



Club Alpino Italiano – Sezione di Corso Mazzini, 6 – Cava de' Tirreni (SA) – Tel./Fax 089 345186 – www.caicava.it – lasezione@caicava.it

Prossime attività in programma della Sezione C.A.I. di Cava de' Tirreni – SA

Domenica 3 Novembre 2019 - Escursione: IL SENTIERO DEGLI DEI

Il **Sentiero degli Dei** è nella top ten dei sentieri più belli al mondo. Seguendo agevoli passaggi delimitati da spettacolari dirupi e attraversando varie gole, il sentiero offre visioni impareggiabili su Positano, la Penisola Sorrentina, gli isolotti de li Galli e Capri. Molto interessanti sono pure gli aspetti vegetazionali, i coltivi terrazzati e le antiche costruzioni rurali disseminate lungo il percorso.

1. – Escursione: da **BOMERANO** di **AGEROLA** a **NOCELLE/MONTEPERTUSO** di **POSITANO**
(percorso **BASSO** classico – partenza e ritorno con PULMINO (30p.) da Cava de' Tirreni)

[Questo sentiero naturalistico collega **BOMERANO**, una frazione di **Agerola**, grazioso paesino sulle colline della Costiera Amalfitana, a **NOCELLE**, frazione di **Positano** abbarbicata alle pendici del **Monte Pertuso**. Il percorso di straordinaria bellezza viene percorso nella direzione che va da **Bomerano** a **Nocelle** in modo da camminare in leggera discesa e avere davanti il **panorama mozzafiato della Costiera Amalfitana** che spazia da **Praiano** fino a **Punta Campanella**]

2. – Escursione: dal **CASINO DI PAIPO** (m. 875 s.l.m.) – **SELLA DI CAPO MURO** (m. 1042 s.l.m.) – **SENTIERO ALTO DEGLI DEI - BELVEDERE - RITORNO** al **CASINO** di **PAIPO** di **AGEROLA**
(percorso **ALTO** - partenza e ritorno con AUTO dei partecipanti da Cava de' Tirreni)

[Il percorso inizia dal **CASINO DEL PAIPO** (uno degli ultimi esempi della bella architettura tipica Agerolese; tetto con tegole di castagno, dette scandole) si prosegue prima in dolce salita tra i boschi, poi su pietraia. Splendido panorama dominato in alto dalla mole di stile dolomitico del **Monte Tre Pizzi** (1444 m.) e abbracciante una visione aerea della intera Penisola Sorrentina, da **Positano** fino a **Capri**]

DURATA PERCORSO: 3 ORE itinerario BASSO – 5 ORE sentiero ALTO a/r - **TIPO:** SCALE E SENTIERO NATURALE - **DIFFICOLTA':** (E) Media difficoltà - **EQUIPAGGIAMENTO SUGGERITO:** ABBIGLIAMENTO SPORTIVO, CAPPELLINO E BASTONCINI, SCARPE da TREKKING, ZAINO LEGGERO. **Colazione a Sacco.**

- **VIAGGIO con PULLMAN (30p.) da CAVA DE' TIRRENI per il SENTIERO BASSO**
PARTENZA dall' "AREA MERCATALE" ORE 7:30 – 2a FERMATA STAZIONE di CAVA ORE 7:45
(Autobus autorizzato per il trasporto e la sosta in costiera **costo € 12/Soci CAI - € 13/Simpatizzanti**)
- **VIAGGIO con AUTO dei Partecipanti per il SENTIERO ALTO:**
RITROVO E PARTENZA DAVANTI ALLA SEDE CAI DI CAVA ORE 7:30



N.B. : I non Soci CAI possono dotarsi della copertura Assicurativa prevista dal CAI presso la Sezione di Corso Mazzini.

