

Fabrizio Ardito e Natalino Russo



Cammini di Calabria

GUIDA E TACCUINO PER IL VIAGGIO



REGIONE CALABRIA



CALABRIA
STRAORDINARIA



Touring Club Italiano

Fabrizio Ardito e Natalino Russo

Cammini di Calabria

GUIDA E TACCUINO PER IL VIAGGIO



REGIONE CALABRIA



CALABRIA
STRAORDINARIA



Touring Club Italiano

Perché scegliere la Calabria per camminare

In un'Italia che sta divenendo sempre di più un crocevia di cammini – storici, religiosi o naturalistici – i grandi itinerari calabresi descritti in queste pagine sono delle mete decisamente uniche, che permettono ai moderni pellegrini di attraversare, conoscere e assaporare i cento diversi volti di una regione unica.

Come accade nel mondo dei grandi itinerari di scoperta, le suggestioni dei cammini calabresi sono varie e sfaccettate. Le memorie legate alla figura di san Francesco di Paola, patrono calabrese, sono state l'ispirazione per il sempre più frequentato ed esteso Cammino omonimo, che collega borghi, monasteri e grandiose faggete con il santuario. Più escursionistica e sportiva è stata la genesi del Cammino Calabria Coast to Coast, che attraversa la regione nel suo punto più stretto per collegare, in tre giorni di cammino, le coste dello Ionio e del Tirreno. La memoria del brigantaggio e dell'isolamento delle foreste dell'Aspromonte è stata l'idea che ha portato alla nascita del lungo e solitario Sentiero del Brigante, che dai boschi di Gambarie risale verso le Serre Calabre per concludersi davanti alle mura della certosa di Serra San Bruno oppure a Bivongi e Stilo. Il percorso più a sud, che si svolge tra Pentadattilio e Bova, nella terra delle grandi fiumare che segnano la porzione più meridionale delle montagne calabresi, deve il nome di Sentiero dell'Inglese ai ricordi dei vagabondaggi ottocenteschi dello scrittore e artista Edward Lear, che ha lasciato una romanzesca descrizione delle sue passeggiate da un borgo all'altro.

Completano il quadro delle grandi vie le informazioni di base sulle tappe calabresi del grande Sentiero Italia segnato sul terreno dal Club Alpino Italiano e del Cammino Basiliano, recente progetto che attraversa praticamente tutti gli angoli della regione.

I motivi paesaggistici e storici per scegliere la Calabria dei cammini non mancano certo, e sono rafforzati dalla possibilità di camminare in stagioni diverse, dall'incontro quotidiano con la cucina locale, dall'opportunità di trascorrere ore o giorni a conoscere i mille caratteri della popolazione che vive nelle aree interne della regione e che spesso conserva, con giustificato orgoglio, il ricordo delle proprie lontane origini greche, albanesi o piemontesi. Un quadro perfetto, quello tracciato dalle lunghe e solitarie tappe dei cammini di Calabria. Un mosaico dai mille colori che, per ogni camminatore appassionato, vale la pena di conoscere.

Regione Calabria

Touring Club Italiano

Presidente: Franco Iseppi

Direttore generale: Giulio Lattanzi

Direttore editoriale: Ottavio Di Brizzi

Responsabile editoriale: Cristiana Baietta

Responsabile progettazione e produzione cartografica: Antonella Buono

Cartografia: Igor Odoni

Segreteria: Paola Bolla

Coordinamento tecnico: Francesco Galati

Hanno collaborato

Testi e fotografie: Fabrizio Ardito e Natalino Russo (a eccezione delle foto alle pagine seguenti: 16 Adobestock/franco ricci, 64 Adobestock/Naeblys, 106-107 Adobestock/Maria Rattà; 42b, 43, 44 A. Mantuano; 45, 46 A. Marcelli)

Progetto grafico e copertina: Catoni Associati

Foto di copertina: Fabrizio Ardito

Realizzazione cartografica: Francesco Guaita

Redazione e impaginazione: Studio Angelo Ramella, Novara

Per la gentile collaborazione, per i materiali e i dati relativi ai cammini si ringrazia: Associazione Il Cammino di San Francesco di Paola (Cammino di San Francesco di Paola), Calabria Trekking A.P.S. (Cammino Calabria Coast to Coast), Gruppo Escursionisti d'Aspromonte (Sentiero del Brigante), Cooperativa Naturaliter (Sentiero dell'Inglese).

Edizione promossa dal Settore Iniziative Speciali di Touring Servizi

Via Cornelio Tacito 6, Milano

Tel. 028526509

Direttore: Luciano Mornacchi

Quest'opera è stata realizzata su iniziativa e con la collaborazione della Regione Calabria

© 2024 Touring Servizi srl, Milano

touringclub.it

touringclubstore.com

EAN 9788836581603

Prestampa Emmegi Group, Milano

Stampa e legatura BIEFFE srl - Recanati (MC)

Finito di stampare nel mese di maggio 2024



**REGIONE
CALABRIA**



**CALABRIA
STRAORDINARIA**

Sommario



I cammini	p. 6
Tra la Sila e il mare	p. 6
Tra le Preserre e l'Aspromonte	p. 7
Il tratto calabrese del Sentiero Italia e il Cammino Basiliano	p. 7
Quadro d'unione	p. 8
Come percorrere i cammini	p. 10
Quando andare	p. 11
L'attrezzatura	p. 11
Da non perdere	p. 13
Cammino di San Francesco di Paola	p. 13
Cammino Calabria Coast to Coast	p. 14
Sentiero del Brigante	p. 15
Sentiero dell'Inglese	p. 17
Sentiero Italia	p. 18
Cammino Basiliano	p. 18
Informazioni pratiche	p. 19
Il Cammino di San Francesco di Paola	p. 23
La Via del Giovane	p. 30
La Via dell'Eremita	p. 36
La Via dei Monasteri	p. 42
Il Cammino Calabria Coast to Coast	p. 49
Il Sentiero del Brigante	p. 63
Il Sentiero dell'Inglese	p. 87
Il Sentiero Italia in Calabria	p. 107
Il Cammino Basiliano	p. 115
Taccuino per il viaggio	p. 123

I cammini

Fino a qualche decennio fa, i monti della Calabria erano frequentati solo da una ristretta cerchia di escursionisti, spesso del luogo. Sentieri, tratturi e mulattiere dell'entroterra erano poco noti fuori dalla regione, sicché le splendide valli, le creste e le maestose foreste di questa parte dell'Italia erano riservate a pochi e pionieristici appassionati. È stato proprio il lento e certosino lavoro di queste persone a recuperare, tracciare e curare molti di questi percorsi e in qualche caso a concatenarli per trasformarli in bellissimi cammini. Un lavoro fatto su base volontaria da tante associazioni che hanno a cuore il vasto territorio di una delle regioni più affascinanti d'Italia. In questo taccuino presentiamo quattro cammini e due itinerari di lunga percorrenza. Il primo si snoda nel Cosentino, nella parte settentrionale della regione, e attraversa la Catena Costiera che affaccia sul Tirreno. L'itinerario è legato a luoghi che furono cari a un eminente personaggio della storia del cristianesimo: san Francesco di Paola, la cui notorietà supera i confini nazionali. È un percorso di dodici tappe, ideale per esplorare un'area poco nota della Calabria. Gli altri tre itinerari si svolgono più a sud: uno a cavallo delle Preserre Calabre, gli altri due nel Reggino, cioè nella parte più meridionale della regione, tra i variegati e affascinanti ambienti dell'Aspromonte. Il Cammino Calabria Coast to Coast collega in tre tappe Soverato, sulla costa ionica, a Pizzo, sulla quella tirrenica. Il Sentiero del Brigante e il Sentiero dell'Inglese sono invece itinerari più lunghi, richiedono ciascuno circa una settimana di cammino e offrono uno spaccato completo di un territorio selvaggio e in larga parte ancora da scoprire. Due sono i grandi itinerari che vengono citati nella parte finale di questo lavoro: il Cammino Basiliano e il tratto calabrese del Sentiero Italia. Sono itinerari complessi e articolati che possono essere spunto per un'esplorazione accurata e approfondita del territorio e delle montagne calabresi.

Tra la Sila e il mare

Il primo itinerario, quello dedicato a san Francesco di Paola, è frutto del lavoro dell'associazione Cammino di San Francesco di Paola, che ha ammirevolmente recuperato antichi percorsi e direttrici utilizzate dal santo per spostarsi tra i diversi romitori e monasteri da lui fondati. Il progetto ha finora portato a termine la realizzazione di tre cammini per un totale di dodici tappe. Qui descriviamo la Via del Giovane, da San Marco Argentano a Paola, e la Via dell'Eremita, che collega Paola a Pa-

terno Calabro, dove sorge il primo santuario fondato da Francesco dopo quello di Paola. Delle rimanenti sei tappe, la Via dei Monasteri da Paterno Calabro a Corigliano Calabro, vengono qui fornite solo le informazioni principali, rinviando ai contatti locali per maggiori delucidazioni.

Tra le Preserre e l'Aspromonte

Nel punto più stretto della regione si sviluppa il percorso di tre giorni del Cammino Calabria Coast to Coast. Anche se l'impegno e i dislivelli non mancano, si tratta di una passeggiata di grande fascino, che porta dalle spiagge ai borghi dell'interno, e dalle fitte faggete delle Preserre Calabre fino alla costa scoscesa di Pizzo. L'associazione Calabria Trekking, che ha ideato il cammino, ha fatto un ottimo lavoro nella progettazione delle tappe e nella loro segnalazione e offre un'assistenza preziosa e accurata a chi decide di mettersi in cammino. L'area dell'Aspromonte è oggetto degli altri due cammini presentati in questo taccuino. Il Sentiero dell'Inglese ricorda i viaggi dello scrittore e illustratore Edward Lear, che a metà dell'800 percorse in lungo e in largo la Calabria, dedicando alla zona delle fiumare alcuni dei suoi celebri acquerelli. La cooperativa Naturaliter di Bova ha ideato un cammino che si snoda nell'arido versante sud dell'Aspromonte, toccando angoli spettacolari e remoti e facendo tappa in minuscoli borghi di cultura e lingua grecanica. Infine il Sentiero del Brigante, un trekking di montagna che attraversa quasi tutto il massiccio dell'Aspromonte. È frutto di decenni di lavoro del Gruppo Escursionisti d'Aspromonte, che ha studiato un lungo itinerario dal sapore selvaggio: si cammina quasi sempre in piena montagna, partendo dalla località turistica di Gambarie e arrivando fino alle Serre Calabre.

Il tratto calabrese del Sentiero Italia e il Cammino Basiliano

Realizzato dopo anni di studio e progettazione e grazie al contributo di molte sezioni del Club Alpino Italiano, il Sentiero Italia tocca tutte le regioni del Bel Paese e segue quasi sempre le creste dei massicci montuosi. Il tratto calabrese di questa vera e propria autostrada pedonale italiana si snoda da Reggio Calabria al confine con la Basilicata, che si supera oltre Morano Calabro dopo 32 giornate trascorse *on the road*. Con una lunghezza di oltre 1500 km e con ben 73 giornate previste in terra calabrese, il Cammino Basiliano è nato per seguire – attraversando i quattro grandi massicci montuosi della regione (Pollino, Sila, Serre e Aspromonte) – le tracce del passato e i ricordi dei primi monaci di origine greca che popolarono queste contrade.

Quadro d'unione

Il corredo cartografico che accompagna questo taccuino è essenziale ma completo e comprende, oltre alla rappresentazione cartografica schematica del tracciato dei vari cammini, i profili altimetrici di ogni tappa; qui sotto le indicazioni su come utilizzare questi apparati, compresa la legenda dei simboli presenti nelle carte e nelle altimetrie.

Altimetrie

Ogni tappa è corredata da un profilo altimetrico: i punti rilevanti del percorso sono segnalati con le relative distanze e altitudini, in modo da far capire i dislivelli e le difficoltà dell'itinerario. Un'avvertenza: le altitudini e le distanze riportate, derivate dai tracciati GPS, sono indicative e possono differire leggermente da quelle reali.

Cartografia essenziale

All'inizio di ogni cammino si trova la sua rappresentazione cartografica schematica: il quadro d'unione nella pagina accanto mostra la posizione dei diversi riquadri cartografici.

Indice delle carte

1	Il Cammino di San Francesco di Paola	p. 26-27
1a	La Via del Giovane	p. 26-27
1b	La Via dell'Eremita	p. 26-27
1c	La Via dei Monasteri	p. 26-27
2	Il Cammino Calabria Coast to Coast	p. 50-51
3	Il Sentiero del Brigante	p. 66-67
4	Il Sentiero dell'Inglese	p. 89
5	Il Sentiero Italia in Calabria	p. 108
6	Il Sentiero Basiliano	p. 116

Legenda itinerari

	Itinerario e direzione seguita
	Partenza itinerario
	Arrivo itinerario
	Località principale dell'itinerario
	Località nei dintorni
	Parco, riserva, area protetta
	Chiesa/Villa/Rifugio
	Rovine, resti archeologici/Aeroporto
	Autostrada
	Strada principale
	Altre strade

Legenda profili

	Località tappa
	Stazione ferroviaria
	Fermata autobus
	Negozi
	Acqua
	Farmacia
	Ufficio del turismo
	Mangiare
	Alloggio



Come percorrere i cammini



Gli itinerari proposti richiedono mediamente una settimana, a eccezione del Cammino Calabria Coast to Coast, che con le sue tre tappe è adatto anche a un fine settimana. Tutti i percorsi sono in genere ben segnalati.

Il **Cammino di San Francesco di Paola** è dotato di pilastrini ben evidenti, che riportano distanze e scene della vita del santo. Inoltre è presente il logo, che richiama lo stemma dell'ordine monastico dei Minimi: un sole, che in alcuni punti è raffigurato in giallo insieme alla freccia dello stesso colore caratteristica di molti cammini. Lungo il percorso si incontrano diverse fonti. L'itinerario è percorribile in autonomia anche da escursionisti di media esperienza. Prima di mettersi in cammino si può richiedere la credenziale che permette di raccogliere i timbri delle varie tappe per ottenere alla fine il *Testimonium* che attesta l'avvenuto pellegrinaggio.

Ben segnalato è anche il **Cammino Calabria Coast to Coast**, che dispone di un buon sito web

e di un'ottima assistenza ai camminatori. Il percorso è fattibile in autonomia, ma bisogna dotarsi di scorte d'acqua soprattutto nei periodi più caldi. Prima della partenza si può richiedere il 'passaporto del viaggiatore' per la raccolta dei timbri e il ritiro del *Testimonium* alla fine del cammino.

Il **Sentiero del Brigante** si snoda in pieno Aspromonte, su territori selvaggi e boscosi, quasi sempre in quota. È molto ben marcato con la classica segnaletica bianco-rossa del CAI, in molti tratti condivisa con la sigla SI del Sentiero Italia. Per lunghi tratti procede non lontano dalle strade asfaltate e in più punti le incrocia, il che torna utile in caso di emergenza. Anche in questo caso sono disponibili la Carta del Camminante per la raccolta dei timbri e l'Attestato Finale, previa richiesta alle strutture ospitanti o contattando il GEA.

Infine il **Sentiero dell'Inglese**, anch'esso segnalato in modo molto scrupoloso: collega diversi piccoli centri abitati (talvolta quasi disabitati) nella parte me-

ridionale dell'Aspromonte, attraversando i greti quasi sempre secchi di alcune spettacolari fiumare. Anche in questo caso è possibile collezionare i timbri delle varie tappe, utilizzando un Salvacondotto che a fine percorso dà diritto a ricevere l'attestato del cammino. Contattando le organizzazioni locali è possibile programmare anche trasferimenti e rientri con mezzi motorizzati.

Il **Sentiero Italia in Calabria** è tracciato con i segnavia biancorossi ufficiali del CAI, con l'indicazione SI. Le tappe del **Cammino Basiliano** spesso non sono evidenti o tracciate e quindi è necessario scaricare il tracciato gps sull'apparecchio di almeno uno dei camminatori impegnati.

Sui **siti** dei cammini sono disponibili le tracce gps, in formato gpx, adatte ai normali navigatori e alle app per escursionismo.



Segnaletica sul Cammino di San Francesco di Paola

Quando andare

Come per tutti i percorsi a piedi, è importante scegliere il periodo giusto. Le stagioni migliori sono la **primavera** e l'**autunno**; specialmente per le tappe alle quote più basse è da evitare l'estate a causa del caldo. Il Sentiero dell'Inglese si snoda in un'area estremamente arida a sud dell'Aspromonte. Qui in luglio e agosto le temperature possono essere davvero proibitive. Un discorso simile vale per il Cammino Calabria Coast to Coast, soprattutto per i tratti alle quote più basse. L'estate può essere gradevole nei tratti alti dell'Aspromonte attraversati dal Sentiero del Brigante; tuttavia d'inverno questi luoghi possono diventare impraticabili a causa della neve. Le grandi foreste della Catena Costiera cosentina regalano ombra a chi si mette in cammino sul Cammino di San Francesco di Paola, ma anche in questo caso bisogna fare i conti con la neve in inverno e col caldo nei mesi estivi.

Su tutti i percorsi l'**accoglienza** si basa generalmente su piccole strutture e sull'ospitalità diffusa, per cui si consiglia di prenotare con qualche giorno di anticipo.

L'attrezzatura

Particolare attenzione va riservata alla cura dei piedi e alla scelta delle **calzature**. È buona norma

partire con pedule comode e ben rodate. È preferibile avere anche un paio di scarpe leggere da riposo o ciabatte per la sera e per le soste.

Anche lo **zaino** è importante e andrebbe provato in qualche breve escursione prima di partire per più giorni. I migliori sono quelli da escursionismo, ergonomici e dotati di più tasche e scomparti rispetto a quelli da alpinismo. Da evitare zaini militari e poco tecnici.

Per la pioggia è consigliabile avere una **giacca a vento** da montagna, possibilmente in tessuto impermeabile e traspirante (tipo Gore-tex), e un paio di **copripantaloni**. In alternativa si può ricorrere a un **poncho** per coprire contemporaneamente la persona e lo zaino. Per proteggere gli zaini esistono in commercio anche specifiche coperture impermeabili. Per prevenire infiltrazioni e

mantenere asciutti i ricambi, conviene comunque riporre il contenuto dello zaino in sacchetti di plastica. Utilissimi **cappello, occhiali da sole** e **crema solare**. L'uso di **bastoncini da trekking** dipende dalle abitudini individuali. Specialmente nelle zone più selvagge è vivamente consigliato avere un **GPS** con batterie di ricambio oppure uno smartphone dotato di un'app per escursionismo che funzioni anche offline, cioè in assenza di copertura telefonica. Quasi in tutti i posti tappa in cui si può dormire c'è la corrente elettrica per ricaricare cellulari e altri dispositivi elettronici.

Per valutare la durata delle tappe bisogna considerare che la velocità media a piedi si aggira sui 4 km all'ora, se i dislivelli non sono eccessivi. In montagna può essere un po' più bassa, specialmente se sono previsti lunghi tratti in salita.



Sulla fiumara Paludì, lungo il Sentiero dell'Inglese

Da non perdere



CAMMINO DI SAN FRANCESCO DI PAOLA San Marco Argentano

In posizione elevata sulla valle del Follone, San Marco Argentano fu occupato dai normanni, che costruirono sull'alto del suo colle una poderosa torre.

La ex Cattedrale di S. Giovanni Battista conserva una grande cripta, e la chiesa della Riforma (XIV secolo) custodisce resti di affreschi.

Cerzeto

Chiamato *Qana* in arbëreshe, il borgo venne fondato da profughi provenienti dall'Albania nella seconda metà del '500, e ancora oggi vi si parla l'albanese. Notevoli la chiesa settecentesca dedicata ai santi Pietro e Paolo con affreschi dell'epoca, e due palazzi nobiliari, di cui uno da poco restaurato.

Fuscaldo

Sulle pendici occidentali della Catena Costiera, il borgo arroccato diede i natali a Vienna, la madre di san Francesco di Paola

e può essere raggiunto con una deviazione dall'itinerario della Via del Giovane. Tra le strette vie del centro s'incontrano molti portali in pietra decorati e numerose chiese, tra cui la Chiesa Matrice e l'Immacolata, sovrastata da un notevole campanile in pietra locale.

Paola

Città importante in epoca romana, Paola conserva un centro ricco di fascino, cui si accede attraversando porta S. Francesco. Diverse le chiese nel nucleo storico (Montevergine, Madonna del Rosario), dove si trova la monumentale fonte dei Sette Canali. Dalla parte alta dell'abitato si raggiunge il santuario di S. Francesco, fondato nel 1435, culla dell'ordine dei Minimi.

La basilica di S. Maria degli Angeli, in forme barocche, conserva pregevoli opere d'arte, la cappella del santo del 1595 e un chiostro. Una passeggiata conduce a luoghi legati alla vita di san Francesco.

San Fili

Una tappa di cammino separa il santuario di Paola da questo piccolo e ripido borgo arroccato, che è sempre stato legato alla tradizione delle sue 'magare', le curatrici in grado di risolvere i problemi dei loro fedeli, malocchio compreso. Il paese conserva diverse architetture interessanti, tra cui l'imponente Chiesa Matrice dell'Annunziata e l'arco del ponte di pietra delle Jumiceddre, sulla via verso Cerisano.

Mendicino

Il paese, che si incontra lungo la terza tappa della Via dell'Eremita, conserva un piacevole centro storico e la memoria della sua fiorente industria tradizionale, oggi scomparsa, legata alla produzione della seta. Nei locali di una vecchia filanda apre i battenti il Museo Dinamico della Seta, che illustra in modo affascinante l'intero processo di produzione del prezioso filato.

Paterno Calabro

Punto d'arrivo della Via del Giovane e località di partenza per il nuovo tracciato della Via dei Monasteri, Paterno Calabro è la sede del complesso del monastero che san Francesco di Paola contribuì a costruire nel 1472. La struttura – con la sua chiesa, il chiostro, i giardini e la cappella – è stata recentemente restaurata.

CAMMINO

KALABRIA COAST TO COAST

Soverato

Affacciato sul golfo di Squillace, il paese è composto dal borgo più antico e dalla marina, località balneare di notevole celebrità, che offre un gran numero di servizi turistici.

Petrizzi

In piazza Regina Elena un pioppo ricorda gli alberi della libertà di Giuseppe Bonaparte e il grande recipiente di pietra della *manzadora*, che in passato veniva utilizzato per misurare le granaglie. Nel centro si trova la chiesa dedicata a Maria della Pietra, ricostruita dopo il terremoto del 1783 riutilizzando i materiali del precedente edificio raso al suolo dal sisma, che sui suoi altari conserva antichi frammenti di marmi orientali.



Sulla marina di Soverato, all'inizio della traversata da mare a mare



Pizzo Calabro vista dall'alto, al termine della terza tappa del Cammino Calabria Coast to Coast

San Vito sullo Ionio

L'abitato del piccolo borgo alle pendici delle Preserre è attraversato dal torrente Scorzone. Nel centro è possibile visitare il complesso della vecchia filanda e la Chiesa Matrice con all'interno le reliquie del santo patrono.

Anche Sentiero Italia e Cammino Basiliano

Monterosso Calabro

Il centro del borgo è attraversato da una serie di stretti vicoli sui quali si affacciano i prospetti e i portali di diversi palazzetti nobiliari dell'800. Il percorso ufficiale della seconda tappa del cammino termina davanti alla facciata della chiesa di S. Maria del Soccorso.

Pizzo

Affacciata su una costa ripida e spettacolare, Pizzo presenta molti luoghi degni d'interesse,

tra cui il castello Murat, che deve il nome alla reclusione dell'ex sovrano, giustiziato proprio qui nel 1815. Nel centro del paese, a due passi dalle celebri gelaterie di piazza della Repubblica, si trova la collegiata di S. Giorgio, mentre ai margini dell'abitato, sul mare, si può visitare la piccola chiesa di Piedigrotta, decorata da sculture molto particolari.

SENTIERO DEL BRIGANTE

Gambarie

Parte del comune di Santo Stefano in Aspromonte, è l'insediamento turistico più importante e organizzato dell'Aspromonte. Offre diverse possibilità di attività all'aria aperta sia in estate sia in inverno.

Anche Sentiero Italia

Zervò

Nel cuore delle foreste, il vecchio sanatorio di Zervò, inaugurato nel 1929, venne abbandonato qualche anno più tardi. Da allora, molti sono stati gli usi di questa imponente struttura che oggi ospita, su richiesta, i camminatori impegnati lungo il Sentiero del Brigante.

