



# Club Alpino Italiano

## Sezione di Foggia



Domenica 05 ottobre 2014

### ESCURSIONE SULL'ALTA VIA DEI MONTI LATTARI AL MONTE COMUNE ( 877 m) E AL MONTE VICO ALVANO (640 m) DA S. MARIA A CASTELLO

Intersezionale con il CAI di Napoli

**Responsabili:** Ester Guida (346.1769210) CAI Foggia e Giuliana Alessio (339.6545655 ) CAI Napoli

**Quota massima:** 877 metri

**Dislivello:** circa 450 m salita - 650 m discesa - **Durata :** 5h circa (escluso soste)

**Difficoltà:** E

**Lunghezza:** 10,00 km

**Appuntamento:** ore 6:30 davanti Liceo Scientifico "A. Volta" - **Partenza:** ore 6:45 stesso luogo.

**Rientro:** in serata

**Viaggio di trasferimento con auto proprie o pullman (se raggiungiamo il numero)**

**Acqua:** si consiglia di portare almeno 2 litri.

**Previsioni meteo:** comunicate il venerdì precedente la partenza in sede.

**Attrezzatura necessaria:** Scarponcini da trekking (**obbligatori**), abbigliamento a strati da montagna, giacca a vento, bastoncini da trekking (consigliati).

**L' escursione non presenta difficoltà tecniche, ma occorre buon allenamento.**

Il sentiero che da S. Maria a Castello (frazione di Vico Equense) a quota 660 m porta in un'ora alla cima del Monte Comune ( 877 m ) fa parte dell'Alta Via dei Monti Lattari ( segnavia 00) e, salendo attraverso terrazzamenti coltivati, castagneti e qualche tratto roccioso, permette una magnifica visuale a picco su Positano e sugli isolotti della costiera amalfitana Li Galli. Dal M.Comune, panoramico punto di vista in cresta, sullo sfondo è visibile Capri con i Faraglioni, in uno scorcio stupendo dal quale l'isola appare tutt'uno con la penisola sorrentina, come in realtà è dal punto di vista geologico, per le bianche rocce carbonatiche di cui è costituita. Alle nostre spalle sarà visibile M.S. Angelo a Tre Pizzi, il gruppo montuoso più alto dei Lattari (1444 m) con altissime pareti rocciose, mentre sulla destra lo sguardo spazia sul versante sorrentino e sul Vesuvio. Proseguendo lungo il sentiero, si scende ripidamente per circa un'ora verso una sella a circa 400 m di quota, per poi risalire, attraverso terreni coltivati e splendidi esemplari di querce, verso la cima del Monte Vico Alvano (640 m, croce in ferro) in circa 40 min. Si tratta di un percorso altamente remunerativo per le numerose emergenze naturalistiche e paesaggistiche, si cammina immersi nella macchia mediterranea, fra lecci, rosmarino, ginestra, erica arborea, cisto, crochi.

Il ritorno avverrà sul sentiero che scende alla frazione di Arola, a circa 400 m.

#### A V V E R T E N Z E

- a) I tempi di percorrenza sono calcolati in eccesso.
- b) I direttori di escursione si riservano di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche.
- c) Gli accompagnatori per la loro responsabilità si riservano di escludere dalla propria escursione i partecipanti non adeguatamente attrezzati e allenati.