Per informazioni e prenotazioni:

Ferdinando Della Rocca (333.496.6122) (Pullman) – Alfonso Ferrara (338.856.2573) (Auto)

[Scarica la locandina](#)

Anteprima delle nostre prossime attività (novembre - dicembre 2019)

Sabato 9 novembre 2019 – Alpinismo giovanile (Cai in erba): Acqua di S. Alferio dalla Badia

Sabato 9 novembre 2019 – I Sabati tra Natura e Cultura: Gole del Sammaro

Domenica 10 novembre 2019 – Itinerari d'Ambiente: Benincasa

Domenica 17 novembre 2019 – Ferrata Dolomiti Lucane

Domenica 17 novembre 2019 – Escursione: Monte Vico Alvano da S. Maria del Castello

Domenica 24 novembre 2019 – Escursione: Procida e Riserva Naturale di Vivara

Domenica 1 dicembre 2019 – Escursione: Monte Falerio dalla Badia di Cava

Domenica 8 dicembre 2019 – Itinerari d'Ambiente: Pietrasanta

Mercoledì 11 dicembre 2019 – Giornata Internazionale della Montagna a cura dei Soci sezionali

Sabato 14 dicembre 2019 – Alpinismo giovanile (Cai in erba): Colle Maiano Monastero di San Vincenzo (334 m) da Iaconi

Domenica 15 dicembre 2019 – Escursione: Monte Terminio da Campolaspierto

Sabato 28 dicembre 2019 – I Sabati tra Natura e Cultura: Ceraso in collaborazione con CSR

Domenica 29 dicembre 2019 – Brindisi di fine Anno - Monte S. Angelo da Contrapone

Queste salite mi hanno insegnato ancora una volta che non è importante la scelta di una montagna, la sua altezza o le sue difficoltà tecniche, ma piuttosto lo spirito con cui l'affrontiamo, le emozioni e i sentimenti che ci può regalare. Emozioni uniche, le stesse che domani mi condurranno di nuovo ai piedi di una montagna (Hervé Barmasse)

Buona montagna a tutti.

Documenti allegati: questa news, [la locandina delle escursioni al Sentiero degli Dei](#)

I documenti sono scaricabili dal nostro sito web <http://www.caicava.it/notizie/> sezione Bollettini





Sentiero Italia CAI

Sul Sentiero Italia CAI per gli 80 anni della sezione di Cava de' Tirreni



[Blog](#)

Sul Sentiero Italia CAI per gli 80 anni della sezione di Cava de' Tirreni

[24 Ottobre 2019](#)

Ha spento le ottanta candeline la sezione del **Club Alpino Italiano** di **Cava de' Tirreni** e ha deciso di festeggiare percorrendo un pezzo del [Sentiero Italia CAI](#). Si tratta della bretella che collega la dorsale appenninica con i *Monti Lattari*, alla quale, su richiesta del Cai centrale, hanno lavorato negli ultimi anni le sezioni di Cava, **Salerno** e **Avellino**.

Due giorni per una escursione che non ha avuto fretta, nell'anno che celebra proprio il turismo lento: sabato 12 e domenica 13 ottobre i cavesi hanno camminato per quattro ore lungo due tappe, ognuna di circa otto chilometri. Entrambe semplici da percorrere, la prima in un bosco un po' più folto, la seconda su un sentiero più largo e spazioso.



Il primo giorno sono partiti in diciotto da **Croce** arrivando alla **Badia** di Cava, con un dislivello di trecento metri. Il secondo venticinque escursionisti, affrontando un dislivello di seicentocinquanta metri, sono giunti al **Monte Avvocata**.

Camminare è un modo per riscoprire la storia, le tradizioni lasciate in queste terre dai popoli che si sono succeduti. Rimane traccia per esempio dei longobardi a Croce e a monte San Liberatore. La popolazione germanica qui introdusse il gioco dei colombi. Nel mese di ottobre per secoli ha preso vita questa particolare caccia. Grandi pietre bianche venivano lanciate dalle torri longobarde presenti nella zona (in tutto trentadue). Un tranello per attrarre i colombi nella rete, che scambiando le pietre per altri uccelli della stessa specie, ne seguivano il tuffo e venivano attratti nella trappola.



Dal ricordo di un gioco si passa poi alla memoria di un fatto luttuoso che ha segnato queste valli. Si attraversa la frazione di Molina, distrutta nel '54 dall'alluvione di Salerno del 25 ottobre. Una tragedia con più di trecento morti in tutto il territorio, centinaia di feriti e oltre cinquemila abitanti che rimasero senza tetto. Infine gli escursionisti sono saliti alla Badia, all'abbazia benedettina fondata nel 1011.