Anche Sentiero Italia

Mausoleo di Garibaldi

Nella pineta secolare nei pressi dei Piani di Carmelia, una deviazione conduce al monumento eretto nel luogo in cui l'eroe venne ferito nel 1862. A poca distan-

za si trova il grande pino a cui Garibaldi si appoggiò in attesa dei soccorsi.

Mongiana

Ai piedi del monte Pecoraro, è nota per la presenza di un grande stabilimento siderurgico e di una fabbrica di armi borbonica, aperta alla fine del Settecento e smantellata dopo l'Unità d'Italia. Vi ha sede un museo dedicato alla storia dell'impianto, alle produzioni e alle miniere della zona.

Anche Sentiero Italia.

Ferdinanda

In epoca borbonica il complesso della Ferdinanda ospitava l'amministrazione di una fonderia e di una ferriera. Passato a privati nel 1878, è oggi parte dell'Ecomuseo delle Ferriere e Fonderie della Calabria.

Serra San Bruno

Oltre alle interessanti chiese (ad esempio S. Biagio e dell'Adolorata), il principale motivo d'interesse della località è la certosa. Fondata da Brunone (o Bruno) di Colonia, che nel 1091 ebbe in dono da Ruggero il Normanno il terreno su cui sorge l'edificio, fu il secondo insediamento monastico voluto dal santo, dopo la Chartreuse francese (nel Delfinato). Attorno alle rovine dell'antica certosa (di cui si conservano vari resti, tra cui la parte bassa del chiostro) è



La Cattolica, chiesa bizantina a Stilo

sorto nel Novecento il monastero moderno.

Anche Sentiero Italia e Cammino Basiliano.

Bivongi

Nei pressi del centro abitato si trova uno dei luoghi più visitati della Calabria: la cascata del Marmarico, che coi suoi 114 m è la più alta della regione.

Stilo

Rivolta verso lo Ionio, la cittadina è stata il più importante centro bizantino della Calabria. Non lontano dal Duomo trecentesco si trova la Cattolica, probabilmente chiesa di un antico monastero. Con le sue cinque cupole e la struttura in piccoli mattoni, la chiesa ha un interno a croce greca con colonne di origine romana. I suoi affreschi sono attribuiti a diverse mani in differenti epoche tra il X e il XIII secolo.

SENTIERO DELL'INGLESE

Pentedattilo

In posizione spettacolare ai piedi di una rupe d'arenaria con cinque punte (da cui il nome, che significa 'cinque dita'), il borgo è di origine bizantina e appartiene oggi al comune di Melito di Porto Salvo. Conserva resti del castello, la chiesa dei Ss. Pietro e Paolo e quella della Candelora, annessa ai ruderi di un antico convento.

Anche Cammino Basiliano

Bagaladi

Il nome della località deriva probabilmente dall'arabo *Baha Allah* (bellezza che viene da Dio). La parrocchiale conserva un'*Anunciazione* scultorea del '500.

Anche Cammino Basiliano

Amendolea

Le poche case di Amendolea Nuova – dove ha sede una rinomata azienda agricola che coltiva il bergamotto – sono sovrastate dai ruderi del castello della nobile famiglia dei Ruffo, che veglia sui resti del paese abbandonato di Amendolea Vecchia, affacciato sulla fiumara omonima.

Galliciano

Piccolo paese grecanico, posto in alto sulla sponda destra della fiumara Amendolea. Conserva una chiesa cattolica, una piccola chiesa greca, un interessante museo e la fonte dell'Amore.

Anche Cammino Basiliano

Bova

Arroccata in alto a dominare la costa, Bova fa parte dell'area grecanica; conserva la Cattedrale (costruita su una precedente chiesa bizantina) e il santuario di S. Leo. Dalla sua piazza, dove è stata trasportata una locomotiva come monumento all'emigrazione, si gode di uno splendido panorama sul mare, con la mole dell'Etna sullo sfondo.

Anche Cammino Basiliano

Palizzi Superiore

Frazione del comune di Palizzi, questo borgo si trova in un angolo caratteristico della fiumara omonima. Le case sono arroccate a una rupe rocciosa sulla quale spicca il vecchio castello medievale, dichiarato Monumento Nazionale. Dalla via principale si diparte un piccolo dedalo di vicoli nei quali è piacevole passeggiare.

Anche Cammino Basiliano

Pietrapennata

Frazione del comune di Palizzi, questo minuscolo borgo di circa 100 abitanti si trova in una zona dell'Aspromonte piuttosto selvaggia e spopolata, in posizione panoramica. Il principale luogo d'interesse è il sito monastico dell'Allica, del quale sopravvivono pochi resti. La piccola chiesa, a navata unica, è affiancata da un campanile cuspidato abbellito da maioliche del XVII secolo.

Staiti

Affacciato sulla fiumara di Bruz-zano, risale agli inizi del XV secolo, quando nacque come punto di avvistamento del territorio circostante. Il principale sito d'interesse, a circa 5 km dall'abitato, è costituito dai ruderi della chiesa basiliana di S. Maria di Tridetti, risalente all'XI secolo e dichiarata Monumento Nazionale. Staiti è tra i comuni meno popolati dell'area grecanica e dell'intera Calabria.

Anche *Cammino Basiliano*

SENTIERO ITALIA

Morano Calabro

Tra i principali centri del Parco del Pollino, Morano è arroccato su un colle e si caratterizza per i vicoli e le gradinate. Le sue chiese custodiscono numerose opere d'arte, eredità del periodo del Regno di Napoli. Nella collegiata della Madalena, ad esempio, si ammira un polittico di Bartolomeo Vivarini. Affascinanti i ruderi del castello normanno-svevo.

Santuario della Madonna di Polsi

In pieno Aspromonte, è tra i luoghi della regione più frequentati dai pellegrini. La sua origine è avvolta nella leggenda, ma è probabile che si debba a monaci bizantini del IX secolo. Nel santuario si conserva una scultura della Madonna realizzata in tufo.

CAMMINO BASILIANO

Cerchiara di Calabria

Il centro si trova nel Parco Nazionale del Pollino ed è conosciuto soprattutto per il Santuario della Madonna delle Armi, risalente al XV secolo e ricco di opere del Seicento e Settecento. Nel territorio si trovano molte grotte carsiche, come quella denominata Serra del Gufo.

San Giovanni in Fiore

Il paese è strettamente legato alla memoria di Gioacchino da Fiore, soprattutto grazie all'abbazia da lui fondata, che risale al XII secolo. Modificata nel corso dei secoli, è stata riportata alle forme originali agli inizi del Novecento; conserva numerose opere d'arte e una severa cripta.

Catanzaro

Storico capoluogo della Calabria, Catanzaro sorge nella parte più stretta della regione. La città ha origini greco-bizantine, come dimostrano i reperti del Parco archeologico di *Scolacium* e lo stesso nome del centro storico, chiamato Grecia. Molti gli edifici di interesse, tra cui il Duomo, di origini normanne; tuttavia l'aspetto odierno si deve ai rifacimenti successivi ai danni della seconda guerra mondiale. Altri notevoli edifici di culto sono la duecentesca basilica dell'Immacolata Concezione e la chiesa del Ss. Rosario.

Informazioni pratiche



..... Numeri di pubblica utilità

Emergenza 112

**Pronto soccorso
e ambulanza 118**

Polizia 113

Vigili del fuoco 115

..... Uffici turistici e altri recapiti

Calabria Straordinaria, sito ufficiale

Viale Europa, Cittadella
J. Santelli, Catanzaro,
tel. 0961854001,
calabriastroordinaria.it

Parco Nazionale della Sila

Via Nazionale snc, 87055
Lorica, tel. 0984537109,
3426337797, parcosila.it

Parco Nazionale dell'Aspromonte

Via Aurora 1,
89057 Gambarie,
tel. 0965743060,
parconazionaleaspromonte.it

Parco regionale delle Serre

Via S. Rosellina 2, 89822 Serra
San Bruno, tel. 0963772825,
parcodelleserre.it

Comune di Reggio Calabria

Piazza Italia,
tel. 0965362111
Polizia Municipale,
tel. 096553991, reggiocal.it

Proloco di Reggio Calabria

Via Venezia 1/a,
prolocoreggiocalabria.it
**Ufficio del Turismo di Reggio
Calabria**

Via S. Anna Il tronco, palazzo
CEDIR, torre 4, 1° piano,
turismo.reggiocal.it

..... Trasporti

Aerei e aeroporti

Per informazioni generali
e ufficiali si può consultare
il sito del Sistema aeroportuale
calabrese: sacal.it

Altre informazioni utili
su aeroporticalabria.com

Aeroporto di Reggio Calabria 'Tito Minniti' o dello Stretto

Tel. 0965642681,
0965640517,
reggiocalabriaairport.it
aeroportodellostretto.it

È collegato con bus
della compagnia Atam, tel.
0965620121, Numero Verde
800282600, www.atam.rc.it

Aeroporto di Lamezia Terme

Tel. 0968414385,
lameziaairport.it

Treni e stazioni ferroviarie

La costa tirrenica è servita
dalla linea nazionale

(trenitalia.com), la costa ionica dalla Reggio Calabria-Taranto. Il resto della regione è servito dalla rete delle Ferrovie della Calabria (ferroviedellacalabria.it), che effettua anche servizio di autolinee.

Autolinee

Autolinee Federico

Tel. 0965644747,
autolineefederico.it

Autolinee Romano

Tel. 096221709,
autolineeromano.net

Autolinee Bilotta

Tel. 096821527,
bilottaautolinee.it

Cammino di San Francesco di Paola

La credenziale su cui raccogliere i timbri delle tappe effettuate può essere prenotata sul sito ilcamminodisanfrancesco.it

Associazione Cammino di San Francesco di Paola

Casa del Km Zero,
via S. Francesco, Paola (CS),
tel. 3286572943

Comune di Paola

Complesso S. Agostino, largo Mons. G.M. Perrimezzi 6,
Polizia Municipale,
tel. 0982582622,
comune.paola.cs.it

Comune di San Marco Argentano

Via Roma 14,
tel. 0984512089, comune.sanmarcoargentano.cs.it

Comune di Cerzeto

Via Petrassi 11,
tel. 0984523878,
comune.cerzeto.cs.it

Santuario di S. Francesco di Paola

Largo S. Francesco di Paola 1,
tel. 0982582518,
santuariopaola.it

Comune di San Fili

Via Rinaccio 76,
tel. 0984643000,
comune.sanfilii.cs.it

Comune di Cerisano

Via S. Pietro 1,
tel. 0984473005, 0984473289

Museo dinamico della Seta

SP81 33/9, Mendicino (CS),
tel. 3497273574

Santuario di Paterno

Piazza S. Francesco,
Paterno Calabro,
tel. 0984476032

Cammino Calabria Coast to Coast

Il passaporto del viaggiatore può essere richiesto a Calabria Trekking A.P.S. o ritirato al bar Kiss Kiss di Soverato (CZ) in via C. Amirante 51.

kalabriacoasttocoast.it

Calabria Trekking A.P.S.

via Pietà snc, Pizzo (VV),
kalabriatrekking.it
tel. 3518146225

Comune di Soverato

Piazza Maria Ausiliatrice 1,
tel. 0967538111,
comune.soverato.cz.it

Comune di Petrizzi

Corso Vittorio Emanuele III 76,
tel. 096794004,
comune.petrizzi.cz.it

Comune di San Vito sullo Ionio

piazza M. Casalnuovo 1
tel. 096796087



Comune di Monterosso Calabro

Via G. Marconi 42,
tel. 0963325002, comune.monterossocalabro.vv.it

Comune di Pizzo

Via Marcello Salomone,
tel. 0963534289,
comune.pizzo.vv.it

Castello Murat

Via Marincola snc, Pizzo,
castellomurat.it
(informazioni anche sulla chiesa di Piedigrotta)

Sentiero del Brigante

Gruppo Escursionisti d'Aspromonte

Via Pio XI trav. Putorti 9,
89133 Reggio Calabria,
tel. 3394726625,
349745 7394

gea-aspromonte.it

sentierodelbrigante.it

Comune di Santo Stefano in Aspromonte

Via Domenico Morabito 25,
tel. 0965740601,
comune.santostefanoinspromonte.rc.it

Gambarie

gambarie.it

Comune di Stilo

Viale Roma 34,
tel. 0964776006,
Proloco tel. 3281332150,
stilo.asmenet.it

Comune di Serra San Bruno

Piazza Carmelo Tucci 1,
tel. 09637794,
comune.serrasanbruno.vv.it
Proloco tel. 3385901980

Sentiero dell'Inglese

Il Salvacondotto per la raccolta dei timbri può essere ritirato a Pentadattilo presso una delle piccole botteghe del centro. Meglio prenotarlo in anticipo: Ines, tel. 3287798213.

Cooperativa Naturaliter

Via Amendolea, 89030
Condofuri, tel. 3289094209,
3473046799, naturaliterweb.it
facebook.com/NaturaliterViaggi

Comune di Bova

Piazza Roma 1, tel.
0965762013,
comune.bova.rc.it

Museo di Paleontologia e Scienze Naturali dell'Aspromonte

Via Rimembranza, 89033 Bova,
tel. 0965762013, 3295629072,
museodipaleontologia@libero.it

Comune di Condofuri

Via Croce 1, tel. 0965776000,
comune.condofuri.rc.it
Comune di Palizzi

Via Municipio, tel.
0965766977, 09651975241,
comunedipalizzi.it

Comune di Staiti

Piazza Municipio 2,
tel. 0964941164,
comune.staiti.rc.it

Il Cammino di San Francesco di Paola



Il Cammino di San Francesco di Paola

Francesco Martolilla, nato nel 1416 a Paola, sulla costa tirrenica della Calabria, è forse il santo più venerato dell'Italia meridionale. Guarito da una grave infezione a un occhio grazie all'intercessione di san Francesco d'Assisi, appena dodicenne trascorse un anno nel monastero francescano di S. Marco Argentano (la cui chiesa della Riforma è tra le più antiche architetture francescane della Calabria). Qui coltivò la sua propensione alla spiritualità, ma fu probabilmente un pellegrinaggio ad Assisi ad accentuare il suo misticismo. Rientrato a Paola, si diede all'eremitaggio, e attorno a lui si radunarono numerosi seguaci. Rapidamente divenne noto in tutta la regione, fondò l'ordine dei Minimi e costruì un primo monastero. La sua fama di santità si diffuse rapidamente in tutto il regno di Napoli. Moltissimi fedeli si recavano in pellegrinaggio a Paola, e da diverse località Francesco veniva invitato a erigere nuovi monasteri. Cominciarono così i viaggi dell'eremita per fondare i romitori destinati a ospitare i numerosi seguaci dell'ordine: a Spezzano della Sila, a Corigliano Calabro, a Milazzo in Sicilia e soprattutto a Paterno Calabro, complesso fondato nel 1472. Nel 1483, quasi settantenne, si recò alla corte di Francia, invocato da Luigi XI gravemente ammalato, e rimase sul suolo



Panorama dal monumento 'San Francesco in cammino' sul monte Palazzello



San Marco Argentano: la Torre Normanna (XI secolo)

francese per il resto dei suoi giorni. Morì nel castello di Plessis-lez-Tours nel 1507 e da allora la sua fama non fece che accrescersi. Pochissimi anni dopo, nel 1519, fu innalzato agli onori degli altari da papa Leone X. Al santo è dedicato un progetto di cammini ideato dall'associazione Il Cammino di San Francesco di Paola, che ha condotto uno studio sulla storia dei viaggi del santo in diverse zone della Catena Costiera e della Sila per raggiungere monasteri, romitori e altri luoghi a lui cari e sulle loro motivazioni. Alcuni di questi percorsi sono usati ancora oggi da fedeli che compiono pellegrinaggi in devozione a san Francesco. Ne è nata una rete di sentieri molto adatta all'escursionismo, che combina aspetti culturali, naturalistici e spirituali su tre diversi cammini che a oggi sono giunti a un totale di circa 250 km, che si svolgono sulla Catena Costiera, tra Paola e la valle del Crati, che separa queste montagne dalla Sila vera e propria.

La Via del Giovane

Il primo sentiero a essere inaugurato e ormai divenuto un 'classico' per i camminatori è la Via del Giovane: da San Marco Argentano attraversa le montagne costiere e raggiunge il santuario di Paola. Su questo itinerario vengono spesso organizzate escursioni collettive,

za eremitica. Quanto alla natura, il cammino attraversa bellissimi boschi di castagno e di faggio, con esemplari maestosi come il faggio di san Francesco e il castagno monumentale detto Patriarca di Kroj Shtikàn, il cui grande tronco cavo può accogliere comodamente almeno quattro persone.

La Via dell'Eremita

Un secondo cammino è la Via dell'Eremita, che arriva al santuario di Paola da sud, partendo da Paterno Calabro, ma che è stato segnalato in entrambe le direzioni, così da poter essere percorso come prosecuzione della Via del Giovane e prologo della nuova Via dei Monasteri.

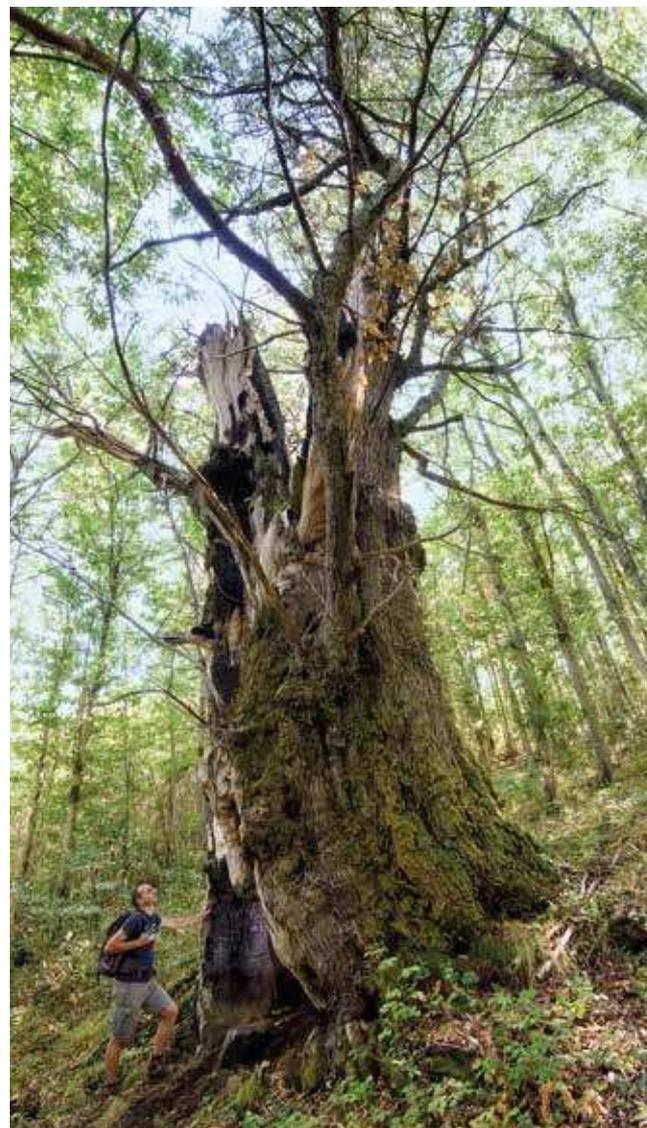
Anche questo itinerario è organizzato in tre tappe, per un totale di 63 km. Il percorso, se lo si segue verso sud, inizia dal santuario di Paola per risalire faticosamente verso il crinale della Catena Costiera calabrese e terminare la prima tappa nel piccolo borgo di San Fili, affascinante centro legato alla memoria delle sue curatrici (le 'magare'). Da qui, una seconda giornata di cammino conduce al centro storico di Cerisano, poi il tracciato prosegue per toccare Mendicino, che conserva affascinanti memorie dell'epoca delle grandi filande per la seta, e poi termina a Paterno Calabro. La facciata del santuario che san Francesco di Paola contribuì a edificare nel 1472 è segnata dall'architrave spezzato del portale principale che, secondo le prime ricostruzioni agiografiche, venne sostenuto e sistemato al suo posto proprio dall'intervento miracoloso del santo.

La Via dei Monasteri

Inaugurato nella primavera del 2023, questo percorso – di sei tappe e lungo circa 135 km – prende il via dal santuario di Paterno Calabro per dirigersi verso i contrafforti del massiccio della Sila; in questa guida se ne presenta per il momento solo un quadro d'insieme.

La logica adottata dai progettisti è stata quella di collegare in un sentiero unitario alcuni dei luoghi legati più strettamente alle memorie di san Francesco di Paola: il santuario di Paterno Calabro, quello di Spezzano e infine il complesso di Corigliano, fondati rispettivamente nel 1472, 1474 e le 1476.

La nascita di questi monasteri avvenne grazie alla maturità dell'ordine dei Minimi (che in origine aveva il nome di Congregazione degli Eremiti di san Francesco d'Assisi) e alla grande richiesta da parte della popolazione della regione perché nella propria zona si insediassero una comunità di frati.



Una meraviglia della natura: il castagno detto Patriarca di Kroj Shtikàn

TAPPA

1

Da San Marco Argentano
a Cerzeto

Distanza: 10,6 km

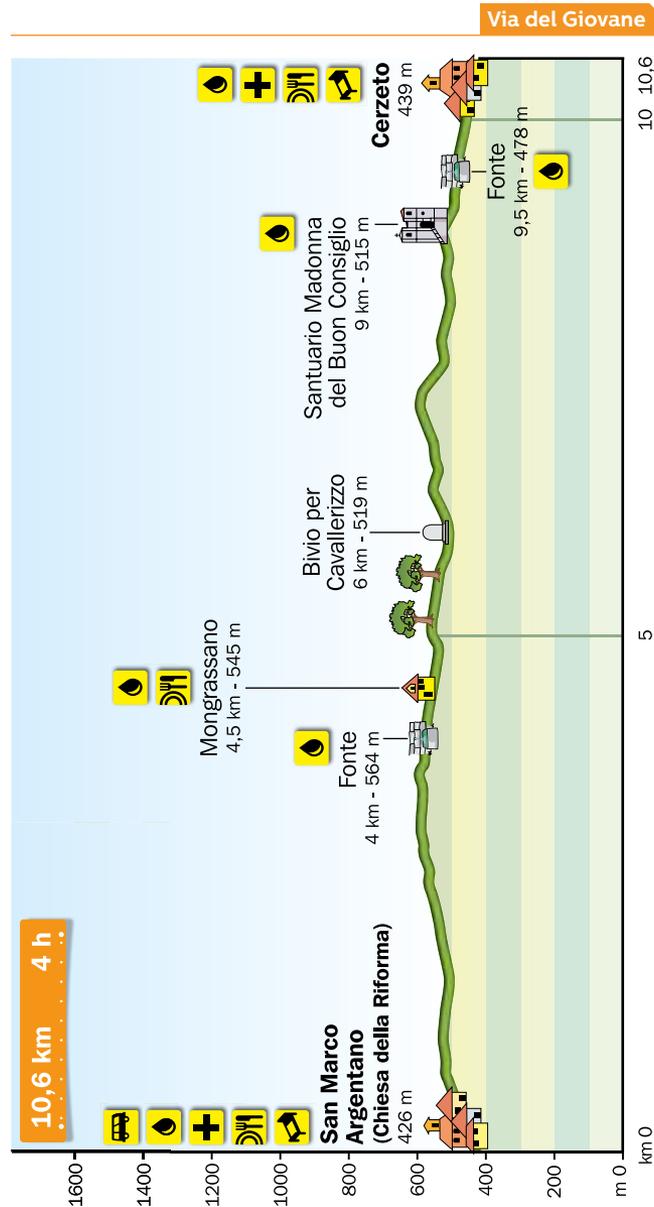
Ore di cammino: 4

La prima tappa della Via del Giovane è stata modificata profondamente negli ultimi anni: il tracciato originario, che saliva sulla cresta per poi scendere in direzione di Cerzeto, è stato sostituito da un percorso a mezza costa a causa delle devastazioni causate in quota dall'installazione di un parco eolico che hanno reso la camminata poco piacevole. Questa giornata affronta dislivelli modesti: circa 300 m in salita e altrettanti in discesa.

Dato che le ore di cammino saranno appena 4, può valere la pena, prima di partire, di visitare i monumenti di San Marco Argentano: la torre Normanna e la Cattedrale con la sua antica cripta.

