



Club Alpino Italiano Sezione di Foggia

Email: segreteria@caifoggia.it

Sito web: www.caifoggia.it



Domenica 7 SETTEMBRE 2025

Mare e Monti - (Parco Nazionale del Gargano)

(San Menaio - Calenella - Vico)

INTERSEZIONALE Sezione di FOGGIA e CAMPOBASSO

Escursione della domenica 7 settembre

Dislivello totale: + 500 m / - 500 m circa

Durata: 5 h circa (escluso soste)

Sviluppo totale del percorso: 14 km

Difficoltà: E

Direttori: R. Berlantini AE – E. Ciuffreda – F. Lelario

Sezione di CAMPOBASSO

Direttore; AE Claudio Struzzolino

Appuntamento ore 9:00

Vista Aperifood – San Menaio

41°56'16.42"N

15°57'38.40"E

Percorso (circuito): San Menaio (20 m), SS 89 (45 m), Coppa Marzini (176 m), Cimitero Vico (403 m), Convento dei Cappuccini di Vico (425 m), Chiosco (423 m), carrereccia (407 m), mulattiera (334 m), torrente Calinella (94 m), stazione di Calinella (13 m), località spiaggia Valazzo (1 m).

Appuntamento: ore 9: 00 zona parcheggi, sovrastante la spiaggia dei 100 gradini di San Menaio, in prossimità del locale "Vista Aperifood" (**San Menaio**). Si prega di essere puntuali!

Viaggio di trasferimento con auto proprie: distanza da Foggia 106 km,

Tempo di percorrenza 100 minuti circa

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

Colazione ed acqua: da portare (si consiglia almeno 1.5 litri).

Equipaggiamento: Scarponcini da trekking (obbligatori), abbigliamento a strati da montagna, giacca a vento, crema solare, costume, telo e bastoncini da trekking (consigliati).

Viaggio di avvicinamento con auto propria da Foggia: SS 16 per San Severo, proseguire per Apricena, SS 693 (Strada veloce Gargano), SP 144 seguendo le indicazioni per San Menaio.

In alternativa: autostrada A 14 fino all'uscita di Poggio Imperiale - Lesina; poi prendere la SS 693 e proseguire per Vico – San Menaio

Note descrittive:

Vico del Gargano occupa un'area di 110,4 km² situata nella parte settentrional-orientale del Promontorio del Gargano. Secondo la tradizione storiografica, il centro abitato odierno prese inizio nel 970 in prossimità di una necropoli dell'età del ferro posta su un'altura chiamata Tabor ad opera di slavi venuti dalle coste orientali dell'Adriatico come predoni e conquistatori.

Il territorio comunale presenta un'escursione altimetrica accentuata (da zero a 782 metri), dalle alture submontane della Foresta Umbra alle spiagge di San Menaio e Calenella. La geologia è carsica con numerose e interessanti grotte anche marine.

Il paesaggio nell'interno è tipico della macchia mediterranea, mentre lungo la costa sono presenti foreste di pini d'aleppo (Pineta Marzini). Diffusissimi gli uliveti secolari. More, carrubi e fichi lungo il percorso.