Il giorno dopo il Sentiero in due punti si è trasformato in una balconata, da cui ammirare prima il **Golfo di Sorrento**, poi la **Costiera Amalfitana**. “È stato piacevole godersi questo panorama”, dice **Luigi Capuano**, tra gli organizzatori dell'escursione. “Abbiamo incontrato diversa gente lungo il sentiero. C'erano con noi anche alcuni ospiti, non iscritti al Cai, e sono stati entusiasti dell'escursione”, conclude Capuano.



<http://sentieroitalia.cai.it/sul-sentiero-italia-cai-per-gli-80-anni-della-sezione-di-cava-de-tirreni/>



Club Alpino Italiano – Sezione di Cava de' Tirreni (SA) – Tel./Fax 089 345186 – www.caicava.it – lasezione@caicava.it

DOMENICA 3 Novembre 2019

IL SENTIERO DEGLI DEI

Il **Sentiero degli Dei** è nella top ten dei sentieri più belli al mondo. Seguendo agevoli passaggi delimitati da spettacolari dirupi e attraversando varie gole, il sentiero offre visioni impareggiabili su Positano, la Penisola Sorrentina, gli isolotti de li Galli e Capri. Molto interessanti sono pure gli aspetti vegetazionali, i coltivi terrazzati e le antiche costruzioni rurali disseminate lungo il percorso.

1. – Escursione: da **BOMERANO** di **AGEROLA** a **NOCELLE/MONTEPERTUSO** di **POSITANO** (**percorso BASSO** classico – **partenza e ritorno con PULMINO (30p.)** da Cava de' Tirreni)

[questo sentiero naturalistico collega **BOMERANO**, una frazione di **Agerola**, grazioso paesino sulle colline della Costiera Amalfitana, a **NOCELLE**, frazione di **Positano** abbarbicata alle pendici del **Monte Pertuso**. Il percorso di straordinaria bellezza viene percorso **nella direzione che va da Bomerano a Nocelle** in modo da camminare in leggera discesa e avere davanti il **panorama mozzafiato della Costiera Amalfitana** che spazia da Praiano fino a Punta Campanella]

2. – Escursione: dal **CASINO DI PAIPO** (m. 875 s.l.m.) – **SELLA DI CAPO MURO** (m. 1042 s.l.m.) – **SENTIERO ALTO DEGLI DEI - BELVEDERE - RITORNO** al **CASINO DI PAIPO** di **AGEROLA** (**percorso ALTO** - **partenza e ritorno con AUTO dei partecipanti** da Cava de' Tirreni)

[il percorso inizia dal **CASINO DEL PAIPO** (uno degli ultimi esempi della bella architettura tipica Agerolese; tetto con tegole di castagno, dette scandole) si prosegue prima in dolce salita tra i boschi, poi su pietraia. Splendido panorama dominato in alto dalla mole di stile dolomitico del **Monte Tre Pizzi** (1444 m.) e abbracciante una visione aerea della intera Penisola Sorrentina, da Positano fino a Capri]

DURATA PERCORSO: 3 ORE itinerario BASSO – 5 ORE sentiero ALTO a/r - **TIPO:** SCALE E SENTIERO NATURALE - **DIFFICOLTA':** (E) Media difficoltà - **EQUIPAGGIAMENTO SUGGERITO:** ABBIGLIAMENTO SPORTIVO, CAPPELLINO E BASTONCINI, SCARPE da TREKKING, ZAINO LEGGERO. Colazione a Sacco.

- **VIAGGIO con PULLMAN (30p.) da CAVA DE' TIRRENI per il SENTIERO BASSO**
PARTENZA dall' "AREA MERCATALE" ORE 7:30 – 2a FERMATA STAZIONE di CAVA ORE 7:45
(Autobus autorizzato per il trasporto e la sosta in costiera **costo € 12/Soci CAI - € 13/Simpatizzanti**)
- **VIAGGIO CON AUTO dei Partecipanti per il Sentiero ALTO:**
RITROVO E PARTENZA DAVANTI ALLA SEDE CAI DI CAVA ORE 7:30



N.B. : I non Soci CAI possono dotarsi della copertura Assicurativa prevista dal CAI presso la Sezione di Corso Mazzini.

Per informazioni e prenotazioni:

Ferdinando Della Rocca (333.496.6122) (Pullman) – Alfonso Ferrara (338.856.2573) (Auto)