Si parte dal centro di **San Marco Argentano** (426 m), e precisamente dalla chiesa della Riforma, che ospitò san Francesco di Paola appena dodicenne; nei giardini di fianco alla chiesa si trova la Benedetta, la cappella votiva costruita nel 1762 sulla piccola grotta in cui il giovane Francesco era solito andare a pregare. Dalla chiesa il cammino muove per i primi 3 km per le vie del paese e poi su strade asfaltate, poi per un breve tragitto sull'asfalto della SP94. Poco dopo aver superato la deviazione verso sinistra per l'abitato di Cervicati, si prosegue sulla provinciale fino a raggiungere il borgo di **Mongrassano** (545 m), dove si trovano acqua e un bar.

Lasciate le ultime case del paese, si segue in forte salita una strada dal fondo di cemento che porta a imboccare verso sinistra uno stradello che procede a mezza costa tra gli alberi, con ampie vedute sulla valle sottostante, sulle case di Mongrassano e sul Pollino all'orizzonte. La via, ombreggiata dai castagni, passa al di sopra delle case abbandonate del paese fantasma di **Cavallerizzo**, evacuato a causa di un'imponente frana nel 2005, fino a incrociare il tracciato della seconda tappa. Si prosegue diritto fino alla frazione di **San Giacomo** – dove si incontra il seicentesco **santuario della Madonna del Buon Consiglio** – e si scende tra le case e i vicoli fino ai piani di **Cerzeto** (439 m), piccolo centro di etnia, lingua e cultura italo-albanese.



TAPPA

2

Da Cerzeto al rifugio Bosco Cinquemiglia

Distanza: 17,5 km

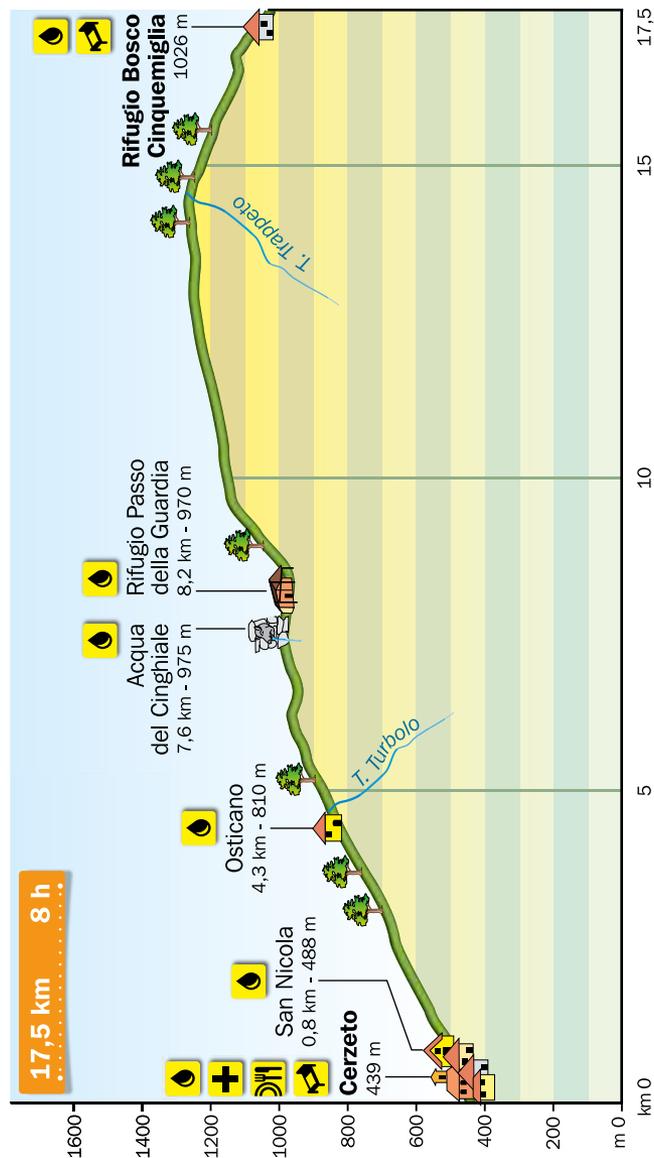
Ore di cammino: 8

La seconda tappa è più impegnativa a causa del maggior dislivello (circa 915 m in salita e 150 in discesa; quota massima toccata 1260 m). Sono presenti tre aree picnic con acqua potabile.

Si parte da **Cerzeto** (439 m) e si sale verso **Osticano** e **Cozzo Sant'Elia** (929 m), incontrando una breve deviazione verso sinistra che conduce al maestoso castagno di Kroj Shtikàn. Giunti in località Agine, al **valico del Malpassaggio** si segue il crinale in un bel bosco misto di castagni e cerri. Si giunge quindi sulle falde occidentali di **Serra dei Muli**, caratterizzate da altissimi abeti e da un'area picnic con fontana e griglie (1015 m). Continuando ci si immerge in una maestosa faggeta secolare. Poco più avanti si trova un'altra area ristoro caratterizzata dalla sorgente detta **Acqua del Cinghiale** (975 m): l'acqua sgorga dalle zanne di una testa di cinghiale scolpita nella pietra.

In breve si giunge al **rifugio comunale Passo della Guardia** (970 m), dove si trova una terza area picnic, con giochi per bambini e servizi igienici. Proseguendo in leggera salita, 500 m dopo il rifugio si arriva all'imponente **faggio di san Francesco**, che ha una circonferenza alla base di 6 m; la tradizione vuole che qui il santo abbia fatto una sosta durante il suo viaggio di ritorno a Paola dopo aver trascorso l'anno votivo a San Marco Argentano. Una piccola cappella e alcune panche in legno costituiscono una vera e propria chiesa all'aperto.

Dal passo della Guardia si raggiunge la località **Cinque Vie**, da dove si dipartono altri quattro sentieri diretti a Guardia Piemontese, Fuscaldo, Fagnano Castello e al Laghicello di San Benedetto Ullano. Si prosegue in quest'ultima direzione sulle pendici orientali della **Serra Pantanolata** (1404 m, seconda cima della Catena Costiera per altitudine), dove si trova il Bosco di Cinquemiglia, una delle faggete più vaste della Calabria. In discesa si raggiunge il **rifugio Bosco Cinquemiglia** (1026 m), dove la tappa si conclude.



TAPPA

3

Dal rifugio Bosco Cinquemiglia al santuario di S. Francesco di Paola

Distanza: 19,8 km

Ore di cammino: 9

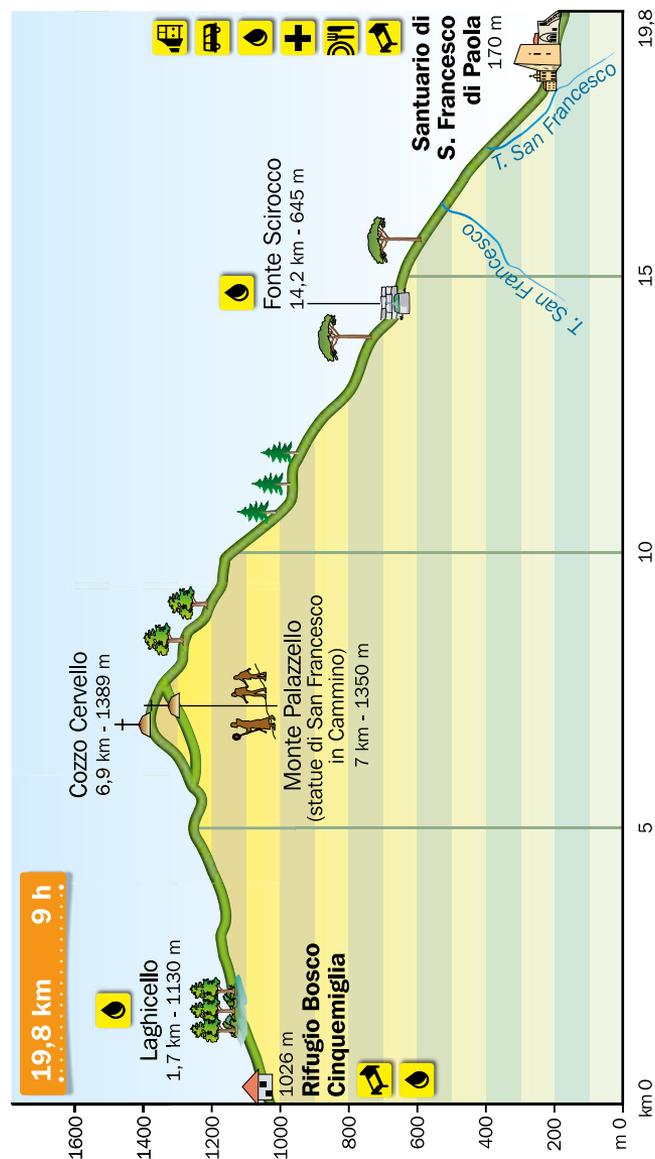
L'ultima tappa è la più lunga delle tre (il dislivello complessivo è di circa 560 m in salita e 1415 m in discesa). Parte dal **rifugio Bosco Cinquemiglia** (1026 m) e raggiunge il santuario di S. Francesco (170 m), nei pressi dell'abitato di Paola. Lungo il percorso si incontrano due punti con acqua potabile.

Per i primi 2 km si procede sulla SP31 Fuscaldo-Montalto Uffugo, e la si lascia nei pressi del Laghicello. Da qui si segue una stradina sterrata che in poche decine di metri conduce al piccolo specchio d'acqua naturale chiamato **Laghicello** (1130 m), contornato da una bella faggeta. Nel lago sopravvive una rara varietà di tritone alpino (*Triturus alpestris*), la sottospecie *inexpectatus*, presente solo in cinque località situate sulla Catena Costiera e minacciata dal progressivo interrimento dello specchio d'acqua.

Proseguendo sulla strada sterrata si attraversa **Serra di Ceccio** (1227 m) e poi, portandosi direttamente sul crinale, si giunge sulla cima di **Cozzo Cervello** (1389 m), terza della Catena Costiera per altitudine. Una variante molto consigliata (indicata come 'panoramica') si stacca sulla destra dalla via principale per condurre a monte Palazello (1350 m), dove sul crinale affacciato verso il mare si trova il gruppo di statue di **San Francesco in Cammino**, composto dalle tre figure del giovane frate e di due escursionisti che ne seguono i passi. Da Cozzo Cervello inizia quindi la discesa in una suggestiva faggeta, che porta al crocevia della **Croce di Paola e di Montalto** (1158 m): è il valico che, secondo la tradizione, veniva percorso da Francesco per raggiungere Montalto Uffugo. Qui si trova una statua in bronzo del santo a grandezza naturale.

Man mano che si perde quota, i faggi cedono il posto agli abeti e poi ai pini marittimi. Seguono pietraie con macchia mediterranea, erica, agrifoglio e saggina. Si è in vista della costa e dell'abitato di Paola e si scorgono già anche i tetti del santuario.

Il sentiero scende nel greto del torrente San Francesco, attraversa alcuni coltivi e giunge al **santuario di Paola** (170 m).



TAPPA

1

Da Paola a San Fili

Distanza: 20,6 km

Ore di cammino: 9

Anche se la Via dell'Eremita è attrezzata con una segnaletica bidirezionale, che permette di percorrerla in entrambi i versi, la continuità delle vie dedicate al santo paolano suggerisce di descriverla come prosecuzione della Via del Giovane. Questa prima tappa, che parte dal piazzale del **santuario di Paola** (170 m), è decisamente impegnativa a causa del dislivello da affrontare sia in salita (1205 m) sia in discesa (820 m). Lasciato il santuario, il primo breve tratto ripercorre l'ultima frazione della tappa finale della Via del Giovane, che poi si lascia in località **Toppa San Nicola** per seguire un ripido sentiero che sale tra macchia e querce fino al pianoro di Chianetto. Da qui si prosegue su una comoda strada sterrata che supera con un guado il torrente San Domenico e prosegue tra i primi faggi sempre in salita, fino all'altura panoramica di **Cozzo Sancineto** (866 m), da cui il panorama spazia sulla costa sottostante e comprende, nelle giornate limpide, la lontana costa di Capo Palinuro.

Superata una fonte con l'effigie di san Francesco, si entra in una grandiosa faggeta, segnata dalla presenza di tronchi monumentali. Raggiunta la sommità (1170 m), si scende fino al **Piano Luta** (1093 m), da dove una mulattiera raggiunge il **valico di Croce Verranco** (1193 m). Superata la cresta della catena, si scende lungamente nella foresta fino ad attraversare la SP35 per iniziare a seguire una sterrata verso l'agriturismo Carrera. Dopo aver costeggiato una serie di costruzioni agricole, si passa al di sotto di un viadotto della SS107 per proseguire in discesa, ora tra i castagni, e raggiungere la provinciale che in breve conduce alle porte di **San Fili** (566 m), dove si trova una moderna statua di san Francesco. Da qui, pochi passi nelle vie del borgo portano alla piazza principale.



TAPPA

2

Da San Fili a Cerisano

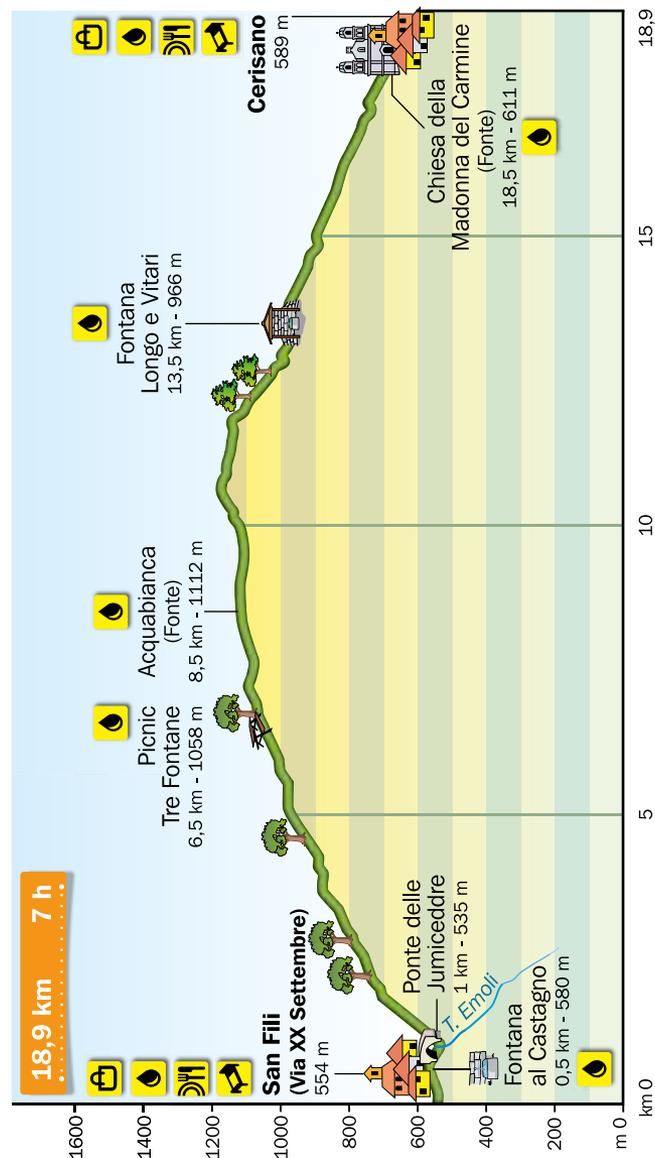
Distanza: 18,9 km

Ore di cammino: 7

La seconda tappa della Via dell'Eremita (che supera un dislivello di 750 m in salita e 715 in discesa) inizia davanti alla statua di san Francesco di **San Fili** (553 m) e segue via XX Settembre fino a raggiungere lo slargo dove si trovano l'ufficio postale e il monumento ai caduti. Prima di proseguire il cammino, vale la pena di proseguire, sempre lungo via XX Settembre, verso il centro antico, dominato dall'imponente Chiesa Matrice dedicata all'Annunziata.

Tornati allo slargo del monumento ai caduti si svolta verso destra e si raggiunge un castagno secolare (Curcio 'e Catalano), oltre il quale la stradina diviene sterrata e prosegue in discesa fino a raggiungere l'arco dell'antico **ponte delle Jumiceddre**, che scavalca il corso del torrente Emoli. Superato il corso d'acqua si sale decisamente verso sinistra tra i boschi di castagno e ampi tratti diboscati, poi la salita si addolcisce e si segue un tratto di crinale fino a raggiungere una pineta e una strada secondaria che porta a un tratto di asfalto.

Si giunge a un bivio sul pianoro di Silo e, voltando a sinistra (a destra si trova la fonte della Masseria Silo), si attraversa il pianoro carsico di **Acquabianca**, che in primavera offre lo spettacolo della fioritura delle orchidee selvatiche. Un tratto selciato conduce in salita a un valico (1177 m) nei pressi dell'altura di **Cozzo Mozzillo**: in questa zona il panorama si apre a tratti sui monti della Sila e sulla valle del fiume Crati. Da qui in avanti si scende nella faggeta, prima su un tratto selciato e poi su asfalto, fino a raggiungere la **fontana Longo e Vitari**, dopo la quale si raggiunge la SP45. Dopo circa 4 km sulla strada, alternati a brevi tratti su sterrato, oltrepassato un tornante si svolta a destra e si cammina seguendo le vie lastricate di **Cerisano**: superato il Palazzo Sersale e la chiesa della **Madonna del Carmine** si raggiunge il centro del paese (piazza Zupi, 589 m).



TAPPA

3

Da Cerisano a Paterno Calabro

Distanza: 21,8 km

Ore di cammino: 8

Questa tappa (dislivello in salita 740 m, in discesa 660 m) può essere accorciata se, al termine della giornata precedente, si prosegue oltre **Cerisano** per circa 4 km fino a raggiungere Mendicino.

La prima parte della tappa si svolge su asfalto, seguendo prima la SP45, poi via del Vescovo in salita e via S. Bartolo in discesa. Dopo un altro tratto sulla provinciale si percorre via Parmentieri e, di nuovo sulla via principale, si raggiunge il centro di **Mendicino** (470 m), dove merita una visita la filanda del Museo Dinamico della Seta. Proseguendo si superano il santuario della **Madonna dell'Accoglienza** e la costa rocciosa della Timpa Limena che scende verso il letto del torrente Caronte. Si lascia l'asfalto della provinciale seguendo una stradina in salita chiusa da una sbarra, che conduce in un bosco di castagni, dove una salita porta davanti alla cappella della **Madonna della Stella**. Raggiunte le case del paese di **Carolei** (610 m), alla chiesa della Madonna del Carmine si inizia a seguire una scalinata che scende verso sinistra, attraversa la vecchia frazione di **Piè la Terra** e porta a scavalcare il corso del fiume Busento su una passerella di legno. A questo punto si deve affrontare una ripida salita, nella macchia e tra le ginestre, che porta ad alcune vecchie case coloniche abbandonate e costeggia pascoli e coltivi fino a superare due agriturismi e raggiungere la SP79. La strada va seguita in discesa per circa 2 km fino alle case di **Dipignano** (718 m; qui una deviazione taglia un tratto di asfalto attraversando la campagna), poi non resta che affrontare gli ultimi 2,5 km della tappa per raggiungere il **santuario di Paterno Calabro** (660 m) fondato personalmente da san Francesco.

Qui termina il percorso della Via dell'Eremita e da qui prende il via il viaggio di 6 giorni della Via dei Monasteri.



La Via dei Monasteri

Tappa 1 • Da Paterno Calabro a Cosenza

Distanza: 18,4 km

Dislivelli: 400 m in salita, 800 m in discesa

La prima tappa del nuovo cammino che dal **santuario di Paterno** (660 m) si dirige verso le pendici della Sila inizia ripercorrendo un breve tratto della tappa 3 della Via dell'Eremita, per poi seguire un saliscendi tra colline e vigneti che, toccate Albo e Donnici, inizia la discesa verso Cosenza. Oltrepassate le contrade Cozzo del Monaco e **Pigna** (530 m), si giunge alle porte della città, si cammina alla base del colle dove sorge il castello normanno-svevo per giungere alla **fontana dei Tredici Canali** e infine al **convento di S. Francesco di Cosenza** (235 m).



Affresco nel santuario di Paterno



Pilastrino con le indicazioni del percorso della Via dei Monasteri, sullo sfondo Cosenza

Tappa 2 • Da Cosenza a Spezzano della Sila

Distanza: 19,3 km

Dislivelli: 900 m in salita, 400 m in discesa

Quella che lascia alle spalle **Cosenza** (235 m) è una giornata abbastanza impegnativa a causa del dislivello da affrontare. Dopo un tratto pia-



Il convento di S. Francesco di Paola a Pedace

neggiante lungo la valle del Crati, si sale con tornanti fino a **Borgo Partenope** (494 m) per poi proseguire salendo lungo il crinale fino al **convento di S. Francesco di Paola** alle porte di **Pedace** (615 m). Un'altra salita porta alla piazza di **Serra Pedace** (730 m), poi il percorso si snoda pianeggiante al di sopra del fiume Cardone e sale decisamente tra querce e castagni fino alla SP256 che porta al punto più alto della tappa (**Acqua Coperta**, 910 m). Una breve discesa conduce da qui al **santuario di Spezzano della Sila** (830 m).

Tappa 3 • Da Spezzano della Sila a San Pietro in Guarano

Distanza: 16,4 km

Dislivelli: 650 m in salita, 850 m in discesa

La terza tappa della Via dei Monasteri non è particolarmente lunga e il dislivello in salita è concentrato nella prima parte della giornata. Il



Il santuario di S. Francesco a Spezzano della Sila

primo borgo che s'incontra è **Celico** (patria di Gioacchino da Fiore, 810 m), poi prima su asfalto e poi su sterrato si sale, con qualche tratto di pianura, fino a raggiungere il punto più alto della giornata: **Serra Rosole** (1135 m). La discesa che segue attraversa un bosco di castagni e poi raggiunge l'asfalto di una via secondaria, che si segue per 1 km circa. Tra castagni e querce, si scende con alcuni panorami aperti verso la valle del Crati fino a Lappano e poi si termina la camminata tra le case di **San Pietro in Guarano** (655 m).

Tappa 4 • Da San Pietro in Guarano a Rose

Distanza: 27,7 km

Dislivelli: 950 m in salita, 1200 m in discesa

Si tratta di una tappa faticosa, sia per la lunghezza che per il cospicuo dislivello da affrontare in salita e in discesa. Lasciato **San Pietro in Guarano** (655 m), si supera la frazione di **Redipiano** (850 m) dove si attraversa la linea ferroviaria Silana (ora solo turistica). Segue una serie di saliscendi che conducono a un punto panoramico da cui si ammira la valle del fiume Arente, oltre il quale si sale sul versante brullo della **Serra d'Occhio** per poi scendere nuovamente fino al corso dell'**Arente** (665 m). Si sale decisamente fino al punto più alto della tappa (località **Monticello**, 897 m), per poi scendere lungo uno sterrato a tratti panoramico, seguito da un tratto di asfalto. Un ultimo tratto di discesa conduce alle case di **Rose** (423 m).

Tappa 5 • Da Rose ad Acri

Distanza: 28,2 km

Dislivelli: 1300 m in salita, 1000 in discesa

Giornata decisamente impegnativa sia per la lunghezza sia per il grande dislivello da affrontare. Tornati brevemente sui passi della fine della giornata precedente, si segue la SP247 per poi lasciarla e salire verso la località **Querceto**. Si sale costeggiando la Serra Femminamorta, con il panorama che si apre verso la Catena Costiera e il Pollino; poi, dopo un tratto tra i castagni e le querce, si giunge al bivio verso il borgo di Luzzi. Si sale verso l'**abbazia della Sambucina** (848 m), frequentata da Gioacchino da Fiore, e poi ancora verso il punto più alto della giornata: **Serra Casino** (963 m). Si scende, con tratti sterrati e asfaltati, toccando le località Cuta e Serricella, per affacciarsi sulla valle del fiume Muccone. Si oltrepassa il fiume (397 m) e poi bisogna salire ancora a lungo fino alle case di **Acri** (710 m) e alla **chiesa di S. Francesco**.

Tappa 6 • Da Acri a Corigliano Calabro

Distanza: 25,2 km

Dislivelli: 800 m in salita, 1300 in discesa

Anche se il dislivello non è da poco, la tappa è più breve della precedente. Lasciato il centro di **Acri** (710 m) e la **chiesa dell'Annunziata** si scende per poi salire verso il crinale fino alla **Serra Crista d'Acri** (1020), punto più alto della tappa. Si prosegue sull'altopiano di Aria delle Donne, tra querce e pini, per poi scendere e seguire per un tratto la SP186. In leggera discesa si prosegue (con il panorama che si apre verso lo Ionio) fino a raggiungere le case di **Sant'Elena** (445 m). Si scende per superare il corso del torrente Coriglianeto per salire nuovamente e poi scendere finalmente, circondati dagli uliveti, verso Corigliano Calabro, dominata dal castello ducale.