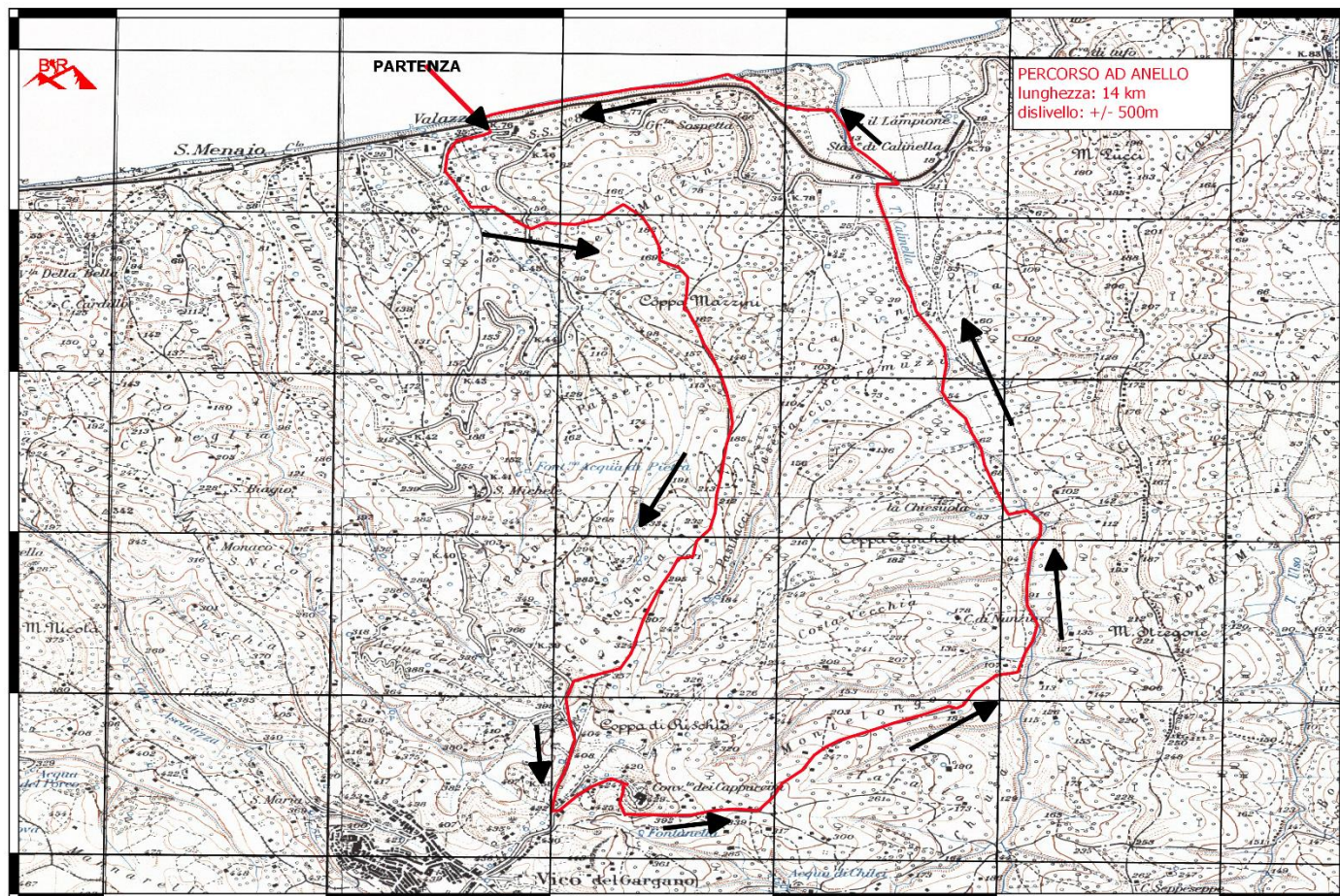
Condizioni fisiche: L'escursione non presenta difficoltà tecniche; per la lunghezza del percorso si richiede buona preparazione fisica, tolleranza al caldo e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti.

Iscrizione obbligatoria entro e non oltre Venerdì 5 settembre 2025.

DESCRIZIONE DEL PERCORSO

La partenza dell'escursione sarà nella zona parcheggi, sovrastante la spiaggia dei 100 gradini di San Menaio, in prossimità del locale (Vista aperifood). Da qui (SS 89), proseguiremo per un breve tratto verso San Menaio, per poi iniziare a salire, attraversare prima la pineta Marzini e poi con una lunga e estenuante salita raggiungeremo Vico. Da qui, il ritorno verso la Spiaggia di Calenella sarà tutto in discesa.

N.B. Per chi volesse anticipare la partenza al sabato, sarà possibile trovare delle sistemazioni in loco. Previsto per il dopo cena, sempre nella giornata di sabato, un giro turistico guidato nel paese di Vico.



INFORMAZIONI GENERALI

Avvertenza : i percorsi indicati potranno essere variati in qualunque momento dagli Organizzatori che, a loro insindacabile giudizio, potranno optare per un percorso alternativo più consono ad eventuali esigenze contingenti di sicurezza.

CONDIZIONI FISICHE:

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

N.B. Le adesioni alle escursioni dovranno pervenire agli organizzatori entro e non oltre le ore 21,00 di venerdì 5 settembre 2025.

I non Soci, per i fini assicurativi, dovranno comunicare preventivamente le proprie generalità (Nome, Cognome e data di nascita) agli Organizzatori dell'escursione.

Iscrizioni e informazioni:

- Sede CAI (Sezione di Foggia) via Sbandò 103 Foggia, venerdì dalle ore 20:00 alle ore 21:00.