

### *Panorami mediterranei: da Capri ai Monti Lattari*

Qualche centinaio di metri dopo e si raggiunge il **Colle la Serra (578 m)** con la presenza di un bivio e un fontanile.

Qui il paesaggio cambia decisamente scenario e si aprono ampie vedute panoramiche con l'isola di Capri, la parte finale della penisola dei monti Lattari e gli isolotti de "Li Galli". Dal colle ha inizio un sentiero che porta fin giù **all'abitato di Praiano** scendendo in direzione SE.

Il nostro percorso invece procede in direzione NO passando al di sopra di varie pareti strapiombanti dalle quali, usando molta cautela nell'affacciarsi, è possibile scrutare dall'alto inedite visioni panoramiche di un paesaggio costiero che riesce continuamente a stupire, a meravigliare e ad emozionare: il bianco e il rosso delle case di Vettica; i fondali marini non visibili dalla strada costiera; il buio di profonde incisioni rocciose e il cupo verde dei valloni.

### *Il Vallone delle Grotte e l'arrivo a Nocelle*

Poco prima dell'abitato di Nocelle si incontra il **baratro del Vallone Grotte**, e la natura offre uno spettacolo di incomparabili bellezze naturalistiche e paesaggistiche; uno stretto anfiteatro che scende ad imbuto su cui dominano decine di grotte, grandi e piccole, immerse tra l'azzurro del mare e il verde dei boschi.

Dopo gli ultimi tornanti caratterizzati da rocciosi saliscendi attraverso piante di fico d'india, il sentiero penetra tra **le prime case di Nocelle (420 m)**.

Stradine immerse nel verde e nel silenzio di rampe, cortili e pergolati sono l'ideale cornice dell'ospitalità e della cordialità profusa da quei pochi e fortunati residenti.

Posto come una terrazza sopra **l'abitato di Positano** questo villaggio è completamente isolato tra rupi e valloni e non raggiungibile, in alcun modo, da veicoli a motore.

Si prosegue per **Positano** scendendo per una scalinata interminabile, fatta di circa 1500/1700 gradini fino alla frazione **Arienzo**.

Da qui si percorre per circa 1 Km la SS 163 Amalfitana fino al centro di Positano.

### **EQUIPAGGIAMENTO PER L'ESCURSIONE:**

Mascherina e gel disinfettante a base alcolica, crema solare, kit pronto soccorso per uso personale e scheda con farmaci per eventuali allergie, telo termico;

Zaino e coprizaino, borraccia, occhiali da sole, bastoncini, scarponi, cappello, giacca in goretex (o equivalente), binocolo, pila frontale, coltellino multiuso,

Si consiglia un abbigliamento a strati (a cipolla), cibo ed acqua sufficienti all'escursione, indumenti di ricambio completo (scarpe, calze, maglietta, etc.).

### **SERVIZI E QUOTA DI PARTECIPAZIONE:**

E' previsto un servizio di trasporto in pullman da Isernia fino ad Agerola e recupero dei partecipanti nel tardo pomeriggio a Positano.

Durante il viaggio è fatto obbligo ai partecipanti di indossare la mascherina.

Le iscrizioni sono aperte fino al raggiungimento di un numero massimo di 40 partecipanti.

La quota di partecipazione è fissata in **€ 25,00** per i soci e potrebbe variare in base al numero dei partecipanti e della tipologia di mezzo di trasporto utilizzato.

Al momento dell'adesione il partecipante è tenuto al versamento di una quota di **€ 15,00** a titolo di anticipo, il versamento va fatto presso la Sezione di Isernia. In caso di rinuncia la quota potrà essere recuperata esclusivamente in caso di subentro di altro socio in lista di attesa.

L'escursione è limitata ai soci, tuttavia è prevista la partecipazione dei non soci, i quali saranno inseriti in una lista di attesa con priorità differita, previo pagamento di una quota aggiuntiva di **€ 10,00** per la copertura assicurativa.

Ulteriori informazioni di dettaglio sul recupero dei partecipanti e dei costi finali saranno fornite qualche giorno prima dell'escursione.

<b>APPUNTAMENTO:</b>	<b>ore 6:15 Isernia Santo Spirito - Parcheggio elefante ore 6:40 Venafro – Semaforo incrocio Via Campania</b>
<b>SPOSTAMENTI:</b>	<b>Con pullman</b>
<b>PARTENZA ESCURSIONE:</b>	<b>ore 8,50 – Campo sportivo Bomerano (Agerola)</b>

**Ogni partecipante alla gita dovrà essere equipaggiato con l'indispensabile attrezzatura personale, sopra indicata.**

**Chi intende aderire è consapevole che non potrà essere ammesso:**

- se non ha consegnato il modello di autocertificazione con data dell'escursione, **allegato alla presente**;
- se non ha ricevuto preventiva accettazione dell'iscrizione, che potrà essere apposta anche in calce al detto modello e controfirmato dall'iscritto per presa visione;
- se è soggetto a quarantena, se a conoscenza di essere stato a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni, se non è in grado di certificare una temperatura corporea inferiore ai 37,5°C e assenza di sintomi simil influenzali ascrivibili al Covid-19;
- se non ha versato la quota di partecipazione

**Durante l'escursione, tutti gli iscritti sono tenuti ad osservare le seguenti regole di comportamento:**

- si fa obbligo ai partecipanti di avere con sé la mascherina e il gel disinfettante a base alcolica;
- alla partenza i partecipanti saranno suddivisi in *gruppi di 20 persone massimo + 1 accompagnatore*;
- durante la marcia sarà cura degli accompagnatori mantenere durante l'escursione un debito distanziamento tra i singoli gruppi;
- durante la marcia va conservata una distanza interpersonale di almeno 2 metri. Ogni qualvolta si dovesse diminuire tale distanza, durante le soste e nell'incrocio con altre persone è obbligatorio indossare la mascherina;
- sono vietati scambi di attrezzatura, oggetti, cibi, bevande o altro tra i partecipanti non appartenenti allo stesso nucleo familiare.