Si segue in discesa la SP187 fino al **santuario di Corigliano** (207 m), il quarto insediamento fondato da san Francesco di Paola – dopo Paola, Paterno e Spezzano della Sila.



Il romitorio di S. Francesco a Corigliano



Il santuario di S. Francesco a Corigliano Calabro

Indirizzi utili

Per l'ideazione e la realizzazione delle diverse vie del Cammino di San Francesco di Paola: Associazione Cammino di San Francesco di Paola, Casa del Km Zero, via S. Francesco, Paola (CS), tel. 3286572943, ilcamminodisanfrancesco.it

L'associazione organizza una decina di cammini guidati ogni anno, il cui programma comprende vitto, alloggio, trasporti e assistenza di una guida.

Per l'elenco delle **strutture ricettive** e dei **ristoranti o trattorie:** ilcamminodisanfrancesco.it/ospitalita.html

Trasferimento camminatori da e per i punti di partenza e di arrivo dei cammini e **trasporto bagagli:** Auto Trinidad, via Poseidone, Diamante (CS), tel. 098581005, 3472750217, autotrinidad.it

San Marco Argentano

Sede Gruppo scout San Marco 1
Chiesa della Riforma, nel centro storico; ospitalità spartana, senza letti, necessari stuoio e sacco a pelo.
Tel. 3207279715 (Enrico)

B&B Del Borgo

Via C. Poerio 6,
tel. 0984518305, 3299180463

B&B I due Principi

Via XX Settembre 21,
tel. 3283884258

Cerzeto

Ristorante La Giara

Piazza Ss. Pietro e Paolo,
tel. 0984523465, 330700699

A casa di Giovanni B&B

Via Forge 18,
tel. 3667462823

Fuscaldo

Rifugio Bosco Cinquemiglia

Località Cinquemiglia.
Utilizzabile solo in occasione di escursioni collettive organizzate; I camminatori autonomi possono pernottare in tenda.

Fuscaldo Apartment

Via S. Francesco 14,
tel. 3206898431 (Danilo),
3711602766 (Piero),
fuscaldoapartment.it

Paola

Ostello Casa della Gioventù

Via Valle Timpa 9, tel.
3895473243 (Fra' Domenico)

Hotel San Francesco di Paola

Via Valle Timpa 3,
tel. 0982616058,
hotelsanfrancescodipaola.it

Hotel Sant'Agostino

Vico Fiumicello 6, tel.
0982582414, 3289048259,
hotelsantagostino.net

B&B La Piazzetta

Piazza del Popolo,
tel. 0982585133,
3355644828, 3661014215,
beblapiazzetta.it

B&B Rosy

Salita Unità d'Italia 4,
tel. 3898553097,
bbrosy.it

Trattoria da Capone

Corso Garibaldi 50,
tel. 0982582561, 3281073585

San Fili

B&B Antica Calabria

Via S. Antonio Abate 34,
tel. 3401278744,
anticacalabria.com

Ristorante S.P.Q.R.

Via Piano Ghiande 4,
tel. 0984642826, 3401055324

Cerisano

Le Notti del Duca B&B

Via S. Pietro 38,
tel. 3497464516

B&B Palazzo Conforti 'Case sull'albero'

Via Leoncavallo 1,
Marano Marchesato,
tel. 3387024902, 0984641858,
palazzoconfortitreehouserest.it

Mendicino

B&B Le case intrecciate

Via Mazzini 22,
tel. 0984638006, 3497273574

B&B Santa Maria

Via S. Maria, tel. 3273925305,
santamariabb.com

Paterno Calabro

Ostello SOS Ospiti del Santo

Via S. Pietro, tel. 3471091594
(Antonio), 3493447506 (Emma)

Santuario di Paterno

ospitalità a donativo,
tel. 0984476032, 3471460779

Trattoria da Alessandro Magno

Via S. Francesco,
tel. 0984476012,
3496390627



lago acero
passo napoli

**Il Cammino Calabria
Coast to Coast**

Il Cammino Calabria Coast to Coast



Il Cammino Calabria Coast to Coast

Dallo Ionio al Tirreno il passo è – se così si può dire – breve. Siamo nel punto in cui la Calabria è più stretta, così il percorso del Cammino Calabria Coast to Coast misura appena 55 km, e richiede tre belle giornate di escursione. L'idea di questo tracciato, concepita da Calabria Trekking A.P.S., è semplice e anche, a giudicare dal successo della proposta, decisamente evocativa. Da un mare all'altro, attraversando le montagne e seguendo la suggestione del coast to coast, caro a generazioni di viaggiatori impegnati ad attraversare gli USA sulle tracce del mito musicale e cinematografico. Il viaggio attraversa territori molto diversi, dalle grandi spiagge di Soverato alle montagne affacciate sullo Ionio, dai severi borghi dell'interno alle maestose faggete delle Preserre Calabre, e richiede un discreto impegno, anche a causa del dislivello non trascurabile necessario a superare lo spar-

tiacque delle propaggini dell'Appennino Meridionale. S'incontrano pascoli e uliveti, i borghi di Petrizzi, San Vito sullo Ionio e Monterosso Calabro, il grande specchio d'acqua artificiale del lago Angitola con l'oasi del WWF e suggestivi tratti di vecchia ferrovia abbandonata. Per raggiungere infine Pizzo, dalle cui alture nelle giornate terse si vede bene la sagoma triangolare di Stromboli che segna l'orizzonte, e dove nell'ombra del castello Murat si può giungere alla fine del percorso e ricevere un attestato che certifica la fatica fatta fin qui. Prima di sedere, finalmente, a gustare uno dei celebri tartufi gelati per i quali Pizzo è famosa in tutto il mondo.

Il tracciato del Cammino Calabria Coast to Coast (per i conosciuti: KCTC) è percorribile in ogni stagione, anche se, date le temperature medie, nei mesi più caldi bisogna cercare di partire presto la mattina. Per la via non s'incontrano quasi mai fontane, ed è necessario avere una buona provvista d'acqua da bere e degli spuntini. Si cammina spesso su strade asfaltate secondarie, ma non mancano i tratti di sentiero con qualche sezione accidentata: fondamentale avere buone scarpe da trekking. Il percorso è sempre ben segnalato sul terreno con cartelli che





Invito a una sosta sul lago Angitola

indicano la direzione dei due mari (anche se conviene affrontarlo in direzione est-ovest), tabelle e segnaletica a vernice bianca e rossa. Sul sito ufficiale del cammino si possono trovare le informazioni sulle tappe, su come arrivare al punto di partenza, sulle possibilità di trasferimento dall'aeroporto o dalla stazione di Lamezia e sulle strutture dove si può pernottare. Dal sito si possono anche scaricare, compilando un modulo online, le tracce gpx delle tappe che possono essere utilizzate su un'app cartografica caricata sul proprio smartphone.

Pagando un contributo simbolico di 5 euro si riceve il Passaporto del viaggiatore, simile alle credenziali di tutti i cammini che, corredato dai timbri delle strutture che s'incontrano lungo la via, può essere consegnato all'ufficio turistico del castello aragonese di Pizzo Calabro per ricevere il *Testimonium* personalizzato che certifica il completamento del cammino. Sul sito esiste anche la possibilità di effettuare un *check in* prima di partire, per informare gli organizzatori che ci si è messi in cammino e per ottenere le informazioni necessarie ad accedere all'Oasi WWF Lago Angitola.

Il cammino può essere affrontato in autonomia, potendo sempre contare sull'assistenza e la gentilezza dell'associazione promotrice, oppure partecipando a una delle escursioni organizzate per gruppi che, più o meno ogni mese, sono a disposizione dei camminatori che preferiscono viaggiare in compagnia.

Nell'attraversare zone con animali al pascolo, bisognerà fare molta attenzione agli eventuali incontri con cani da guardiania ed è consigliabile avere pantaloni lunghi.



Nella grande faggeta delle Preserre, verso Monterosso Calabro

TAPPA

1

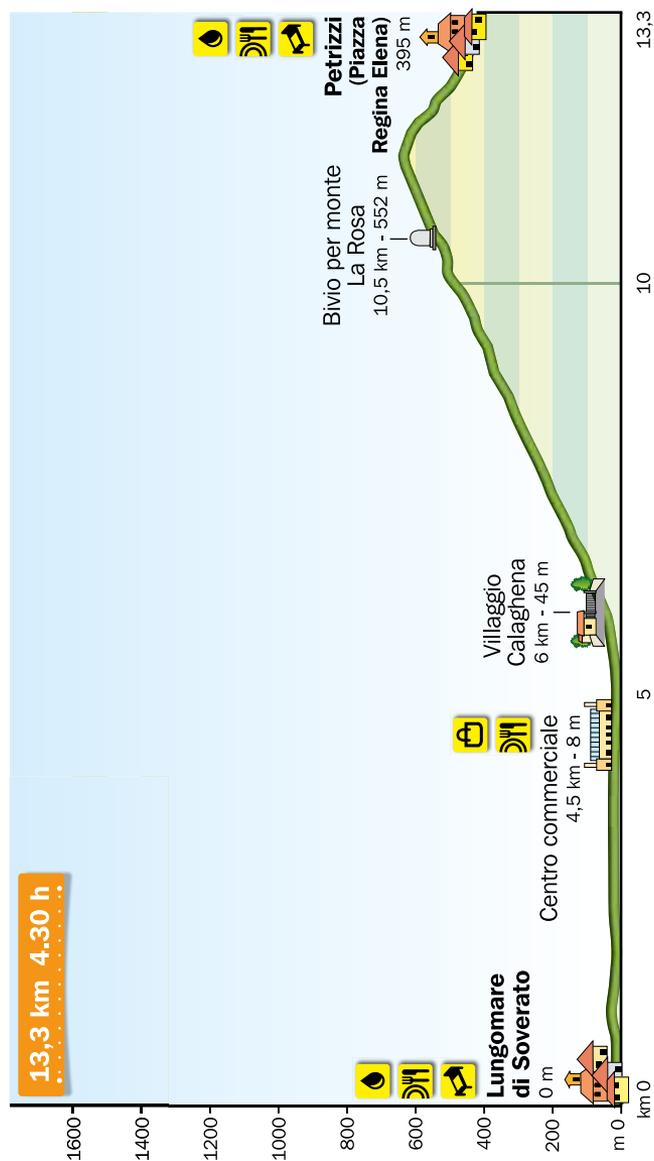
Da Soverato a Petrizzi

Distanza: 13,3 km
Ore di cammino: 4.30

La prima giornata di cammino del KCTC parte da un luogo simbolico, cioè la scritta a lettere cubitali con il nome di **Soverato** (0 m) che si trova sul lungomare Europa. Da qui, si procede verso nord al margine della spiaggia per un paio di chilometri, prima di voltare verso l'interno e iniziare a seguire il tracciato della SP124 in corrispondenza del lido a forma di palafitta. In caso di mareggiate si consiglia di evitare il tratto di spiaggia e di seguire la SP124 in direzione Montepaone Lido.

Si prosegue lungo la strada asfaltata fino a raggiungere il **centro commerciale Le Vele** (8 m), dove si può attraversare, tornare indietro per un breve tratto e costeggiare il letto quasi sempre secco del torrente Grifo e poi seguire via Po fino a raggiungere le costruzioni del **Villaggio Calaghena** (45 m). Da qui s'inizia a salire su una strada asfaltata secondaria esposta al sole, con un panorama che si apre sempre di più alle nostre spalle, fino a raggiungere un altopiano con un bivio (552 m). Da un lato il tracciato prosegue verso Petrizzi, mentre dall'altro si può raggiungere in breve l'altura panoramica del **monte La Rosa** (650 m), da dove si vede l'ampio arco del golfo di Squillace. Dopo un tratto lungo una stradina circondata da pascoli e coltivi, inizia una discesa, a tratti ripida, che si dirige verso **Petrizzi**. Prima su sentiero e poi su strada asfaltata si raggiungono finalmente il paese e la sua piazza centrale, dedicata alla regina Elena (395 m), dove un pioppo ricorda gli alberi della libertà di Giuseppe Bonaparte e su cui si trova il grande blocco di pietra chiara della *manzalora*, tradizionale misura ufficiale per i cereali e le granaglie.

Si può decidere di sostare a Petrizzi per la notte oppure di proseguire ancora qualche chilometro fino a raggiungere la quiete dell'agriturismo Seminaroti, sulla via verso Monterosso. In ogni caso, vale la pena di addentrarsi un attimo per le vie del centro storico, fino alla Chiesa Matrice e ai palazzi nobiliari che la circondano. Il dislivello in salita è di circa 710 m e quello in discesa di 320 m.



TAPPA

2

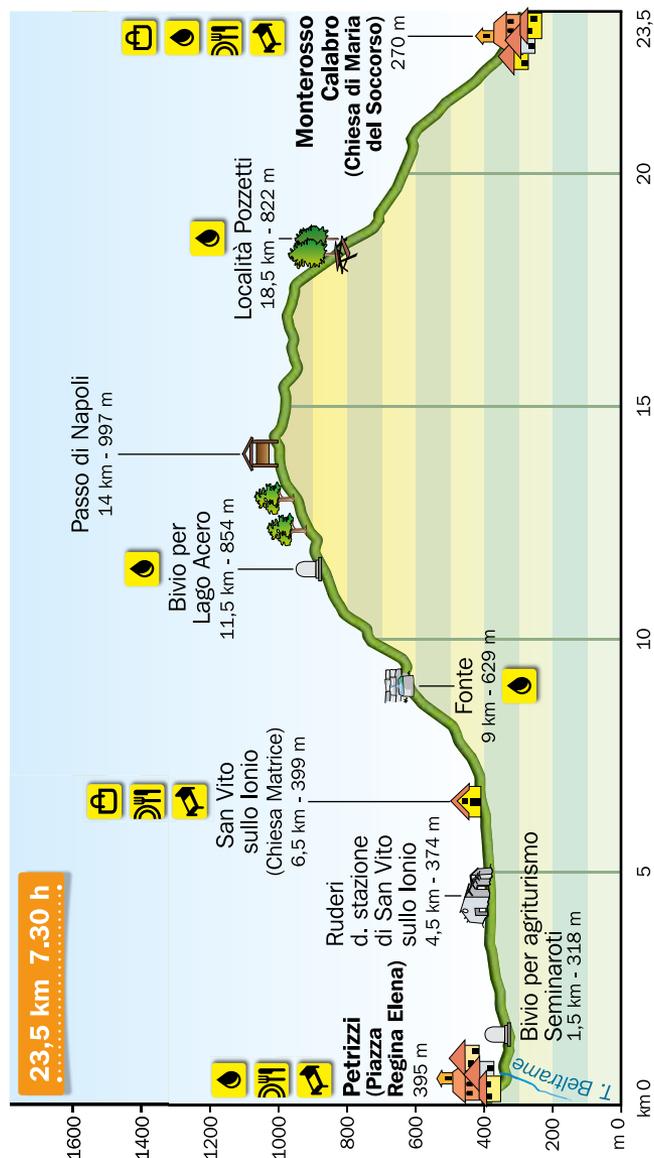
Da Petrizzi a Monterosso Calabro

Distanza: 23,5 km
Ore di cammino: 7.30

La tappa inizia dalla **piazza Regina Elena di Petrizzi** (395 m) e segue in discesa via Dante Alighieri e poi via Principe di Piemonte, fino alla chiesa di S. Maria della Provvidenza, nei pressi della quale si trova un antico ponte in pietra. Si sale leggermente fino a un'edicola votiva e si raggiunge il corso del torrente Beltrame: qui il percorso della tappa prosegue verso sinistra e supera il corso d'acqua, mentre verso destra una breve deviazione conduce all'**agriturismo Seminaroti**. Lungo il tracciato principale si segue un sentiero tra i campi che conduce alla SP144: va percorsa per un tratto brevissimo e poi lasciata per raggiungere la vecchia massiciata della linea ferroviaria dismessa che collegava Soverato a Chiaravalle Centrale. S'incontra una galleria (per motivi di sicurezza sarebbe meglio evitarla e seguire il sentiero che conduce allo sbocco del tunnel) oltre la quale si raggiungono i ruderi della ex stazione di **San Vito sullo Ionio**. Poco più avanti si entra nel paese omonimo (399 m), dove vale la pena di visitare la Chiesa Matrice di S. Vito Martire e il fabbricato della vecchia filanda (incrocio Sentiero Italia e Cammino Basiliano).

Dall'abitato una discreta salita – lungo la quale s'incontra una **fonte** ombrosa e rinfrescante: 629 m – conduce al bivio verso lo specchio d'acqua del **lago Acero** (854 m), dove si trova un'area attrezzata. Proseguendo dritto, ormai all'interno di una bella faggeta secolare, si raggiunge il bivio del **passo di Napoli** (997 m): continuando verso sinistra si segue il percorso ufficiale, mentre alcuni cartelli indicano le deviazioni verso il rifugio Minchiozzo appena restaurato, nel comune di Cenadi, e il borgo di Polia. Proseguendo sulla dorsale del monte Coppari, punto più alto di tutto il cammino, si superano alcune niwere e le rocce della Pietra della Fata.

Da questo punto inizia la discesa verso località **Pozzetti** (sorgente e area attrezzata, 822 m), poi un ultimo tratto su asfalto porta alle prime case di **Monterosso Calabro** (270 m). Il dislivello in salita è di circa 980 m, quello in discesa di 1085.



TAPPA

3

Da Monterosso Calabro a Pizzo

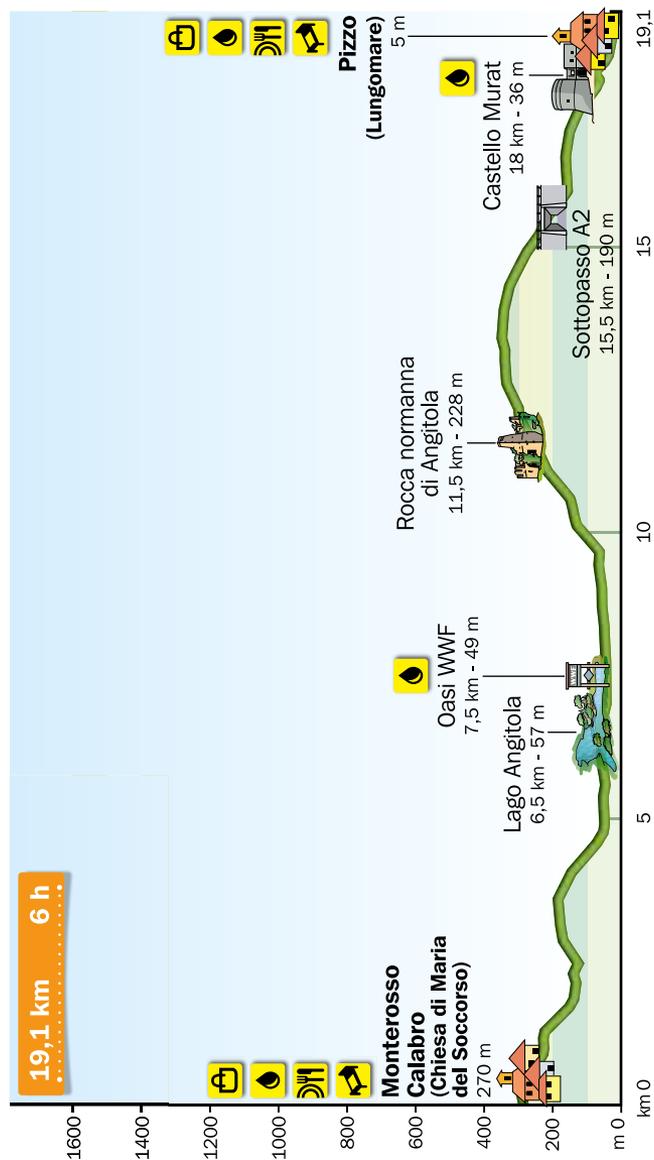
Distanza: 19,1 km

Ore di cammino: 6

Dalla piazza di **Monterosso** su cui si affaccia la **chiesa di Maria del Soccorso** (270 m) si segue via Umberto fino a intersecare la SP4 per poi proseguire in periferia fino al cimitero. Si seguono i saliscendi di una strada interpoderale che attraversa diversi uliveti e scende infine fino alle sponde del lago artificiale Angitola. Si cammina ancora per poco più di 1 km sull'asfalto sulla ex SS110, poi si scavalca il guardrail sulla destra e si entra nell'oasi naturalistica del **lago Angitola** (57 m). Sempre seguendo la riva dello specchio d'acqua si raggiungono le costruzioni dell'**Oasi del WWF** (acqua non potabile), un'area di grande interesse naturalistico, punto di sosta per numerosi migratori e di riposo e riproduzione per l'airone cenerino, simbolo del Parco Naturale Regionale delle Serre. Si entra e si esce dall'area protetta attraverso alcuni cancelli (i cui codici vengono forniti ai camminatori dalla Calabria Trekking A.P.S), per poi attraversare l'ex SS110 e salire lungo una strada interpoderale: qui bisogna fare attenzione a causa dell'eventuale presenza di cani da guardiana.

Si sale ancora, stavolta su un sentiero che domina dall'alto lo specchio d'acqua del lago, fino a raggiungere i resti della **rocca normanna di Angitola** (228 m) edificata in un punto dominante sulle antiche vie di comunicazione e sull'intero comprensorio delle Serre. Dopo aver percorso un ampio altopiano ci si affaccia verso il Tirreno e il golfo di Sant'Eufemia (con il panorama che si apre anche in direzione dei monti dell'Orsomarso nel Parco Nazionale del Pollino) per iniziare una discesa a tratti ripida che porterà al centro di **Pizzo**. Si supera un **sottopasso** che transita al di sotto dell'autostrada A2 (190 m), poi si raggiunge la periferia del paese nei pressi del centro commerciale l'Aquilone. Da qui, seguendo la segnaletica, si raggiunge rapidamente il centro storico dove la tappa termina davanti al **castello Murat** (36 m). Per raggiungere la spiaggia della Marina di Pizzo seguire i segnavia del KCTC.

Il dislivello in salita è di circa 580 m, in discesa di circa 860 m.





Indirizzi utili

Kalabria Trekking A.P.S: Via Pietà snc, Pizzo (VV).

Il sito ufficiale del cammino è kalabriacoastcoast.it (il numero di contatto per informazioni è 3518146225).

Per chi vuole far parte di un gruppo organizzato, con guida escursionistica, per prenotazione dei pernottamenti ed eventuale trasporto dei bagagli, l'indirizzo di riferimento è cammino@europeguest.com

Soverato

I.A.T. Ufficio Informazioni e di Accoglienza Turistica

Via S. Giovanni Bosco 192,
tel. 096725432

Petrizzi

Agriturismo Seminaroti, Contrada Crana 1, tel. 340 6161836,
pernottamento e mezza pensione.
flavio.seminaroti@gmail.com

Monterosso Calabro

B&b Palazzetto dell'Orologio,
Piazza Luigi Razza,
tel. 3203467552, 0963327800,

info@palazzetodellorologio.com,
palazzetodellorologio.com

Riserva WWF del Lago Angitola,

SS 110, Direzione Serra San Bruno, 500 m dopo bivio Maierato – Vibo Valentia.
Visite su richiesta,
tel. 3288997549, 3394494137,
calabria@wwf.it, wwf.it

Pizzo

Comune di Pizzo

Via Marcello Salomone,
tel. 0963534289,
comune.pizzo.vv.it



Veduta di Monterosso Calabro

Il Sentiero del Brigante



Il Sentiero del Brigante

L'Aspromonte è tra le montagne più belle e meno frequentate dell'Appennino. Questo lungo itinerario, dichiarato di notevole interesse pubblico dal Ministero della Cultura, percorre interamente la zona di crinale, partendo da sud e raggiungendo le Serre nella parte settentrionale del massiccio. In circa 140 km e sette tappe (con una variante finale) si attraversa longitudinalmente questo grande complesso montuoso e se ne scoprono gli aspetti paesaggistici, naturalistici e culturali. Nella parte finale, ormai già nelle Serre, il sentiero si biforca offrendo due opzioni, entrambe interessanti: verso nord si può raggiungere Serra San Bruno con la sua celebre certosa, e verso sud si va a Stilo, patria del filosofo e teologo Tommaso Campanella. Le tappe descritte da questo taccuino possono essere articolate o accorpate anche diversamente, a seconda delle proprie capacità fisiche e preferenze. E il percorso può essere fatto anche in senso inverso, cioè da nord a sud.

