



**DATA: 8 - 9 LUGLIO - 2023**

**ORGANIZZAZIONE: CAI Sezione di Foggia**

**DENOMINAZIONE: Parco Nazionale Appennino Lucano (Val d'Agri)  
Sasso di Castalda**

**IMPEGNO FISICO: lunghezza km 23,57 / dislivello m. 1.073**

**DIFFICOLTÀ TECNICA: BC/OC**

La doppia sigla BC/OC si riferisce alla "Scala delle difficoltà" del percorso (in conformità a quanto indicato dal Gruppo di Lavoro CCE Ciclo-escursionismo CAI) e indica, rispettivamente, la difficoltà in salita/discesa. In questo caso per ciclo-escursionisti di capacità tecnica BUONA CAPACITA'/OTTIME CAPACITA'".

**DURATA: 7 ore (escluse soste)**

**RITROVO SABATO POMERIGGIO: ore 15,30 AEREOPORTO GINOLISA di FOGGIA**

La sera è previsto pernottamento bivacco in tenda a quota oltre m. 1000 nella faggeta la Costara. Altrimenti provvedere con prenotazione di B & B in autonomia.

**DIREZIONE: Tonio Mansueto (360/831622) – Pierluca Salvia (328/4461811)**

**ISCRIZIONE:** Modalità e costi: non soci € 12,00, previa iscrizione effettuata obbligatoriamente entro il venerdì antecedente all'escursione via email a [segreteria@caifoggia.it](mailto:segreteria@caifoggia.it) o recandosi presso la sede CAI di Via G. Imperiale n. 50 (aperta il venerdì sere dalle ore 20.00). I non soci CAI possono iscriversi all'escursione esclusivamente recandosi in sede. Per partecipare alle iniziative, occorre consultare il Regolamento Escursioni, disponibile in sede o sul sito [www.caifoggia.it](http://www.caifoggia.it)

**NOTE:** Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività, alle previsioni meteo ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con sé sufficienti scorte di acqua e cibo. È necessario disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc). È indispensabile una preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.

**NB: È obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione. E' indispensabile essere muniti di ausili di protezione per il tratto tecnico di discesa**



Per ulteriori informazioni potete rivolgervi alla sede CAI ogni venerdì dalle ore 20.00 alle ore 21.00,



telefonare allo stesso orario allo 347/5654232 oppure consultare il ns. sito [www.caifoggia.it](http://www.caifoggia.it) **pagina 2 / 3**

### Gruppo

Via G.  
Club Alpino Italiano - sezione di  
Imperiale n. 50  
Via G. Imperiale n. 50  
- 71122 Foggia 71122 Foggia Tel.  
347/5654232 – web [www.caifoggia.it](http://www.caifoggia.it)

## Avvicinamento alle vie ferrate Arenazzo e Belvedere e giro in mtb del Frassati lucano



Partenza dalla cappella di san Michele (bivacco in tenda), avvicinamento a Sasso di Castalda dove lasceremo le bici in sicurezza, per prepararci con i dispositivi ad affrontare le due ferrate, una con difficoltà PD (poco difficile) ed una D - tempo di percorrenza ore 2,50. Ripresa delle bici per iniziare la ciclo escursione del sentiero FRASSATI di difficoltà (BC) buone capacità, con qualche piccola variante sul percorso tutto sterrato e con piccoli innesti su asfalto. Un sentiero molto vario, con tratti in single trek e sterrati, alcuni in portage, in un' area boschiva ricca di faggete, felci e mega farfaracci (nelle zone umide). Si giungerà sulla vetta del monte Arioso a 1709 metri di altitudine da dove con condizioni climatiche favorevoli potremo ammirare

l'appennino lucano e in lontananza il Pollino. Sul sentiero di ritorno Il tratto in discesa di tipo enduro per la significativa presenza di fondo sconnesso e la rilevante esposizione, per cui richiedono Ottime capacità.

## Dati tecnici sulle vie ferrate

La via ferrata è un percorso attrezzato con cavi metallici, staffe, scalette e ancoraggi fissi che facilitano l'accesso alla vetta o a qualsiasi altra meta.



### **Via Ferrata “Arenazzo”**

Difficoltà: PD

**Sviluppo:** 300 Mt.

**Tempo:** 1h 30min.

## N° 2 Ponti Tibetani Sportivi

La **Via Ferrata "Arenazzo"**, classificata come Poco Difficile (PD), è un percorso molto suggestivo che si sviluppa lungo il fosso Arenazzo e attraversa il torrente Arenazzo in due punti con due ponti tibetani che ci sovrastano dall'alto.

