



CAI SEZIONE DI CAVA DE' TIRRENI

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



Domenica 5 dicembre 2021

Escursione sezionale - Parco Regionale Monti Lattari

Monte S. Michele (o Molare) (1.444 m) dalla Chiesa di S. Michele

Dislivello: 300 m – Durata: 5 ore AR – Difficoltà: E – Pranzo a sacco

Partenza: ore 8.00 davanti alla sede della Sezione con auto dei partecipanti, in possesso della Certificazione verde.

Direttori: Giovanni Carlo Trezza (339 5390156) e Giovanni Mascolo (333 6480367)

Breve descrizione del percorso: poco prima di arrivare alla chiesa di San Michele si parcheggia l'auto in un piazzale pietroso. Il sentiero n. 350 inizia sulla sinistra del piazzale, in netta discesa per i primi metri (oltrepassando la sorgente delle Scorchie) per poi incominciare a salire. Il sentiero si raccorda subito con il n. 350a, proveniente da nord, ovvero dal santuario di San Michele e dalla stazione della funivia. Il sentiero è evidente, largo e comodo in questa prima parte di escursione. Ad un tratto si lascia il bosco per affacciarsi su un ampio panorama che abbraccia la vallata: il belvedere è protetto da un parapetto metallico e a terra c'è come un'impronta di uno strano piede che viene definita "ciampa del diavolo" (è ritenuta l'orma lasciata sulla roccia del monte dal diavolo in fuga scacciato da San Michele perché tentava Catello e Antonino; la vicina sorgente detta *Acqua santa* si diceva sgorgasse da una fenditura nella pietra provocata dalla lancia scagliata dall'Arcangelo contro lo stesso diavolo). Da qui il sentiero continua sotto alte pareti fino a raggiungere proprio la suggestiva sorgente dell'Acqua Santa. Qui un grande sgrottamento alla base di una parete offre l'occasione per una sosta e le sorgenti consentono di dissetarsi. Il sentiero riprende a salire nel bosco fino ad incrociare l'Alta Via dei Lattari (sentiero CAI n. 300): il tracciato a destra si dirige verso il Monte Molare (1.444 m) e Croce della Conocchia (1.266 m), mentre a sinistra scende ad Agerola passando per la valle Palmentiello. Questo itinerario passa alla base delle alte e franose pareti del Monte Catiello (1.380 m), su un sentiero piuttosto impegnativo. Si procede quindi a destra verso il Molare, per tornanti in salita ma interamente all'ombra dei faggi. Alla fine della salita e della faggeta ci si ritrova tra rocce, al bivio tra la Conocchia (Alta Via dei Lattari) e il Molare. Si sale per altri pochi metri per affacciarsi sul versante occidentale, in magnifica vista del mare. Imboccato il sentiero a sinistra, dopo ulteriori 200 m, si raggiunge una sella alla base meridionale del Molare. Da qui si guadagna la cima procedendo per un ripido ma evidente sentiero che sale zigzagando tra facili roccette: la salita è breve ma impegnativa (EE). Il ritorno viene effettuato, a partire dalla base del Molare, per un sentiero diverso, inizialmente il 300, che, proseguendo in cresta, passa per la croce della Conocchia; poi si gira nettamente a destra (sentiero 338) costeggiando un canyon che, immergendosi in una stupenda faggeta (sentiero 338a), ci condurrà ad un piazzale in località Campo del Pero. Da qui, poi, bisognerà risalire lungo la strada carrabile per riprendere le auto.