Il percorso si svolge per buona parte a quote superiori ai 1000 m e tocca zone affascinanti e selvagge. Si procede spesso tra maestosi boschi di faggi e abeti, si attraversano ruscelli di acqua limpida, alcuni scavalcati da ponticelli in legno e altri facilmente guadabili. Dalle quote elevate della parte meridionale dell'Aspromonte (la zona di Gambarie è sui 1300 m) il sentiero segue il lento digradare della montagna, che da sud a nord si fa più dolce, giungendo fino alle quote collinari (400 m circa). Tuttavia si attraversano molte valli assai incise, perciò in qualche tratto i dislivelli possono essere anche significativi. Niente che non pos-



Il complesso della certosa di Serra San Bruno



Nel fitto del bosco, verso il monumento ai caduti della Nembo



Ingresso del Museo delle Ferriere reali a Mongiana

sa essere affrontato con una normale preparazione escursionistica, anche grazie all'ottima segnaletica bianco-rossa che permette di orientarsi lungo tutto il percorso. Inoltre la maggior parte del sentiero non corre mai molto lontano dalle principali strade asfaltate, il che consente di modulare le tappe a proprio piacimento a seconda dell'allenamento e del tempo a disposizione. Non mancano gli aspetti storico-culturali. Presso il passo del Mercante, storico nodo per i passaggi tra il versante ionico e quello tirrenico, sono stati scoperti resti di fortificazioni, probabilmente di epoca romana. Il territorio tra Zòmaro e il passo del Mercante sarebbe stato teatro di un importante evento storico del 72-71 a.C.: qui si troverebbero le cosiddette Fortificazioni di Spartaco, allestite dal proconsole romano Marco Licinio Crasso per bloccare l'avanzata dell'esercito di schiavi ribelli che risaliva verso Roma.

Per non dire dell'insediamento borbonico della Ferdinanda, che insieme a Mongiana costituì un importante polo siderurgico del regno. O della certosa di Serra San Bruno, che si raggiunge dalla Ferdinanda con la variante nord del sentiero. Il grande complesso fu fondato intorno al 1094 da Brunone di Colonia su terreni concessi da Ruggero il Normanno; la ricchezza del monastero richiamò maestranze da tutta Europa e la certosa si arricchì di opere d'arte. Nel 1783 un terremoto danneggiò seriamente la struttura, che però, anche grazie alla ricchezza del luogo nel periodo borbonico, fu ricostruita nell'aspetto odierno. Infine la variante sud del sentiero, che passa per Bivongi e giunge a Stilo. Il centro storico di Bivongi vale sicuramente una visita; nei pressi si trova il monastero di S. Giovanni Therestis (XI secolo), esempio unico

Il Sentiero del Brigante



di architettura bizantino-normanna. Il sentiero si conclude a Stilo, fondata nel VII secolo dai profughi di una città marittima distrutta dagli arabi e importante polo monastico nel medioevo.

Nel centro storico si conservano notevoli monumenti: la chiesa tardobarocca di S. Francesco, l'ex monastero dei Liguorini, la chiesa di S. Giovanni da Tolentino e il duomo, risalente al XIII-XIV secolo. E poi il convento di S. Domenico, in cui visse Tommaso Campanella. Un po' fuori dal centro abitato, verso il monte Consolino (701 m) che domina Stilo con i resti del castello normanno, si trova uno dei monumenti più importanti della Calabria: la Cattolica. Si tratta di una piccola chiesa bizantina del X secolo, perfettamente conservata, che riproduce un tipo di architettura frequente negli edifici sacri del Peloponneso, dell'Armenia, della Georgia e dell'Anatolia. Conviene conservare un po' di energia per visitare anche questi luoghi.

Per i suoi scorci paesaggistici di grande suggestione, uniti alle notevoli emergenze storico-culturali, il Sentiero del Brigante entra a buon diritto tra i grandi percorsi escursionistici dell'Appennino e costituisce di per sé un valido motivo per pianificare un viaggio in Calabria.

TAPPA

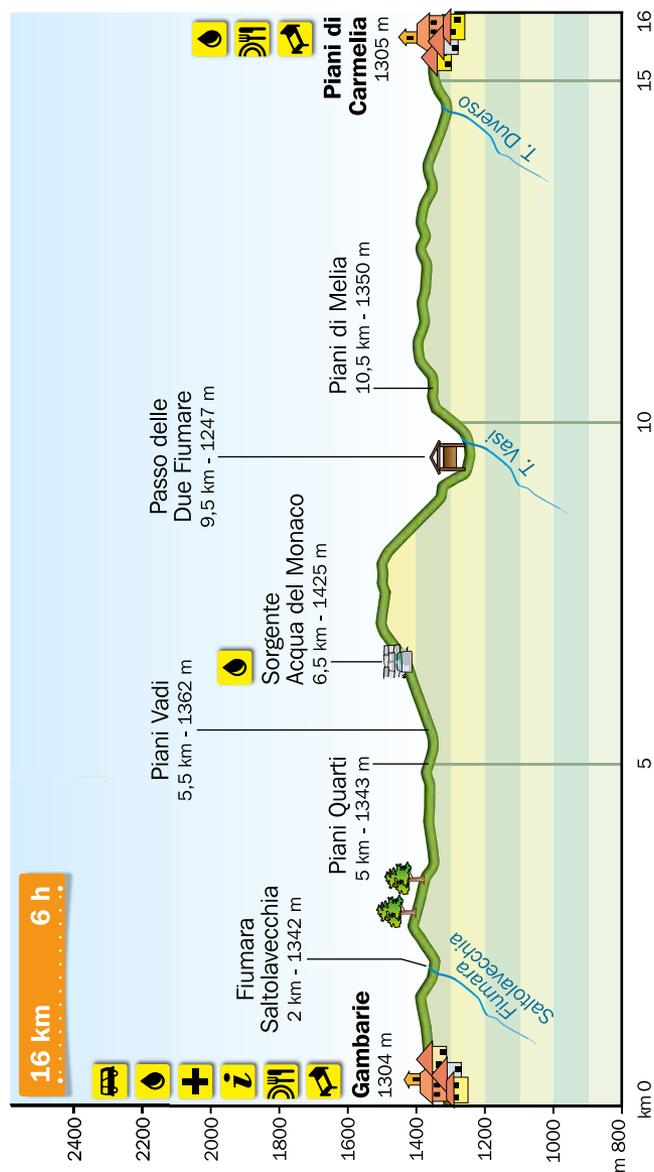
1

Da Gambarie ai Piani di Carmelia

Distanza: circa 16 km

Ore di cammino: 6

La prima tappa, piuttosto semplice, presenta un dislivello di 690 m in salita e 660 m in discesa. Da **Gambarie** (1304 m, incrocio Sentiero Italia) ci si incammina verso nord-est lungo la SS183 e, dopo qualche centinaio di metri, si imbecca a destra il sentiero che attraversa il Bosco di Gambarie. Si scende poi alla **fiumara Saltolavecchia** (1342 m), che si attraversa agevolmente per poi risalire alla strada asfaltata. Si piega a sinistra e dopo un centinaio di metri si prende a destra un sentiero tra i faggi (poco a ovest si trova il laghetto Rumia), poi si prosegue verso nord-est superando vari ruscelli fino ai **Piani Quarti** (1343 m). Il sentiero interseca una sterrata a destra che sale verso l'Acqua della Face e un sentiero a sinistra che scende verso Scilla. Si prosegue in salita per un breve tratto; poi, abbandonato il sentiero principale, dopo una breve discesa si piega a sinistra per superare su un ponticello di legno il vallone delle Serre. Dopo alcune centinaia di metri di saliscendi si interseca l'antica strada, in parte acciottolata, che sale verso i cosiddetti Monumenti di Nino Martino, il leggendario brigante calabro. Subito dopo si lasciano a sinistra i **Piani Vadi** (1362 m) e il sentiero per il mausoleo di Garibaldi. Al primo bivio, dopo la sorgente **Acqua del Monaco** (1425 m) si piega a sinistra su un sentiero a mezza costa fino a imboccare, ancora a sinistra, una sterrata in ripida discesa che conduce alla strada (anch'essa sterrata) che dal mausoleo di Garibaldi porta al **ponte dell'Albara** (1341 m). Lo si attraversa e ci si immette sulla strada che scende al **passo delle Due Fiumare** (1247 m), caratterizzato da una pittoresca caduta d'acqua. Superate due fiumare, ci si inerpica lungo il sentiero che ben presto si immette in una più comoda sterrata a mezza costa: la si segue a sinistra per un breve tratto e alla prima biforcazione si piega a destra per raggiungere, dopo un ruscello, la piacevole radura dei **Piani di Melia** (1350 m). Si scende quindi a un altro ruscello e lo si attraversa, per poi risalire brevemente alla sterrata che conduce ai **Piani di Carmelia** (1305 m), dove è possibile rifornirsi d'acqua.



TAPPA

2

Dai Piani di Carmelia a Zervò

Distanza: circa 10 km

Ore di cammino: 4

Questa tappa prevede un dislivello di 500 m in salita e 690 m in discesa, e per la sua relativa brevità può essere anche accorpata alla precedente, ovviamente tenendo conto che la tappa risultante diventa piuttosto impegnativa.

Lasciati i **Piani di Carmelia** (1305 m), si procede in direzione sud per tornare fino al punto in cui il sentiero Delianuova-Bova interseca il Sentiero del Brigante. Si piega a sinistra per risalire lungo le pendici della montagna, seguendo prima una vecchia strada sterrata e poi un sentiero appena accennato che porta verso il basso crinale del monte Cannavi. La salita è piacevole e mai troppo faticosa.

Giunti quasi alla sommità del monte si prosegue, sempre a sinistra, fino a poche decine di metri dalla sorgente Le Fontanelle, dove si incrocia una strada sterrata che proviene da **Portella Mastrangelo** (1438 m) e scende verso Carmelia. Si prosegue a mezza costa fino al passo di Cerasara, importante snodo della viabilità pedonale in Aspromonte, dove confluiscono diversi sentieri piuttosto frequentati dagli escursionisti.

Si piega a sinistra per immettersi sulla strada che conduce a **Zervò**. Superata la Croce Toppa, una piccola croce in ferro sul ciglio della strada, si prosegue per circa 700 m sull'asfalto prima di imboccare a sinistra l'ultimo tratto del sentiero: dopo due ruscelli si giunge a Zervò, dove appare imponente la struttura del **vecchio sanatorio** (1158 m), punto di arrivo della tappa (incrocio Sentiero Italia).



TAPPA

3

Da Zervò al passo del Mercante

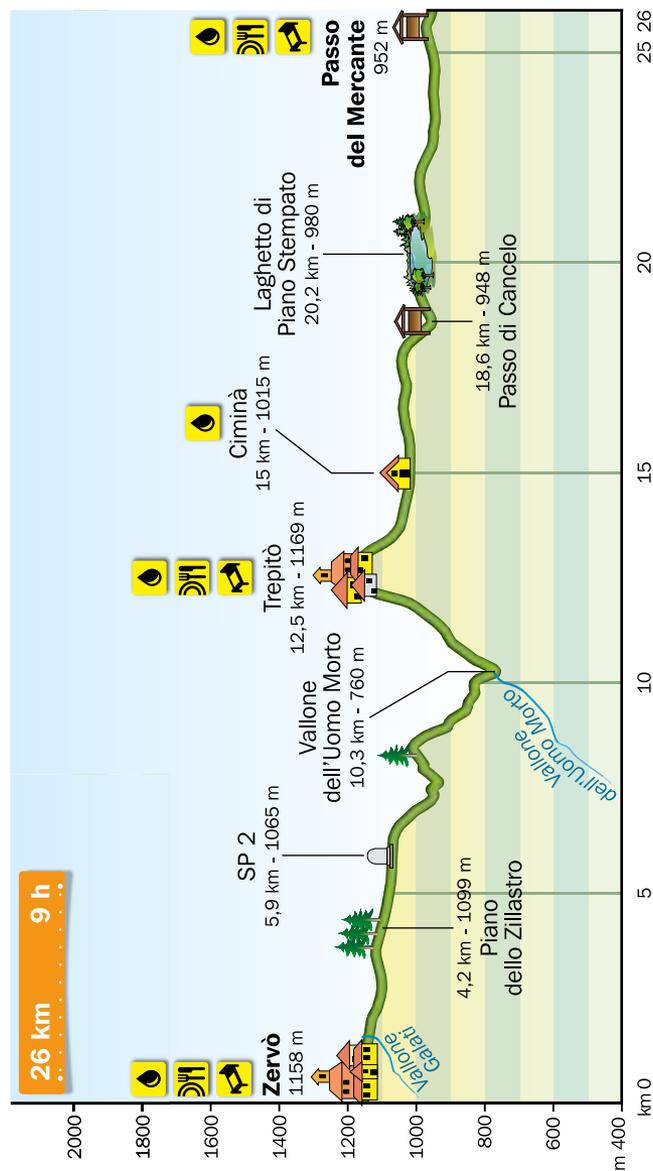
Distanza: circa 26 km

Ore di cammino: 9

A un centinaio di metri dal **sanatorio di Zervò** (1158 m), lungo la strada sterrata per Santa Cristina d'Aspromonte, si piega a destra per immettersi sul sentiero che procede tra boschi e ruscelletti. Si attraversano le pinete di **Piano dello Zillaastro** (1099 m), caratterizzate da strade tagliafuoco e dal casello forestale Zillaastro: lo si lascia sulla sinistra prima di intercettare la **SP2** (ex SS112) che collega Bovalino sul Mare Ionio a Bagnara Calabria sul Tirreno. Qui (1065 m) si erge un grande **Crocifisso**.

Oltre l'asfalto, si riprende il sentiero nel bosco (monumento ai caduti dello scontro fra le truppe italiane del battaglione Nembo e quelle canadesi, 8 settembre 1943). Per fitte pinete ci si affaccia su un meraviglioso scenario, fino al **vallone dell'Uomo Morto** (760 m) con la sua rigogliosa vegetazione. Si supera la fiamara e la si costeggia per un breve tratto, per poi risalire verso la località **Serro Lungo** fino alla strada asfaltata che scende a Molochio; tutt'intorno si estende il **Bosco di Trepitò** (1016 m). Si segue l'asfalto fino al villaggio di **Trepitò** (1169 m) e al belvedere del **monte Caturella** (917 m), con vista sulla piana di Gioia Tauro. Da Trepitò il sentiero conduce al villaggio estivo Moleti (1003 m) nel comune di **Ciminà**; una strada e poi un sentiero portano al **Piano Vaccarizzo** (1032 m), quindi si scende al **passo di Cancello** (948 m). Dopo un ponte asfaltato, il sentiero a sinistra conduce al villaggio di **Zòmaro**. Superato il laghetto artificiale di **Piano Stempato** (980 m, a circa 800 m da Zòmaro), si piega a destra lungo la faggeta, si attraversa la strada asfaltata e si prosegue a sinistra verso il **passo del Mercante** (952 m), un centinaio di metri più a monte, storico crocevia tra il versante ionico e quello tirrenico della regione.

Nota. Per il pernottamento si può deviare a destra (2 km) e raggiungere l'abitato di Canolo Nuova (890 m), dove c'è anche un buon ristorante. Se la tappa risulta troppo lunga ci si può fermare a Monte Trepitò (Quiete dei Monti) oppure presso Piano Stempato (laghetto Zòmaro), dove Boschetto Fiorito e Magia dell'Aspromonte offrono vitto, alloggio e servizio di trasporto.



Dal passo del Mercante al passo della Limina

Distanza: circa 12 km

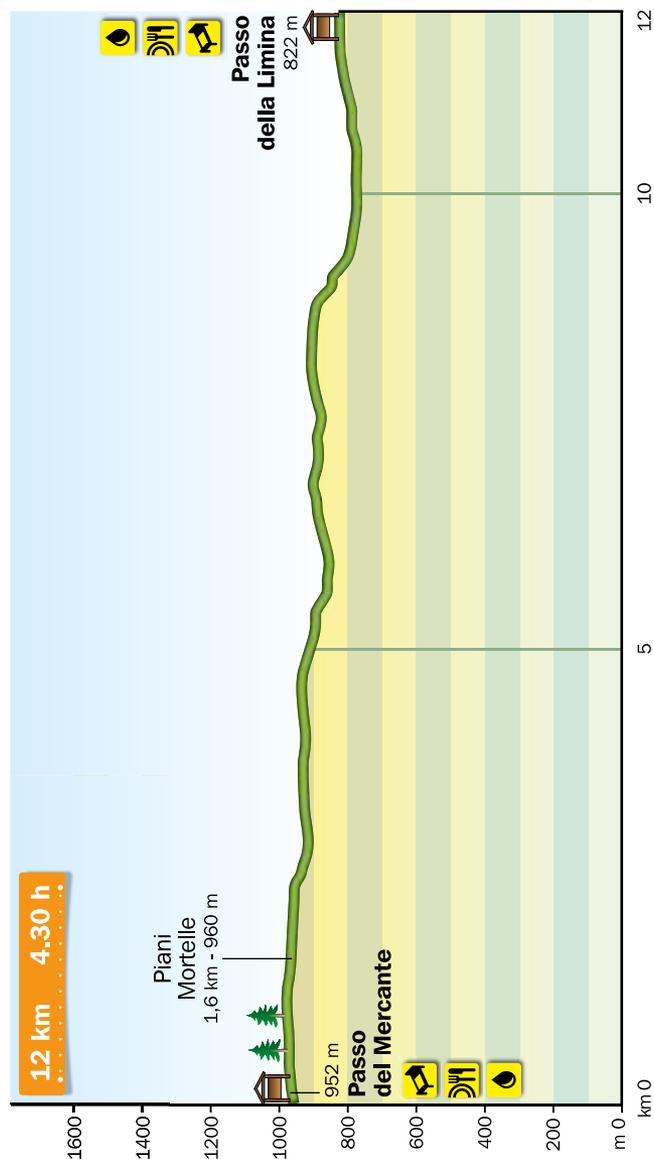
Ore di cammino: 4.30

Neppure questa tappa presenta particolari difficoltà; è appena più impegnativa della precedente, con un dislivello di 330 m in salita e 480 m in discesa.

Se si è pernottato a **Canolo Nuova**, per tornare sul sentiero principale si segue per 2 km la strada asfaltata che sale verso il **passo del Mercante** (952 m): quando questa si biforca, ci si immette nel sentiero che procede verso nord immerso tra i boschi. Al **Casello Forestale Barca** (950 m) si piega a destra per seguire la sterrata che sale quasi rettilinea verso la strada asfaltata; la si attraversa per guadagnare il sentiero e si entra in una fitta pineta.

Tornati allo scoperto, si piega a sinistra per seguire la strada sterrata fino ai **Piani Mortelle** (960 m). Si attraversa la zona pianeggiante, avendo cura di tenersi sulla sinistra a ridosso degli alberi, quindi si scende dolcemente fino a incrociare e attraversare una strada asfaltata (882 m). Dopo una brevissima risalita, il sentiero piega a sinistra e percorre la sommità di una formazione di arenaria fino a giungere in vista del passo della Limina, tenendo sempre a sinistra, poco più in basso, la strada asfaltata di crinale. Il paesaggio è inusuale, quasi alpino.

Con una breve ma ripida discesa si guadagna la strada asfaltata che conduce al piano e quindi al **passo della Limina** (822 m), dove c'è un ristorante. Il toponimo Limina, dal latino *limen* ('soglia', 'confine'), starebbe a indicare il punto in cui finisce l'Aspromonte e incominciano le Serre Calabre. Il passo della Limina segna anche il confine settentrionale del Parco Nazionale dell'Aspromonte.



TAPPA

5

Dal passo della Limina a Croce Ferrata

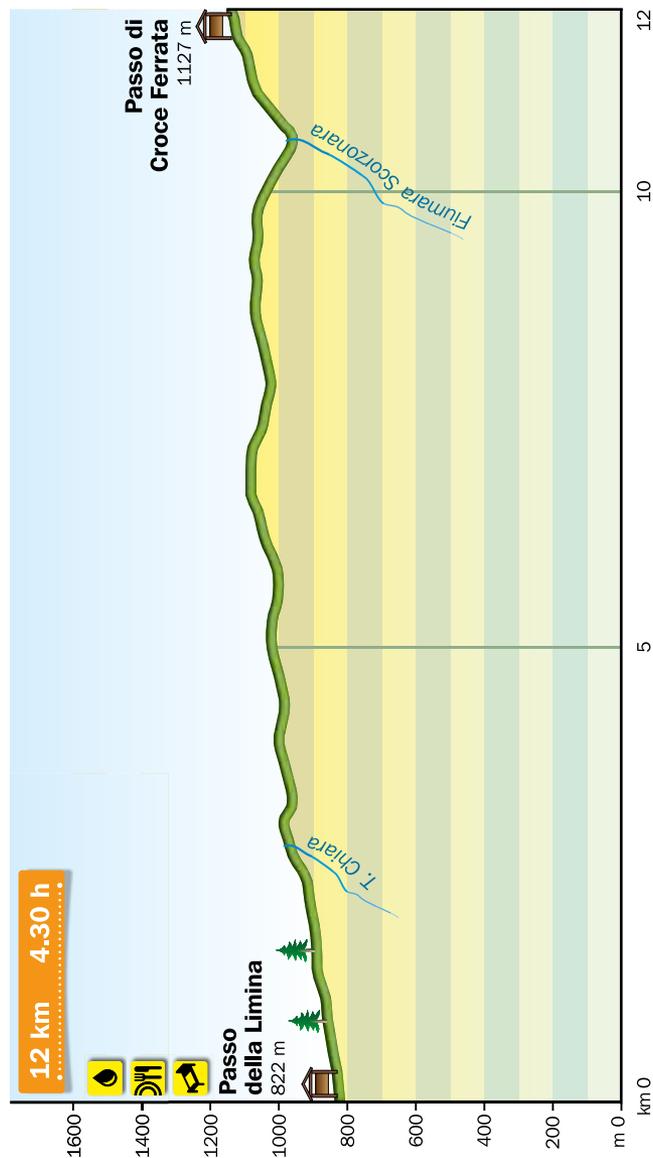
Distanza: circa 12 km

Ore di cammino: 4.30

Al passo della Limina il sentiero lascia l'Aspromonte e si inoltra nelle Serre Calabre, con una tappa piacevole, piuttosto breve e senza grandi difficoltà, né di percorso né di orientamento.

Dal **passo della Limina** (822 m) si segue la strada asfaltata che porta alla diga sul Metramo, sopra Galatro; superato il bivio per Giffone si prende a destra il sentiero che corre in un'incantevole valle caratterizzata da fitti boschi e ruscelli dalle acque limpide. Quando il sentiero arriva nei pressi della valle Spana, si piega a sinistra per proseguire fino al **Casello Forestale Vardaro**, dopo aver lasciato sulla sinistra un piccolo e pittoresco invaso. Al Casello Forestale si imbecca il sentiero che scende a valle fino alla confluenza di due ruscelli. Da qui si sale decisamente fino a incrociare la strada asfaltata a poche centinaia di metri dal **passo di Croce Ferrata** (1127 m). Qui una possibilità di pernottamento è offerta dal ristorante L'Incontro. Per raggiungerlo occorre fare una piccola deviazione: si prosegue per circa 700 m lungo la SP45 e, raggiunta la SS501, la si segue a destra in direzione Grotteria; dopo poco più di 100 m, si incontra il ristorante.

Nota. Il ristorante L'Incontro offre ospitalità spartana, per cui occorre essere muniti di tenda o sacco a pelo; è consigliabile contattarlo per organizzare il soggiorno. In alternativa è possibile proseguire verso Mongiana (tappa 6), eventualmente utilizzando il servizio di trasporto offerto da alcune strutture.



