



Club Alpino Italiano Sezione di Foggia

Email: segreteria@caifoggia.it

Sito web: www.caifoggia.it



Domenica 5 Marzo 2017

PARCO NAZIONALE DEL GARGANO: I TRE MARI

Difficoltà: EE **Dislivello:** +/- 1500 m **Quota massima:** m 573

Lunghezza: 28 Km. **Durata:** 10 h circa

Equipaggiamento: a cipolla con scarponi trekking obbligatori

Colazione: a sacco **Acqua:** secondo necessità

Viaggio di trasferimento: con auto proprie

Appuntamento: Biblioteca Provinciale ore 6:20 **partenza ore 6:30**

Rientro nel tardo pomeriggio/sera

Distanza da Foggia: circa 60 km Foggia – Mattinata (Ripe rosse)

Direttori: Raffaele Berlantini (ASE)

DESCRIZIONE

E' uno dei giri più belli del Gargano, ma anche dei più duri.

Percorso ad anello con partenza da Mattinata zona Ripe rosse. Ci si inoltra attraverso un sentiero poco visibile per discendere verso il vallone Mattinatella e a salire verso Coppa Giumenta (573m). Si prosegue verso M. Barone prima di arrivare nella Baia di Vignanotica. Lasciata la spiaggia si procede attraverso un sentiero molto frequentato, fino ad arrivare alla litoranea SS Mattinata – Vieste, da dove per altro sentiero si discende per arrivare a Baia delle Zagare, la nostra 2 meta. Da qui si risale e dopo aver aggirato il M. Scappone si riscende a mare, dove attraverseremo tutta la spiaggia di Mattinatella, la nostra 3 meta. A questo punto ci restano più o meno 3 km e 360m di dislivello prima di raggiungere le auto.

Trekking impegnativo sia per il dislivello (1500 m), sia per il percorso che in alcuni tratti risulta fortemente accidentato e non segnato. Si consiglia a persone che hanno intenzione di partecipare alla traversata di 2 gg in Foresta Umbra.

AVVERTENZE

a) I direttori di escursione si riservano di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle condizioni meteorologiche.

b) Gli accompagnatori per la loro responsabilità si riservano di escludere dalla propria escursione i partecipanti non adeguatamente attrezzati e allenati.

CONDIZIONI FISICHE:

A ciascuno dei partecipanti viene richiesta buona preparazione fisica e senso di responsabilità.

N.B. Venerdì 3 marzo presso la sede del CAI saranno prese le adesioni.