## Via Ferrata "Belvedere"

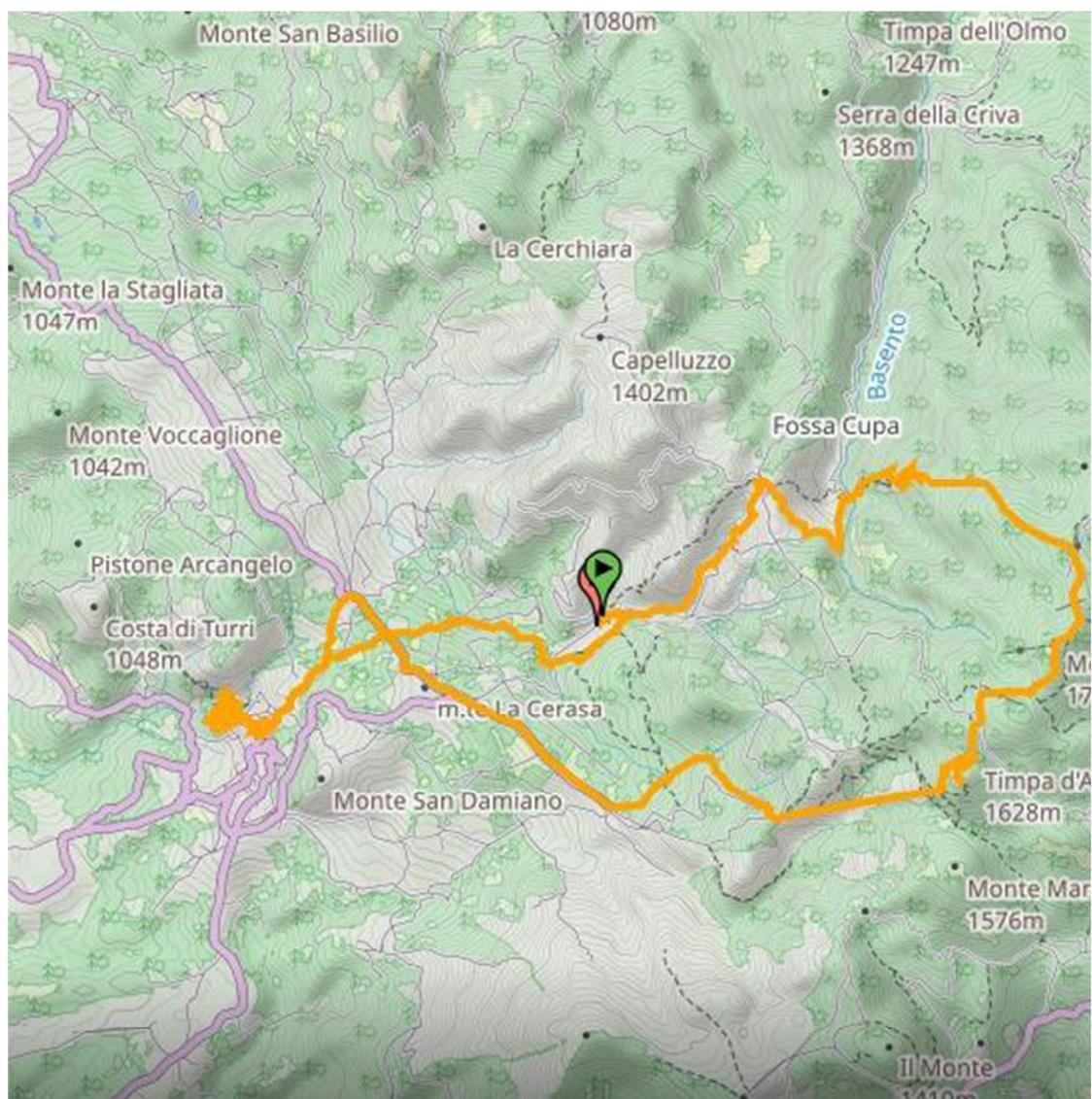
**Difficoltà:** D

**Sviluppo:** 200 Mt.

**Tempo:** 1h

**Dislivello:** 120 Mt.

La **via Ferrata "Belvedere"** è più corta ma affronta un dislivello di 100 metri circa. Presenta pareti rocciose verticali attrezzate e si conclude passando sotto la sky-walk dell'arrivo del Ponte alla Luna. E' classificata come Difficile (D).





Per ulteriori informazioni potete rivolgervi alla sede CAI ogni venerdì dalle ore 20.00 alle ore 21.00, telefonare allo stesso orario allo 347/5654232 oppure consultare il ns. sito [www.caifoggia.it](http://www.caifoggia.it) **pagina 3 / 3**