TAPPA

6

Da Croce Ferrata a Mongiana

Distanza: circa 14 km

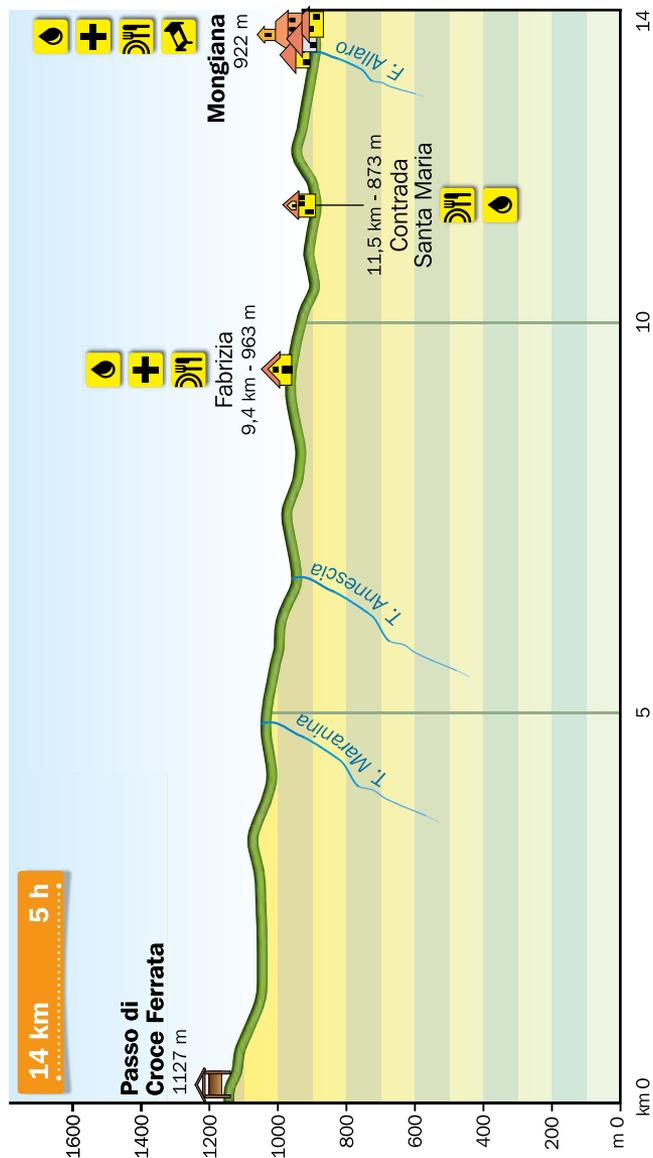
Ore di cammino: 5

Se si è fatta tappa per la notte al ristorante L'incontro, si ripercorre a ritroso la deviazione fino a tornare sul percorso principale, cioè al **passo di Croce Ferrata**.

Qui si attraversa l'asfalto per proseguire fino alla località **Faggio dell'Orologio**, poi si segue la strada sterrata che conduce a monte Crocco. Dopo un breve tratto si piega a destra per scendere alla strada asfaltata che da Croce Ferrata conduce a Fabrizia; attraversato l'asfalto, ci si immette su un gradevole sentiero che porta alle case sparse di **Contrada Angelella** (951 m). Dopo pochi minuti appare l'abitato di **Fabrizia** (963 m), affascinante borgo di boscaioli e carbonai che qui svolgono ancora questi antichi mestieri.

Attraversato il paese, in prossimità delle ultime case si segue il sentiero che passa tra coltivi, terrazzamenti e masserie; superato un ponticello di legno, si sale per un breve tratto fino alla **Contrada Santa Maria** (873 m), quindi si scende dolcemente. Giunti al fiume Allaro, lo si attraversa per inerpicarsi subito lungo il sentiero che ben presto conduce a **Mongiana** (922 m), che in epoca borbonica fu un importantissimo centro siderurgico. Qui il Sentiero del Brigante incrocia il Sentiero Italia.

Nota. Le due tappe successive sono alternative tra loro. Hanno il primo tratto in comune fino alla Ferdinanda, poi l'itinerario si biforca: la tappa 7a conduce verso est fino a Bivongi e Stilo, la tappa 7b si dirige verso nord fino a raggiungere Serra San Bruno.



Da Mongiana a Bivongi e Stilo

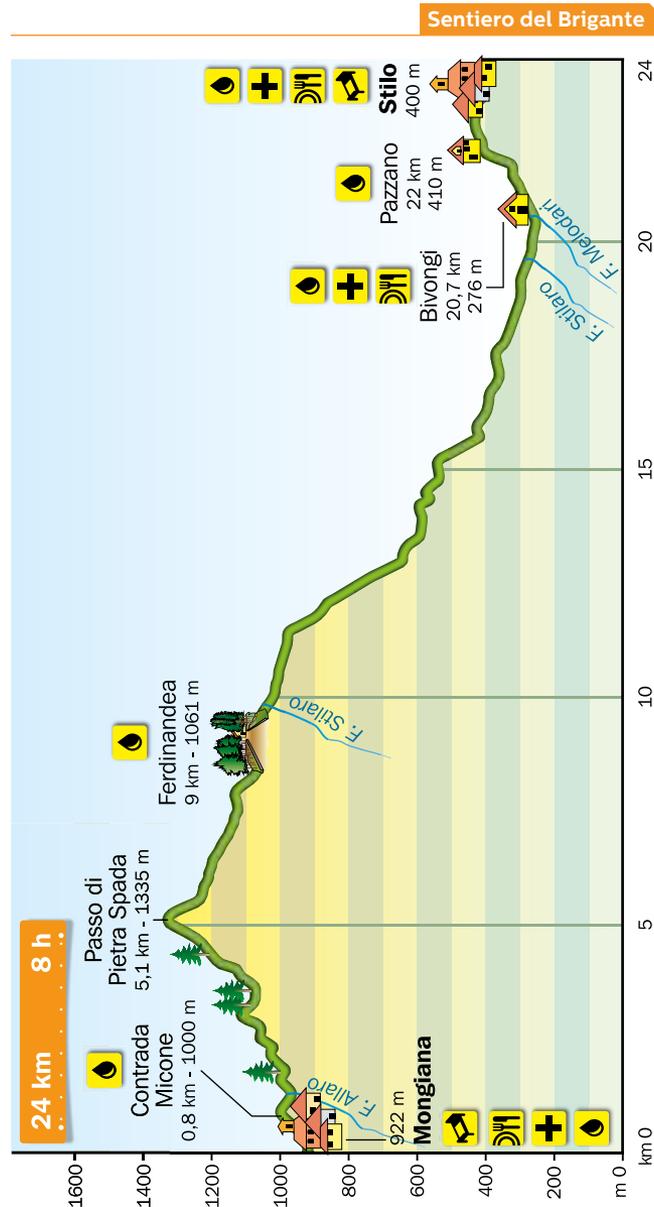
Distanza: circa 24 km

Ore di cammino: 8

Dalla piazza di **Mongiana** (922 m) si raggiungono le case alte per imboccare il sentiero che, dopo il fiume Allaro, sale per boschi fino al **passo di Pietra Spada** (1335 m). Dopo il valico e una strada asfaltata, si prosegue in discesa lasciando a sinistra la cima del monte Pecoraro (1423 m). Il tracciato scende quasi rettilineo tra alberi d'alto fusto fino alla tenuta della **Ferdinanda** (1061 m). Qui si può visitare il museo dell'antica ferriera (non sempre aperto: contattare in anticipo). Lasciata la Ferdinanda (1061 m), si attraversa il fiume Stilaro che scorre alle sue spalle e ci si incammina lungo il sentiero che lo costeggia, piegando a destra alla prima biforcazione. Dopo un breve tratto in discesa, il sentiero prosegue a mezza costa fiancheggiando la **condotta d'acqua** che alimentava la centrale idroelettrica di Bivongi. Si supera una corta galleria scavata nella roccia e, poco dopo, si aggira una seconda galleria per giungere a un punto panoramico (990 m) caratterizzato da alcuni edifici in pietra e da una vecchia e diruta costruzione di legno dove convergono i tubi della condotta idrica.

Il sentiero segue per alcune centinaia di metri la condotta, poi la abbandona per tenersi sul crinale. Questo tratto regala suggestivi scorci panoramici: il sentiero si affaccia sia sulla vallata del torrente Ruggiero sia su quella dello Stilaro, con le sue spettacolari cascate. Una fitta macchia mediterranea caratterizza l'ultimo tratto del sentiero, che raggiunge il letto dello Stilaro un centinaio di metri a valle delle **cascate del Marmàrico** (442 m). Il luogo è decisamente piacevole, e nella bella stagione si può fare il bagno nella grande vasca ai piedi della cascata.

Si segue il torrente lungo i sentieri che lo costeggiano fino a quando, attraversato definitivamente lo Stilaro lungo uno stretto camminamento in cemento, ci si immette sulla strada sterrata che porta a **Bivongi** (276 m), tra le fiumare Melodari e Stilaro. Attraversate le strette vie del paese, si segue la strada asfaltata che raggiunge in brevissimo tempo **Pazzano** (410 m) e **Stilo** (400 m), punto di arrivo della tappa e conclusione di questa variante del Sentiero del Brigante.



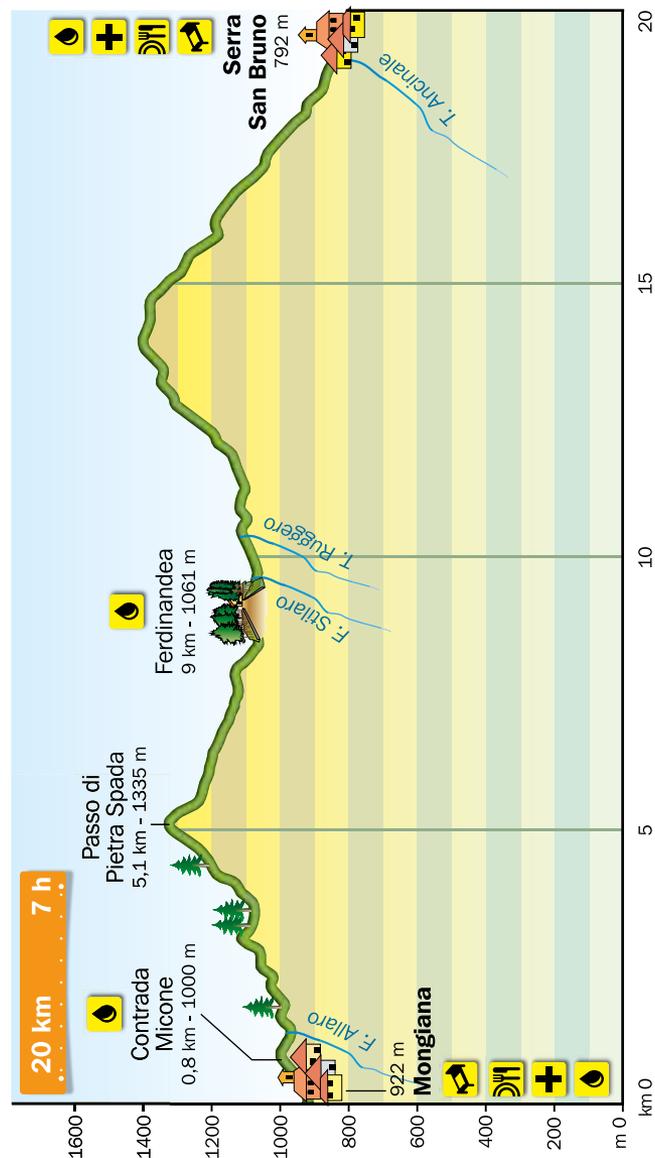
TAPPA
7b

Da Mongiana a Serra San Bruno

Distanza: circa 20 km
Ore di cammino: 7

La prima parte di questa tappa, fino alla Ferdinandea, è uguale alla tappa 7a. Per proseguire verso Serra San Bruno, dalla **Ferdinandea** (1061 m) ci si immette sulla strada sterrata che si inoltra nel bosco alle spalle dell'edificio principale della ferriera. Superato il fiume Stilaro, si prosegue in leggera salita verso nord, tralasciando le stradine che si diramano a destra. Dopo circa 2 km, oltrepassati alcuni ruscelli, si lascia la sterrata per proseguire a sinistra lungo un sentiero (1142 m) che sale verso il monte detto **Pietra del Caricatore** (1414 m), crocevia tra importanti sentieri della zona. A poche decine di metri, tra i faggi, si trova un vecchio segnale trigonometrico costituito da una piramide in pietra alta 8 m, con un cilindro al vertice.

All'incrocio si svolta a sinistra per scendere lungo il sentiero di crinale. Si prosegue, sempre in discesa, piegando a sinistra lungo un altro sentiero di crinale che guarda Serra San Bruno. Al primo bivio si svolta a destra. Dopo un centinaio di metri, superato un ruscello in località **Le Mandrie** (1050 m; riconoscibile per la presenza di due pannelli ripetitori), si segue una strada dapprima sterrata, poi asfaltata, che scende al torrente Ancinale e giunge a **Serra San Bruno** (792 m), il più importante centro abitato delle Serre Calabre (incrocio con il Sentiero Italia e il Cammino Basiliano). Qui si trova la bellissima certosa fondata da Brunone di Colonia nell'XI secolo su terreni concessi da Ruggero il Normanno. Il complesso ospita oggi alcuni monaci che vivono in rigorosa clausura; parte del monastero è però accessibile e vale la pena di dedicare un paio d'ore alla visita.



Indirizzi utili

Per l'ideazione e la realizzazione del Sentiero del Brigante: GEA, Gruppo Escursionisti d'Aspromonte, via Pio XI trav. Putorti n 9, 89133 Reggio Calabria, tel. 3394726625, 3497457394, gea-aspromonte.it - sentierodelbrigante.it

Gambarie (Santo Stefano in Aspromonte)

Case Vacanze Il Bucaneve

Viale dei Tramonti 1,
tel. 0965747111,
0965743003,
3287265374,
ilbucanevegambarie.it

Park Hotel Bellavista

Via delle Albe 5,
tel. 0965744143,
bellavistaparkhotel.it

Hotel Centrale

Piazza Mangeruca 22,
tel. 0965743133,
0965743141,
hotelcentrale.net

Hotel Ristorante Excelsior

Piazza Mangeruca 1/a,
tel. 0965743049

Hotel Miramonti

Viale degli Sci 10,
tel. 0965743048,
0965743190,
hotelmiramontigambarie.it

Delianuova

Rifugio Il Biancospino

Piani di Carmelia,
tel. 3296283539,
3466096397,
rifugioilbiancospino.it

Mongiana

Ristorante Hotel degli Amici

Via Armando Diaz 34,
tel. 0963311062,
3883679870,
hotelristorantedegliamici.com

Antonimina

Boschetto Fiorito Slow Tourism

Via XVIII Ottobre,

tel. 3474071165,
boschettofiorito@gmail.com
reinventingaspromonte.eu

Ciminà

Magia dell'Aspromonte

Località AcquaFREdda snc
tel. 3453586524,
visitantonimina.it/
magiadellaspromonte

Serra San Bruno

Hotel Ristorante Certosa

Via Alfonso Scrivo 4,
tel. 096371538, 096372129,
3294447994, 3405440989,
hotelristorantecertosa.com

Stilo

Hotel Città del Sole

Viale Roma 34, tel.
0964734843, 3914103613,
citta-del-sole.calabriahotelspage.com/it

Zervò (Santa Cristina d'Aspromonte)

Rifugio Amici di Zervò

Contrada Zervò,
tel. 0966046887,
3392070999,

3382839659,
WhatsApp 3392070999,
zervo.it

Croce Ferrata (Grotteria)

Ristorante Pizzeria L'Incontro

Strada Statale 501 n. 12,
Contrada Croce Ferrata,
tel. 3450674198

Trepitò (Molochio)

La quiete dei monti

Via Monte Trepitò,
tel. 0966472237,
3397361450

Passo della Limina

(Mammola)

Agriturismo San Nicodemo

Monte Limina,
tel. 389930001,
agriturismosan nicodemo.it

Canolo Nuova

Ristorante Da Cosimo

Via Sandro Pertini 1,
tel. 3297211506,
WhatsApp 3202477270
Facebook: Ristorante
Da Cosimo
(Canolo Nuova, RC)



Il Sentiero dell'Inglese



Il Sentiero dell'Inglese

Nel 1847 il viaggiatore e pittore inglese Edward Lear intraprese un viaggio nel sud della Calabria per raccogliere scorci e incontri che avrebbe poi trasformato in acquerelli. Nel suo *Diario di un viaggio a piedi*, pubblicato a Londra nel 1852, scrisse: «Il modo di viaggiare scelto da me e dal mio compagno di cammino, nel periodo in cui veniva scritto questo diario, è stato tra i più semplici e anche tra i più economici; abbiamo percorso l'intero itinerario a piedi; un cavallo, che trasportava i nostri esigui bagagli, e una guida ci sono costati sei carlini al giorno: una spesa non molto gravosa. Non essendoci locande in quella provincia [...] il viaggiatore dipende esclusivamente dalle lettere di presentazione a famiglie residenti in ogni luogo visitato».

Quel viaggio, come gli altri vagabondaggi dell'inglese in cerca di immagini, emana ancora oggi una forte suggestione, tanto che alcune delle tappe percorse da Lear sono divenute parte di un vero e proprio cammino, chiamato appunto Sentiero dell'Inglese.

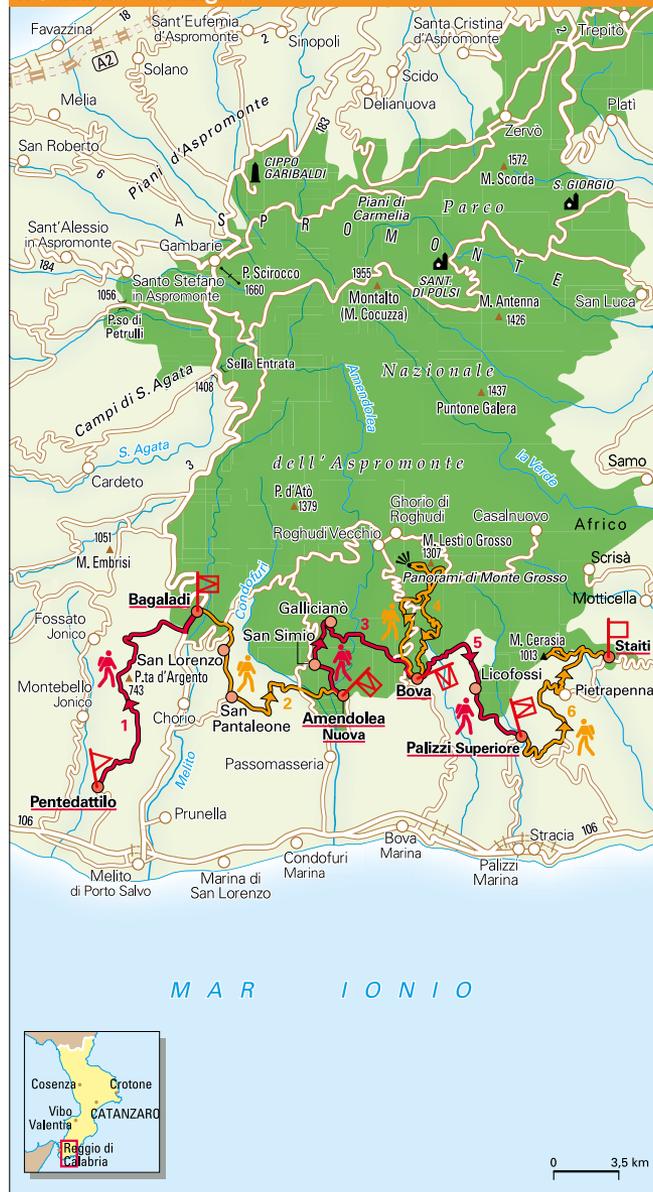
L'itinerario collega in sette tappe il piccolo e caratteristico borgo di Pentedattilo, arroccato su uno scenografico sperone roccioso, al centro di Staiti, attraversando da ovest a est le più spettacolari fiumare dell'Aspromonte meridionale.

Nell'area segnata profondamente dal gigantesco solco della fiamara Amendolea si trovano frazioni e paesi come Bagaladi, Galliciano, Amendolea Nuova (ai piedi della rocca dove sorgevano il castello dei



Veduta di Staiti

Il Sentiero dell'Inglese



Ruffo e il paese vecchio) e Bova, centro d'attrazione visitato da un numero sempre maggiore di escursionisti, provenienti sia dalle altre regioni d'Italia sia dall'estero. E poi Palizzi, col suo centro di casette aggrappate alla rupe del castello, la minuscola Pietrapennata e infine Staiti. Oltre ovviamente al magico borgo abbandonato di Roghudi, che però non è toccato direttamente da questo itinerario. Un'ulteriore tappa, ad anello con arrivo e partenza da Bova, permette di godere dei panorami del Monte Grosso. L'ambiente in cui viaggiava Lear è ancora oggi maestoso e selvaggio. Il panorama si apre spesso verso il mare, segnato all'orizzonte dalla costa siciliana e dalla mole possente dell'Etna. Diverse località toccate da queste escursioni fanno parte dell'area grecanica, in cui ancora oggi risiede una popolazione che parla comunemente la lingua greca. A Galliciano si trova anche una piccola chiesa ortodossa, e in alcune località le cerimonie più importanti, come i battesimi e i matrimoni, vengono spesso celebrate secondo la lunga e affascinante liturgia orientale. «Bova era l'ultimo resto della Magna Grecia», scrisse infatti il viaggiatore inglese, «con altri quattro villaggi dell'area, preservando la lingua e certe abitudini degli antichi colonizzatori».

Il fondo della fumarola, nei pressi della rocca di Amendolea, è anche la terra d'elezione per la coltivazione del bergamotto: utilizzato sia nell'industria cosmetica sia in quella alimentare, questo profumato agrume cresce solo in quest'area ed è commercializzato in tutto il mondo da un consorzio di aziende agricole locali.



Le singole formazioni rocciose dette 'Caldaie del latte', nei dintorni di Roghudi



Tra Amendolea e Bova; sullo sfondo l'Etna

Le tappe del Sentiero dell'Inglese sono normalmente percorse da gruppi condotti da guide specializzate della cooperativa Naturaliter, che a Bova gestisce anche un ostello e ristorante. Comunque il cammino può essere percorso in autonomia da chiunque abbia una discreta esperienza di escursionismo, buone calzature e la voglia di scoprire paesaggi decisamente particolari. In alcuni casi le tappe descritte sono anche state segnate sul terreno dal Club Alpino Italiano o da associazioni di escursionisti.

A Pentadattilo, Bagaladi, Galliciano, Bova, Palizzi Superiore e Staiti si incrocia il Cammino Basiliano.

Questi sentieri possono essere affrontati tutto l'anno, anche se in estate fa generalmente molto caldo e tra le pietre e le rupi delle pendici dell'Aspromonte acqua e ombra sono incontri molto rari.

Nelle località toccate dal Sentiero dell'Inglese, oggi come all'epoca di Edward Lear, non esistono alberghi né pensioni: quindi per soggiornare bisogna rivolgersi a bed & breakfast, agriturismi o piccoli affittacamere (di solito situati nei centri storici), che offrono un'ospitalità vicina alla vita quotidiana degli abitanti. Un modo in più per entrare in contatto con la realtà dell'Aspromonte, per godere delle sue atmosfere senza tempo e per ammirare «l'immensa prospettiva di linee digradanti e di torrenti rifinite dal completo e semplice contorno dell'Etna al di là dal mare, certamente una delle più suggestive scene che si possano trovare nella bella Italia».

TAPPA

1

Da Pentedattilo a Bagaladi

Distanza: 17 km
Ore di cammino: 6

Si lascia il borgo di **Pentedattilo** (257 m, incrocio Cammino Basiliano) dalla chiesa della Candelora, percorrendo la vecchia via di accesso al centro storico. Dopo il primo tornante si segue la strada sterrata che costeggia la rocca sulla destra e si continua fino a raggiungere la borgata di Sant'Antonio. Si prosegue a destra e, dopo un breve tratto, si imbecca la strada che scende verso il **torrente San Vito** (fiumara di Annà): giunti sul greto pietroso del torrente, lo si risale per un brevissimo tratto fino a giungere ai ruderi di alcune case coloniche. Dalle costruzioni si imbecca la strada sterrata in salita che risale il versante di Vigna della Corte, opposto a quello da cui si è arrivati. Il panorama diventa sempre più suggestivo, con le rocche di Pentadattilo e Santa Lena, e il blu dello stretto di Messina con l'Etna sullo sfondo. La salita termina a **Punta di Leo** (502 m) e da qui si prosegue sul crinale in direzione nord: il panorama cambia radicalmente e la vista si apre sulla sottostante vallata del Tuccio. Dopo un tratto in quota ricomincia una leggera salita tra gli ulivi e, dopo qualche tornante, appare sulla sinistra il monte Bosso (664 m) con le sue formazioni rocciose a pinnacoli simili a quelle di Pentadattilo. A un quadrivio si segue verso destra una strada sterrata che sale in mezzo agli uliveti, fino a una sella dove si trova una casa colonica: si prosegue fin quasi a **punta d'Argento** (743 m), dove sulla destra si vede la sagoma del monte Scarrone (voce dialettale per 'dente canino'). Si procede nella stessa direzione fino a un trivio con una costruzione in muratura: qui si svolta a destra e si inizia a scendere verso la **fiumara Paludi**, affluente del Pristeo, a sua volta affluente della fiumara del Tuccio. La strada porta direttamente nel **greto** (448 m), che va percorso fino alla confluenza con il **Pristeo** (fontana con abbeveratoio). Si prosegue in discesa fino all'incrocio con la fiumara del Tuccio: risalendone il letto, si incrocia sulla sinistra un affluente del Tuccio che attraversa Bagaladi (traliccio). Si continua ancora per un breve tratto e, sempre sulla sinistra, si incrocia un secondo affluente rettilineo del Tuccio, con grandi argini in pietra. Si procede lungo la stradina sull'argine e si arriva nel centro di **Bagaladi** (475 m, incrocio Cammino Basiliano).



TAPPA

2

Da Bagaladi ad Amendolea Nuova

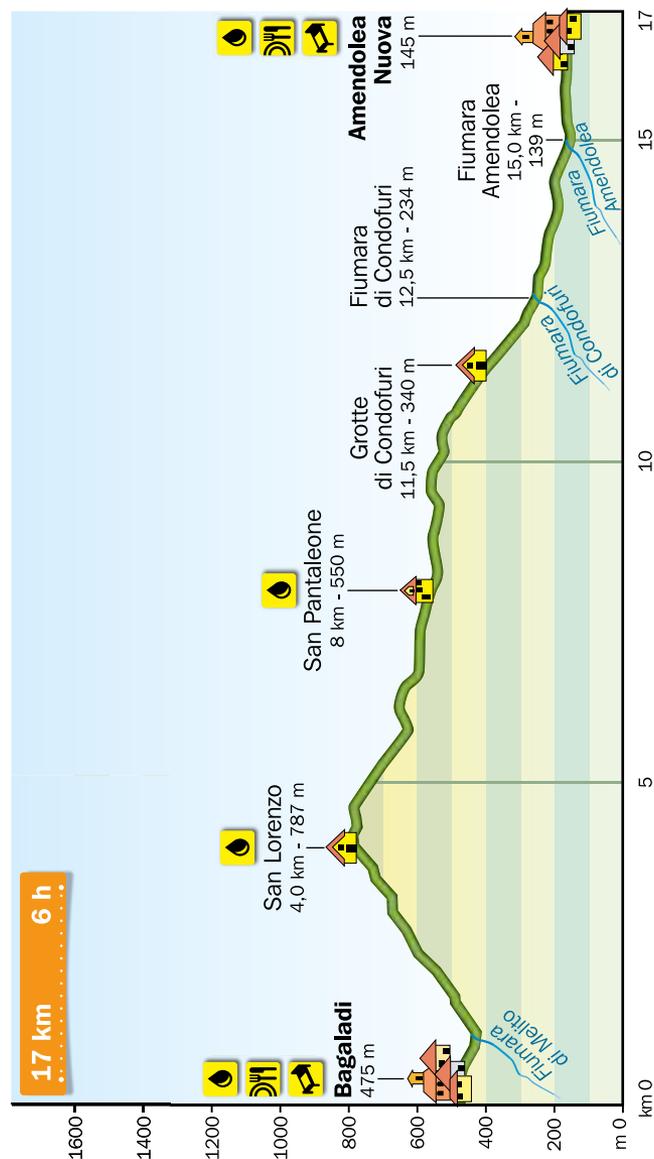
Distanza: 17 km
Ore di cammino: 6

Si parte da piazza Berlinguer, nel centro storico di **Bagaladi** (475 m), per scendere verso la fiumara del Tuccio e poi risalire, attraversando gli uliveti, in direzione del centro storico di **San Lorenzo** (787 m), dove si raggiunge la caratteristica piazza principale ombreggiata da un olmo secolare. Lasciato il vecchio borgo si continua in direzione di San Pantaleone, giungendo davanti al santuario settecentesco della Maria Assunta della Cappella; il complesso, che si trova nella frazione omonima, conserva un'icona della Madonna Nera risalente con molta probabilità al XII secolo.

Raggiunto il borgo agricolo di **San Pantaleone** (550 m) si prosegue in direzione dell'imponente corso della fiumara di Condofuri, attraversando campi che un tempo erano coltivati a grano e la caratteristica località di **Grotte di Condofuri**, che conta solo 20 abitanti. Arrivati al corso della **fiumara di Condofuri** (234 m), la si attraversa per giungere alla località Rocca di Lupo, alla confluenza con la **fiumara Amendolea**. Davanti appare la caratteristica località abbandonata di Amendolea Vecchia, dominata dal castello della nobile famiglia Ruffo di Calabria. Superata la fiumara si raggiunge la struttura dell'agriturismo e azienda agricola Il Bergamotto (145 m); qui si può pernottare in camere ricavate in un vecchio mulino e altre antiche strutture agricole, e godere di un'ottima cena a base di prodotti tipici locali.

Volendo si può raggiungere a piedi il centro abbandonato di Amendolea Vecchia. Per farlo, dall'agriturismo si procede in salita attraversando le poche case di **Amendolea Nuova**, e da qui si segue la ripida strada fino al parcheggio ai piedi del castello. Raggiunte le mura dell'antica fortezza (325 m; attenzione alle molte murature instabili), si scende fino alle case del borgo abbandonato, affacciate a balcone sullo spettacolare corso della fiumara Amendolea che si allunga fino al mare.

Nota. Quando la fiumara Amendolea è in piena non è guadabile, per cui occorre superarla passando per il ponte della strada asfaltata, allungando il percorso di 4 km circa. Informazioni sullo stato del fiume si possono chiedere contattando l'agriturismo Il Bergamotto.



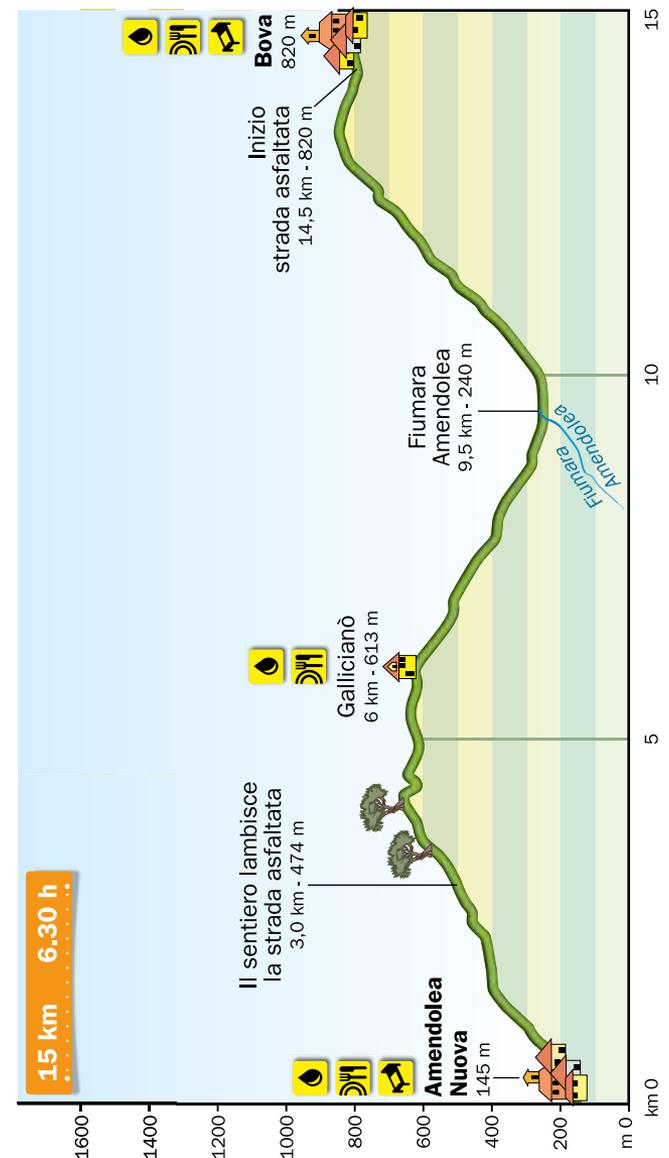
TAPPA
3

Da Amendolea Nuova per Gallicianò a Bova

Distanza: 15 km
Ore di cammino: 6.30

Dall'agriturismo **Il Bergamotto** (145 m) si segue il sentiero che inizia alle spalle dell'azienda fino alla fiumara Amendolea: dopo averla attraversata e superato un cancello in ferro, si continua su una sterrata verso monte tra i campi coltivati, fino a un ampio terrazzamento. Sulla destra, dopo alcuni alberi di pero, si segue un sentiero tra i fichi d'India lungo un costone ai piedi del **monte Maradha** (415 m). Da qui si segue la pista panoramica e pianeggiante che porta alla località di **San Simio** (474 m), toccata dalla strada asfaltata che collega la SS106 Jonica a Gallicianò. Poco prima di giungere alla strada asfaltata, scendendo a destra lungo la pista, si incrocia un sentiero a sinistra che sale ripido: lo si percorre, tenendo come punto di riferimento le case in alto della località **Palazzine di Gallicianò** (626 m). Si attraversano coltivi e uliveti fino a una **vasca** in cemento con **fontana**; la si lascia sulla sinistra e, superati alcuni ulivi secolari, si continua in direzione di una recinzione. Attraversato un piccolo impluvio, si sale per qualche minuto fino a giungere su una strada sterrata. Si prosegue a destra per circa cinque minuti, per poi continuare su un sentiero ben visibile che sale ripido a sinistra. Guadagnata la strada asfaltata in località Palazzine si continua a destra fino a raggiungere **Gallicianò** (613 m, incrocio Cammino Basiliano). Si lascia il paese in discesa, seguendo prima un viottolo e poi tratti di sentiero, sempre in magnifica vista sulla sottostante **fiumara Amendolea**, che si raggiunge dopo circa un'ora. Superato l'ampio greto della fiumara, si risale sul versante opposto su un sentiero che si inerpica tra la vegetazione rada e i muretti a secco, sempre in vista della fiumara ormai alle spalle. La salita richiede un paio d'ore fino all'inizio di una strada asfaltata (820 m) che in altri 2 km circa di facili saliscende conduce al centro di **Bova** (820 m, incrocio Cammino Basiliano).

Nota. Prima di mettersi in cammino è indispensabile informarsi sulla portata della fiumara Amendolea. Se la quantità d'acqua impedisse l'attraversamento, si può raggiungere Bova seguendo il sentiero CAI n. 152 che da Amendolea Nuova sale direttamente a Bova senza passare per Gallicianò; la distanza è di circa 8 km e richiede 3 ore di cammino. L'itinerario è in salita ma piuttosto semplice, per campi, piccoli pascoli e terrazzamenti con grandi querce secolari. Per informazioni sull'attacco del sentiero ci si può rivolgere all'agriturismo Il Bergamotto.



TAPPA

4

Da Bova ai panorami di Monte Grosso

Distanza: 19 km
Ore di cammino: 6

Dal campo sportivo di **Bova** (788 m), superata la ex caserma della Forestale, si prende una mulattiera sulla destra fino a incrociare la SP24. La si attraversa e si continua sulla mulattiera, nel primo tratto non ben visibile, fino a tornare sulla strada asfaltata (1052 m), che si segue fino al **passo della Zita** o **Portella di Bova** (995 m). Poco prima del ponte, un sentiero scende sulla destra sotto l'arcata e riprende la mulattiera fino a un ovile. Più avanti si torna sulla strada asfaltata vicino alla fontana della località Travi, da cui si prosegue in salita per qualche centinaio di metri fino a una sterrata sulla sinistra in prossimità di una curva. La si percorre lungo una recinzione, con panorami sulla fiumara Amendolea e sui suoi borghi, fino a raggiungere la vecchia **strada per Roghudi** (1052 m). La si percorre verso destra per un centinaio di metri fino al primo tornante, da dove a sinistra parte un sentiero. Si supera la fontana di Maru Mustazzu e, attraversata una pineta, si incontra una baracca. Si sale verso un grande casolare in cemento, poi si continua a sinistra costeggiando una recinzione che delimita una costruzione metallica. Superato un altro casolare abbandonato, si continua tra le felci e si raggiunge una sterrata, che si segue in salita fino a un **punto panoramico** alla base del **Monte Grosso** (1137 m). Proseguendo in salita in mezzo alla pineta, si giunge a una casetta di lamiera. Si continua sulla sinistra, poi un sentierino sulla destra conduce sul **crinale** (1140 m), dove si apre un bel panorama su **Ghorio di Roghudi** (1246 m) e sulle cime dell'Aspromonte. Tornati alla casetta si prosegue sulla sterrata che conduce al Casello San Salvatore (alcuni incroci potrebbero disorientare: bisogna tenere sempre la destra). Uscendo dal cancello del casello si prosegue a destra in discesa verso Bova per poco più di 2 km, fino alla **croce di San Leo** (edicola votiva). Dopo circa 50 m si lascia la strada asfaltata a sinistra e si procede lungo una sterrata in discesa fra i castagni, fino a un bivio sopra un ovile di lamiera. Si prosegue sulla sterrata e, superata una fonte in località **Calojero**, si giunge al campo sportivo di **Bova**. In alternativa, dal Monte Grosso si può rientrare a Bova seguendo la via dell'andata.



TAPPA

5

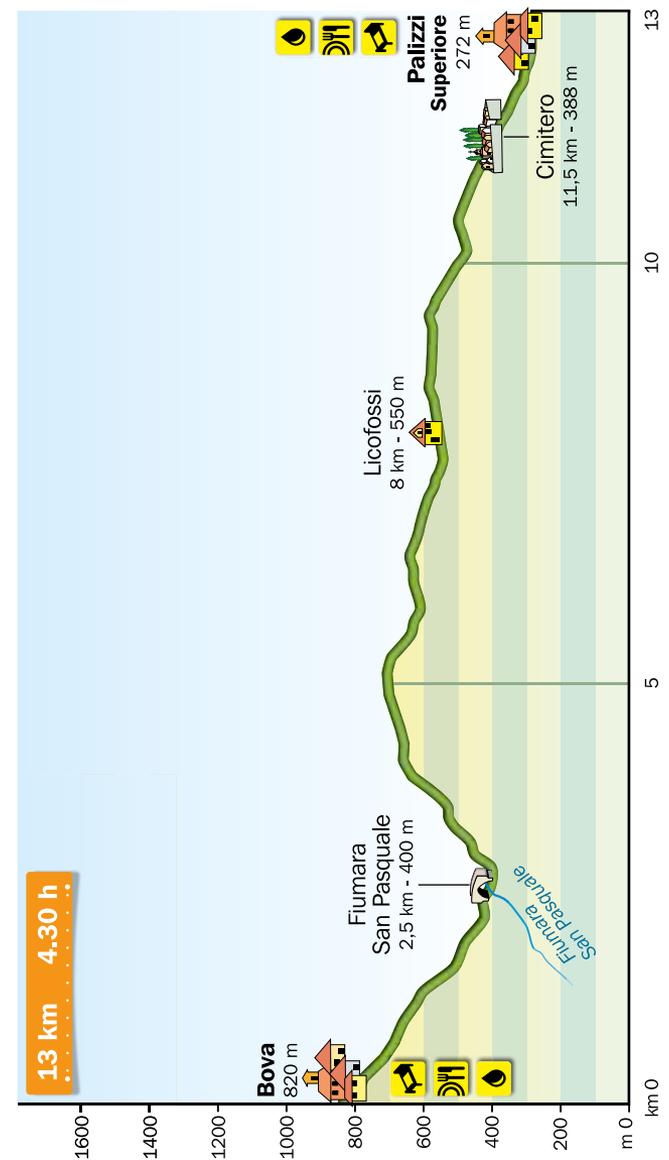
Da Bova a Palizzi Superiore

Distanza: 13 km
Ore di cammino: 4.30

Si parte dal centro di **Bova** (820 m) e si segue via Borgo fino a raggiungere la bottega Al Borgo, dove si svolta a destra prendendo una stradina in cemento. Al primo incrocio si gira a sinistra su un sentiero che porta a una casa e a una piazzola attrezzata per la sosta dei camper. Superata la casa, poco prima della piazzola si continua per un breve tratto in discesa sul selciato fino ad arrivare a un piccolo **abbeveratoio**, oltre il quale il sentiero cementato prosegue fino a raggiungere un cancello in legno.

Si prende a destra fino a toccare un'abitazione delimitata da un muro di cinta; dopo circa 15 minuti si incrocia una strada in cemento, che si percorre fino a una casa sulla sinistra. Si riprende la mulattiera in cemento e la si percorre per circa 10 minuti fino a una curva, da dove inizia il percorso in discesa di una bella mulattiera che, nel breve tratto iniziale, non è facilmente individuabile. Si scende fino a un rudere sulla sinistra e, dopo averlo superato, si continua a scendere lungo la pista sterrata per poi riprendere la mulattiera sulla destra. Si prosegue in discesa, in direzione dei ruderi di un mulino ben visibile dall'alto, fino a raggiungere la **fiumara San Pasquale** (400 m).

Si attraversa il greto su un ponte e si prosegue in salita sull'altro versante, fino a un grande manufatto rurale abbandonato: da qui si prende un sentiero sulla destra che sale a una sella tra le rocce. Un percorso ben visibile porta ad altri due ruderi, da dove si scende fra i terrazzamenti sino a riprendere il sentiero in prossimità di una roccia. Proseguendo sul sentiero, dopo circa 10 minuti si arriva a una casa diroccata e si continua fino a un torrente con grandi oleandri. Superato il corso d'acqua, si continua in direzione di un altro rudere, ben visibile durante il percorso, oltrepassato il quale si inizia la salita in direzione della località **Licofossi** (550 m). Si prosegue sulla strada sterrata che da Bova porta a Palizzi e, a un bivio, si continua a destra per circa un'ora fino a incrociare la strada che porta al **cimitero** (388 m). Da qui si svolta a sinistra per arrivare in pochi minuti a **Palizzi Superiore** (272 m, incrocio Cammino Basiliano).



TAPPA

6

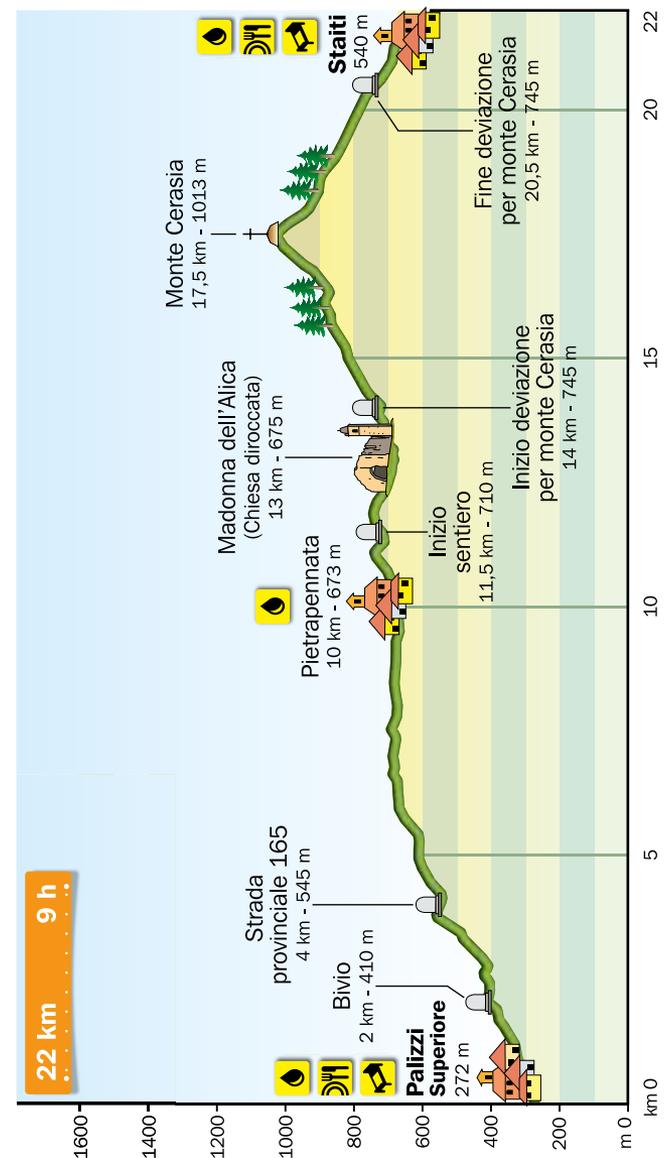
Da Palizzi Superiore a Staiti

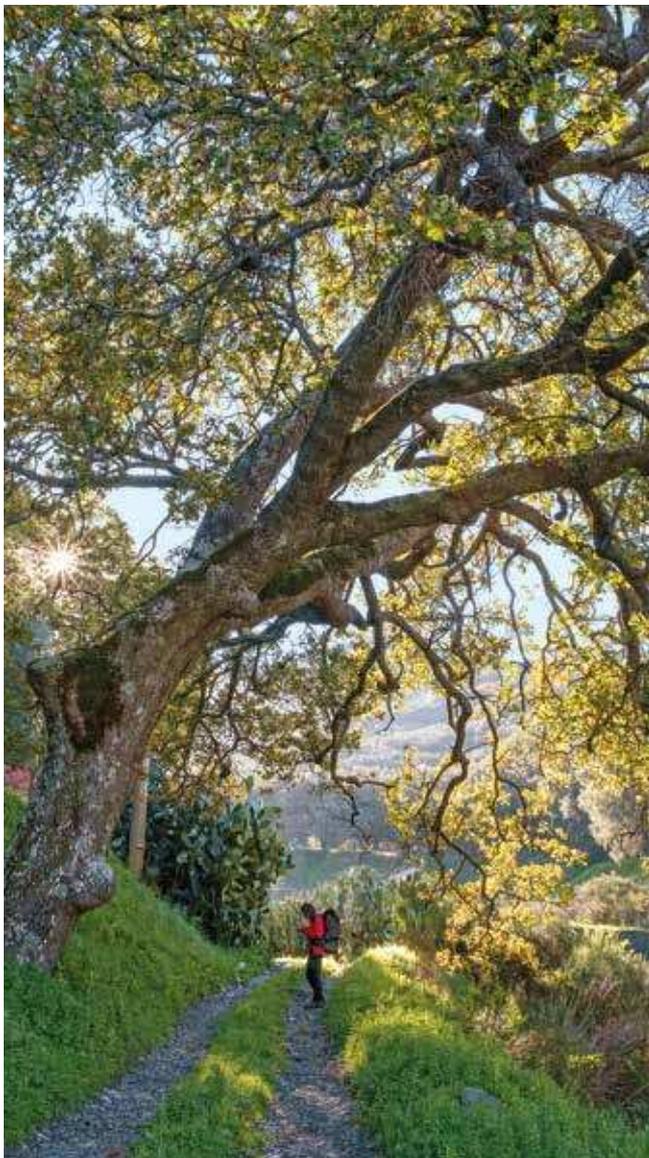
Distanza: 22 km
Ore di cammino: 9

Si parte dal centro di **Palizzi Superiore** (272 m), poi, oltre un ponticello, si segue in salita la SP165, asfaltata. Superate alcune curve si giunge a un tornante a sinistra; subito dopo, si apre sulla sinistra della strada un punto panoramico sull'abitato di Palizzi con le case in pietra aggrappate allo sperone roccioso col castello. Dopo un altro tornante, a circa 2 km dalla partenza (410 m), si imbecca a sinistra una stradina semipianeggiante, anch'essa asfaltata: la si segue per circa 800 m, per lasciarla appena dopo una casa rurale sulla destra e seguire un sentiero in salita.

Dopo poco più di 1 km si torna sulla **provinciale 165** (545 m) e la si segue a sinistra su asfalto fino al piccolo centro di **Pietrapennata** (673 m). Attraversato il borgo, si procede in salita fino a riprendere la provinciale, poi si segue un ripido viottolo asfaltato fino a un tornante a destra. Qui si imbecca a sinistra una deviazione semipianeggiante e ombreggiata che poco più avanti sale a una piccola radura (710 m) con vista a destra sulle creste intorno al monte Cerasia. Alla radura si lascia la strada e si segue un viottolo che poco più avanti diventa uno stradone piuttosto ombreggiato. Poi la vegetazione si dirada e, per saliscendi tra macchia e pascoli, si giunge alla chiesa diroccata della **Madonna dell'Alica** (675 m). Si prosegue per saliscendi parzialmente ombreggiati fino a uno stradone sterrato (745 m). Da qui un percorso di circa 3 km conduce alla cima del **monte Cerasia** (1013 m), molto panoramico, con ampia vista sulle vallate che scendono verso il mare. Il tracciato si svolge lungo un'ampia strada sterrata, parzialmente nel bosco, più scoperta nell'ultimo tratto.

Il ritorno avviene per lo stesso itinerario dell'andata, fino a riguadagnare il punto precedente (745 m). Si tratta di una deviazione di circa 6 km che è possibile saltare nel caso si voglia accorciare la tappa. Un comodo stradone precede la ripida discesa che conduce a **Staiti** (540 m), punto finale dell'intero cammino.





Indirizzi utili

Per l'ideazione e la realizzazione del Sentiero dell'Inglese:
Società Cooperativa e Agenzia di Viaggi Naturaliter, naturaliterweb.it
facebook.com/NaturaliterViaggi, tel. 3289094209, 3473046799

Per altre **informazioni e aggiornamenti:** sentierodellinglese.it

Per eventuali **trasferimenti** del primo e ultimo giorno ci si può rivolgere ai rispettivi contatti dei borghi di Pentedattilo e Staiti.

La **Compagnia dei Cammini** organizza ogni anno tre o quattro viaggi; per le date si può consultare il sito cammini.eu

Pentedattilo

Ospitalità Diffusa, referenti: Francesco Praticò, tel. 3293649711; Ines Mangiola, tel. 3287798213; Rossella, tel. 3407463173

Bagaladi

Ospitalità Diffusa, referenti: Giuseppe Battaglia, tel. 3394021274; Tony Russo, WhatsApp 3480553332

Amendolea

Azienda Agrituristica il Bergamotto di Ugo Sergi, tel. 0965727213, 3476012338, ugosergi@yahoo.it

Galliciano

Per eventuale pranzo: Trattoria greca, tel. 3402178647, 3495010588. Per alloggio e/o visita del Borgo: Giovanni, tel. 3407351293

Bova

Cooperativa San Leo, Ospitalità Diffusa, B&B e ristorazione, tel. 3473046799, 3476447365, www.coopsanleobova.it

Palizzi

Referente Emanuele Maisano, tel. 3389196349

Staiti

Referente Roberto Pangallo, tel. 3805973290



**Il Sentiero Italia
in Calabria**

Il Sentiero Italia in Calabria



Le tappe

- Tappa 1 Reggio Calabria – Gambarie
- Tappa 2 Gambarie – Polsi
- Tappa 3 Polsi – San Luca
- Tappa 4 San Luca – Piani di Zervò
- Tappa 5 Piani di Zervò – Trepitò
- Tappa 6 Trepitò – Passo del Mercante
- Tappa 7 Passo del Mercante – Limina
- Tappa 8 Limina – Fabrizia – Mongiana
- Tappa 9 Mongiana – Serra San Bruno
- Tappa 10 Serra San Bruno – Torre di Ruggiero
- Tappa 11 Torre di Ruggiero – San Vito sullo Ionio
- Tappa 12 San Vito sullo Ionio – Girifalco
- Tappa 13 Girifalco – Tiriolo
- Tappa 14 Tiriolo – Santuario Madonna di Porto
- Tappa 15 Santuario Madonna di Porto – Villaggio Mancuso
- Tappa 16 Villaggio Mancuso – Villaggio Buturo
- Tappa 17 Villaggio Buturo – Caporosa
- Tappa 18 Caporosa – Lorica
- Tappa 19 Lorica – Rifugio Monte Botte Donato
- Tappa 20 Rifugio Monte Botte Donato – Camigliatello Silano
- Tappa 21 Camigliatello Silano – Spezzano Piccolo
- Tappa 22 Spezzano Piccolo – Piano Lago
- Tappa 23 Piano Lago – Casellone forestale di Monte Cocuzzo
- Tappa 24 Casellone forestale di Monte Cocuzzo – Passo della Crocetta
- Tappa 25 Passo della Crocetta – Caserma forestale di Cinquemiglia
- Tappa 26 Caserma forestale di Cinquemiglia – Pietrabanca
- Tappa 27 Pietrabanca – Passo dello Scalone
- Tappa 28 Passo dello Scalone – Sant'Agata di Esaro
- Tappa 29 Sant'Agata di Esaro – Madonna del Pettoruto
- Tappa 30 Madonna del Pettoruto – Piano di Lanzo
- Tappa 31 Piano di Lanzo – Piano Novacco
- Tappa 32 Piano Novacco – Morano Calabro

Il Sentiero Italia in Calabria

'Sentiero Calabria' è un progetto che mira a valorizzare il territorio e i parchi calabresi attraversati dal Sentiero Italia, il grande itinerario escursionistico che percorre l'intera penisola italiana partendo dal versante meridionale delle Alpi e seguendo l'intera dorsale appenninica, isole comprese. Nato all'inizio degli anni '80 e sviluppato in anni recenti dal Club Alpino Italiano, l'intero tragitto si snoda per circa 7000 km con un totale di 500 tappe. Il tracciato è segnato sul terreno con segnavia bianchi e rossi che recano la dicitura SI.

Il Sentiero Italia in Calabria riutilizza in molti tratti trekking e alte vie preesistenti, come il Sentiero del Brigante che, nel Sud della regione, segue da vicino la dorsale dell'Aspromonte e delle Serre. Da questi tracciati e dai relativi sentieri di raccordo è nato il Sentiero Calabria, che si sviluppa su **654 km** per **32 tappe**, collegando Reggio Calabria nell'estremo Sud con Morano Calabro a ridosso del confine lucano. Questo lungo tracciato escursionistico non sempre offre al camminatore luoghi attrezzati per il pernottamento, per cui va organizzato con cura prima della partenza.

Un **sito** e un **app** del Sentiero Calabro sono in via di allestimento. Molte **informazioni** e le **tracce gps** sono reperibili sul sito del Sentiero Italia: sentieroitalia.cai.it

L'Aspromonte

Il Sentiero Calabria inizia a Reggio Calabria e attraversa innanzitutto il Parco Nazionale dell'Aspromonte, svolgendosi per circa 10 giorni nel gruppo montuoso più meridionale della penisola. Qui ricalca in parte il tracciato del Sentiero del Brigante (vedi pag. 68), sul quale si innesta a Gambarie, dopo la salita che dalla costa guadagna l'altopiano.

I camminatori hanno subito modo di fare conoscenza con questo massiccio che come un'isola si erge possente tra lo Ionio e il Tirreno, offrendo maestosi paesaggi creati dal connubio tra estese foreste di faggio, pino laricio e abete bianco, e una geologia quanto mai varia che ha permesso la formazione di pianori, valloni e profonde forre.

Il sentiero tocca luoghi di grande fascino come la valle delle Grandi Pietre, dove l'erosione ha modellato la roccia arenaria fino a formare gigantesche sculture naturali. Dal punto di vista culturale, si ha modo di visitare luoghi leggendarî come il santuario di Polsi, meta di uno storico pellegrinaggio, posto in una profonda valle al piede di Montalto, la prin-

cipale cima aspromontana. E luoghi ricchi di storia come Mongiana, dove in epoca borbonica fu in funzione il grande stabilimento siderurgico della Ferdinanda, con una fonderia e una fabbrica di armi che sfruttavano le miniere della zona. Lasciati alle spalle i rilievi dell'Aspromonte, il sentiero si inoltra poi nel paesaggio più dolce delle Serre.

Le Serre

Il secondo massiccio montuoso che si incontra lungo il Sentiero Calabria è quello delle Serre calabresi, una serie di rilievi che fanno da ponte tra l'Aspromonte e la Sila. Il nome di queste montagne è probabilmente collegato alla forma del loro profilo seghettato, a ricordare appunto una sega, come nel corrispondente spagnolo *sierra*. I versanti orientali sono molto acclivi e fitti di profonde valli e cascate, mentre la parte occidentale è più dolce.

Oltre ai paesaggi naturali e ai fitti boschi, nei quali ancora si vedono i segni del lavoro dei carbonai, il sentiero tocca anche alcuni luoghi di grande importanza culturale, artistica e religiosa. A Serra



Badolato, la chiesa dell'Immacolata

San Bruno si può visitare l'antica certosa di S. Stefano, un'abbazia dei monaci certosini col santuario di S. Maria del Bosco. È un sito di rilevanza mondiale anche grazie alla presenza del sepolcro di san Bruno di Colonia, fondatore dell'ordine dei Certosini. Altro luogo di grande importanza è il santuario della Madonna di Porto, a poca distanza dal borgo di Gimigliano. È tra i luoghi mariani più noti e frequentati della Calabria e nel 2013 è stato elevato a Basilica Minore Pontificia.

Villaggio Mancuso è un altro luogo toccato dal Sentiero Calabria nell'area delle Serre. Conosciuto anche come Piccola Svizzera in virtù del suo stile architettonico, è un insediamento turistico sorto circa un secolo fa in una fitta pineta per iniziativa dell'imprenditore Eugenio Mancuso. Oggi conserva intatto il suo fascino ed è un bene tutelato.

Alla fine delle tappe nelle Serre, ci si para innanzi la mole della Sila, dove si svolgeranno i giorni successivi.

La Sila

Provenendo dalle Serre, il Sentiero Calabria interseca il tracciato del Cammino Calabria Coast to Coast (vedi pag. 56), che collega Soverato sullo Ionio a Pizzo Calabro sul Tirreno. Successivamente entra nell'area montuosa vera e propria della Sila, celebre per i suoi maestosi boschi e i paesaggi di atmosfera nordica. Qui, nel cuore del Parco Nazionale, si svolge quasi una settimana di cammino attraverso boschi tra i più estesi e antichi d'Italia che occupano la gran parte della superficie di questo massiccio montuoso e del suo vasto altopiano. L'esempio più spettacolare è il sito dei Giganti della Sila, una riserva naturale dove svetta un gruppo di quasi 60 maestosi larici centenari che raggiungono i 45 m d'altezza. Alcuni tronchi hanno un diametro alla base di oltre 2 metri. Il termine Sila potrebbe derivare dalla lingua osca, poi deformata nel latino *silva*, cioè bosco.

Per Camigliatello Silano, storica stazione sciistica nel comune di Spezzano della Sila, passa il vecchio treno a vapore della Sila, esperienza molto affascinante possibile su prenotazione secondo un calendario prestabilito.

Il sentiero si sposta verso ovest e si inoltra nella Catena Costiera cosentina, dove incrocia per un breve tratto il Cammino di San Francesco di Paola, in particolare presso la Caserma forestale di Cinquemiglia e il piccolo specchio d'acqua del Laghicello, circondato da una fitta faggeta.



Nella faggeta che circonda il Laghicello

Il Pollino

Il quarto e ultimo tratto del Sentiero Calabrese prosegue nella parte settentrionale della Catena Costiera, dalla quale raggiunge poi il massiccio del Pollino nell'omonimo Parco Nazionale, il più esteso d'Italia, che dal 2015 fa parte della rete mondiale dei Geoparchi Unesco.

Prima di arrivarci, il sentiero compie alcuni saliscendi e attraversa un'area di lingua occitana presso Guardia Piemontese, dove nel XII secolo si insediò una comunità valdese proveniente appunto dal Piemonte. Un brusco guadagno di quota raggiunge il Passo dello Scalone, dopo il quale ci si affaccia sui vasti e aspri paesaggi calcarei del Pollino. Questo massiccio è noto per le sue pareti, per i versanti scozzesi chiamati *timpe*, per le forre e le profondissime grotte, per le maestose faggete e per una delle più insolite e affascinanti specie arboree d'Italia: il pino loricato, simbolo del parco. Molti esemplari di questo albero contorto e solitario si possono vedere alle quote più elevate del massiccio montuoso.

Il tratto calabrese del Sentiero Italia si conclude nel borgo di Morano Calabro, su un cocuzzolo affacciato sulla conca di Castrovillari. Da qui si gode una splendida vista sulle bastionate meridionali del Pollino. In alto si scorgono le creste rocciose, e il profilo austero di qualche pino loricato lascia immaginare il paesaggio attraversato dalle tappe successive del sentiero che entra in Basilicata e prosegue poi lungo la dorsale appenninica, fino alle Alpi.



Un contorto esemplare di pino loricato sui monti del Pollino

Il Cammino Basiliano



Il Cammino Basiliano



Le tappe in Calabria

- | | |
|----------|---|
| Tappa 1 | Rocca Imperiale – Nocara |
| Tappa 2 | Nocara – Oriolo |
| Tappa 3 | Rocca Imperiale – Monte Giordano |
| Tappa 4 | Monte Giordano – Oriolo |
| Tappa 5 | Oriolo – Alessandria del Carretto |
| Tappa 6 | Alessandria del Carretto – Cerchiara di Calabria |
| Tappa 7 | Cerchiara di Calabria – Civita |
| Tappa 8 | Civita – Cassano all'Ionio (o Cassano Allo Ionio) |
| Tappa 9 | Cassano all'Ionio – Terranova da Sibari |
| Tappa 10 | Terranova da Sibari – San Demetrio Corone |
| Tappa 11 | San Demetrio Corone – Acri |
| Tappa 12 | Acri – Corigliano Calabro |
| Tappa 13 | Corigliano Calabro – Rossano |
| Tappa 14 | Rossano – Paludi |
| Tappa 15 | Paludi – Longobucco |
| Tappa 16 | Paludi – Cropolati – Longobucco |
| Tappa 17 | Longobucco – Bocchigliero |
| Tappa 18 | Bocchigliero – Campana |
| Tappa 19 | Campana – Perticaro |
| Tappa 20 | Perticaro – Verzino |
| Tappa 21 | Verzino – Pino Grande |
| Tappa 22 | Savelli – San Giovanni in Fiore |
| Tappa 23 | San Giovanni in Fiore – Lago Ampollino |
| Tappa 24 | WILD San Giovanni in Fiore – Lago Ampollino |
| Tappa 25 | Lago Ampollino Trepido Cotronei – Petilia Policastro
Santa Spina |
| Tappa 26 | WILD Lago Ampollino – Gariglione |
| Tappa 27 | San Giovanni in Fiore – Caccuri |
| Tappa 28 | Caccuri – Santa Severina |
| Tappa 29 | Santa Severina – Petilia Policastro |
| Tappa 30 | Petilia Policastro – Mesoraca |
| Tappa 31 | Mesoraca – Sersale |
| Tappa 32 | WILD Gariglione – Sersale |
| Tappa 33 | Sersale – Sellia Superiore |
| Tappa 34 | Sellia – Villaggio Mancuso |
| Tappa 35 | Villaggio Mancuso – Pentone |
| Tappa 36 | Pentone – Catanzaro |
| Tappa 37 | Sellia Superiore – Catanzaro |



Tappa 38	Catanzaro – Tiriolo
Tappa 39	Tiriolo – San Floro
Tappa 40	San Floro – Squillace
Tappa 41	Squillace – San Vito sullo Ionio
Tappa 42	San Vito sullo Ionio – Torre di Ruggiero
Tappa 43	Torre di Ruggiero – San Sostene – Satriano
Tappa 44	Torre di Ruggiero – Satriano
Tappa 45	Satriano – Sant’Andrea Apostolo dello Ionio
Tappa 46	Sant’Andrea Apostolo dello Ionio – Badolato
Tappa 47	Badolato – Guardavalle
Tappa 48	Torre di Ruggiero – Serra San Bruno
Tappa 49	WILD Serra San Bruno – Bivongi
Tappa 50	Serra San Bruno – Bivongi
Tappa 51	Guardavalle – Bivongi
Tappa 52	Bivongi – Stilo – Pazzano – Monte Stella
Tappa 53	Bivongi – Pazzano – Monte Stella
Tappa 54	Monte Stella – Sant’Ilarione
Tappa 55	Sant’Ilarione – Gioiosa Ionica
Tappa 56	Gioiosa Ionica – Gerace
Tappa 56bis	Gioiosa Ionica – Mammola – Gerace
Tappa 57	Gerace – Ardore
Tappa 58	Gerace – Bovalino Superiore (via Ciminà)
Tappa 59	Ardore – Bovalino Superiore
Tappa 60	Bovalino – Bianco
Tappa 61	Bianco – Samo
Tappa 62	Samo – Staiti
Tappa 63	WILD Samo – Africo Vecchio
Tappa 64	Staiti – Palizzi
Tappa 65	Palizzi – Bova
Tappa 66	WILD Africo Vecchio – Gallicianò
Tappa 67	Bova – Bagaladi
Tappa 68	WILD Gallicianò – Bagaladi
Tappa 69	Bagaladi – Pentedattilo
Tappa 70	Pentedattilo – Motta San Giovanni
Tappa 71	Motta San Giovanni – Armo
Tappa 72	Armo – Reggio Calabria

Sulle tracce di san Basilio

73 tappe calabresi, oltre a 9 giornate di cammino in Basilicata, e **1535 km** di sviluppo: questi i numeri del **Cammino Basiliano**, che collega Reggio Calabria a Lauria e segue idealmente le tracce e i ricordi dei monaci che s’ispirarono alla vita di san Basilio. Le montagne attraversate sono le più importanti della regione: dal Pollino alla Sila, dalle Serre all’Aspromonte; e il percorso incrocia i tracciati del Cammino di San Francesco di Paola, di Calabria Coast to Coast, del Sentiero del Brigante e del Sentiero dell’Inglese. Un progetto di ampio respiro e un *work in progress* con lo scopo di suggestionare il viandante con la bellezza della natura, la tradizione orientale giunta in queste terre secoli fa e le tradizioni e i sapori della Calabria.

Per informazioni: Associazione Cammino Basiliano, via Coriolano 1 Sersale (CZ), camminobasiliano.it - info@camminobasiliano.org

Il Pollino

Il primo tratto del Cammino Basiliano si sviluppa sul massiccio del Pollino, al confine con la Basilicata, e parte da Rocca Imperiale, scelta da Federico II per la costruzione del castello svevo che ancora domina l’abitato. Da qui, passando per Montegiordano o per Nocera su vecchie piste, il tracciato prosegue verso Oriolo, con il suo centro storico sormontato dal castello normanno che controlla la valle del Ferro.

Più avanti s’incontra la piccola comunità *arbëreshë* di Farneta e si giunge ad Alessandria del Carretto, il borgo più alto del Parco Nazionale del Pollino: lungo il cammino si aprono ampie vedute sulle montagne e sul golfo di Taranto. S’incontra poi la piana di Sibari dominata dal borgo medievale di Cerchiara di Calabria, e da qui il sentiero che conduce a Civita tocca il principale santuario della zona: la Madonna delle Armi. Incastonato sotto la vetta del monte Selaro, il complesso è sorto sui resti di un antico sito monastico bizantino, e il nome deriva dal greco *tōn armōn*, ovvero ‘delle grotte’. Civita – che si trova all’in-



Il santuario della Madonna delle Armi, nel territorio di Cerchiara

terno della Riserva naturale Gole del Raganello – accoglie una delle comunità albanesi rifugiatesi in Calabria in seguito alle persecuzioni turche del XV secolo e ancora oggi la lingua, il rito religioso e i costumi tradizionali sono mantenuti vivi dagli abitanti locali.

Lasciati alle spalle i panorami del Pollino, il paesaggio si distende fra dolci colline e uliveti e il cammino tocca Cassano allo Ionio, Terranova da Sibari e infine San Demetrio Corone, le cui origini sono legate alla presenza di monaci italogreci.

La Sila

La seconda area montuosa attraversata è l'altopiano della Sila: famoso per le sue foreste con paesaggi che ricordano quelli del Nordeuropa, è tutelato dal Parco Nazionale della Sila. Il borgo di accesso è Acri, cui segue Corigliano Calabro, dal cui castello di epoca normanna si gode di un panorama unico sulla piana di Sibari e sul Pollino. La tappa successiva conduce all'abbazia di S. Maria del Patire, complesso monastico basiliano sorto all'inizio dell'XI secolo; poi il percorso procede per Rossano, centro spirituale dell'impero bizantino, dove si trovano la chiesa della Panaghia e la Cattedrale di Maria Santissima Achiropita: qui è stato rinvenuto il *Codex Purpureus Rossanensis*, un evangelario del VI secolo, Patrimonio Unesco. Tappe successive del viaggio sono Paludi, Cropolati, Longobucco e Bocchigliero, borghi montani che furono insediamenti di monaci basiliani. A Campana si ammirano i sorprendenti



Le rocce dette 'della campana ncallicata' presso Bocchigliero

Giganti di Pietra e il cammino incontra poi Perticaro, Verzino e Savelli per giungere a San Giovanni in Fiore, dove sorge l'abbazia Florense del XII secolo, uno dei più grandi edifici religiosi della Calabria, che venne fondata da Gioacchino da Fiore. Il percorso supera il lago Ampollino, poi le alture della Sila iniziano a digradare verso Petilia Policastro, il castello di Caccuri e il borgo di Santa Severina, con il suo castello normanno, la Cattedrale e il battistero bizantino. Superati i santuari della Santa Spina e dell'Ecce Homo si attraversa la Riserva Naturale Regionale Valli Cupe, con i suoi castagni secolari e le molte cascate, fino a scorgere il panorama sul golfo di Squillace. Oltre il cuore della Sila Piccola si raggiunge Catanzaro, capoluogo della regione, arroccata su tre colli con splendide vedute sul mare Ionio e sui monti che il cammino si è lasciati alle spalle.

Le Serre

Il terzo massiccio montuoso che s'incontra è quello delle Serre calabresi: questo tratto inizia con una tappa panoramica da San Floro a Squillace, antico borgo in cui Cassiodoro, politico e scrittore romano, fondò il monastero di *Vivarium* all'inizio del VI secolo. Da Squillace si procede per San Vito sullo Ionio, seguito da Torre di Ruggiero, Satriano, San Sostene e Sant'Andrea Apostolo dello Ionio: il cammino che attraversa questi borghi medievali fino a Badolato offre straordinari affacci sul golfo di Squillace. Fondata da Roberto il Guiscardo nel 1080, Badolato fu un centro basiliano: sul sito della chiesa dell'Immacolata sorgeva probabilmente uno dei tre cenobi descritti da padre Giovanni Fiore da Cropani. Più oltre si procede per Guardavalle, passando per i ruderi del monastero basiliano della Madonna della Neve, per arrivare alla 'Vallata bizantina dello Stilaro', coronata dai tre paesi di Bivongi, Stilo e Pazzano. Da non perdere a Bivongi è il monastero di S. Giovanni Theristis (XI secolo), dove oggi dimora una piccola comunità di monaci ortodossi romeni. Una variante del cammino raggiunge Bivongi dopo aver toccato Serra San Bruno, con la certosa di S. Stefano edificata da Bruno di Colonia, fondatore dell'ordine dei Certosini. Stilo ha origini che risalgono al VI-VII secolo, quando piccole comunità di monaci eremiti si stabilirono nelle grotte naturali; il monumento più importante dell'epoca bizantina è la Cattolica. Oltrepassata Pazzano – la cui storia mineraria risale all'epoca della Magna Grecia – il cammino tocca il santuario di Monte Stella e poi l'eremo di S. Ilarione, a Caulonia. Solo un breve tratto del percorso sulle Serre manca ormai per raggiungere Gioiosa Ionica.

Taccuino per il viaggio

L'Aspromonte

Il massiccio montuoso più meridionale della Calabria è quello dell'Aspromonte, sulle cui pendici s'incontrano le ultime comunità di lingua grecanica. Questa sezione del cammino inizia da Gerace e giunge a Bovalino Superiore passando per il borgo di Ardore per poi toccare Bianco e poi Samo, da cui è possibile arrivare al villaggio abbandonato di Africo Vecchio, oppure a Staiti, borgo all'interno del Parco Nazionale dell'Aspromonte. Qui si trova la chiesa di S. Maria dei Tridetti (XI secolo), uno dei monumenti più importanti dell'epoca bizantino-normanna. Lungo un tragitto che ripercorre la prima tappa del Sentiero dell'Inglese (vedi pag. 54), il cammino porta a Palizzi e alle porte di Bova – considerata la capitale della Calabria greca – che sorge su uno sperone roccioso a 820 m di quota.

La vallata della fiumara Amendolea è il cuore dell'insediamento di lingua greco-calabra, che si è conservata anche grazie al forte isolamento di queste contrade. Il villaggio di Galliciano, che conta appena 60 abitanti, è particolarmente attaccato alla sua tradizione; vi sorge la chiesetta ortodossa della *Panaghia tis Elladas* (Madonna di Grecia) che ha ricevuto la visita del patriarca di Costantinopoli Bartolomeo. Tappa successiva è il borgo di Pentedattilo, che conserva le radici greche nel nome (che significa 'cinque dita'), dovuto alla forma della rupe su cui è stato costruito l'abitato. La discesa prosegue in direzione di Motta San Giovanni con i resti del suo castello bizantino di S. Niceto e l'ultima tappa del Cammino Basiliano conduce fino al duomo di Reggio Calabria. Il viaggio si conclude con una passeggiata sul suo lungomare, definito da Gabriele D'Annunzio «il più bel chilometro d'Italia», e una visita ai Bronzi di Riace custoditi dal Museo Archeologico Nazionale.



Veduta sul borgo di Staiti



