



# CLUB ALPINO ITALIANO

## SEZIONE di CAVA DE' TIRRENI

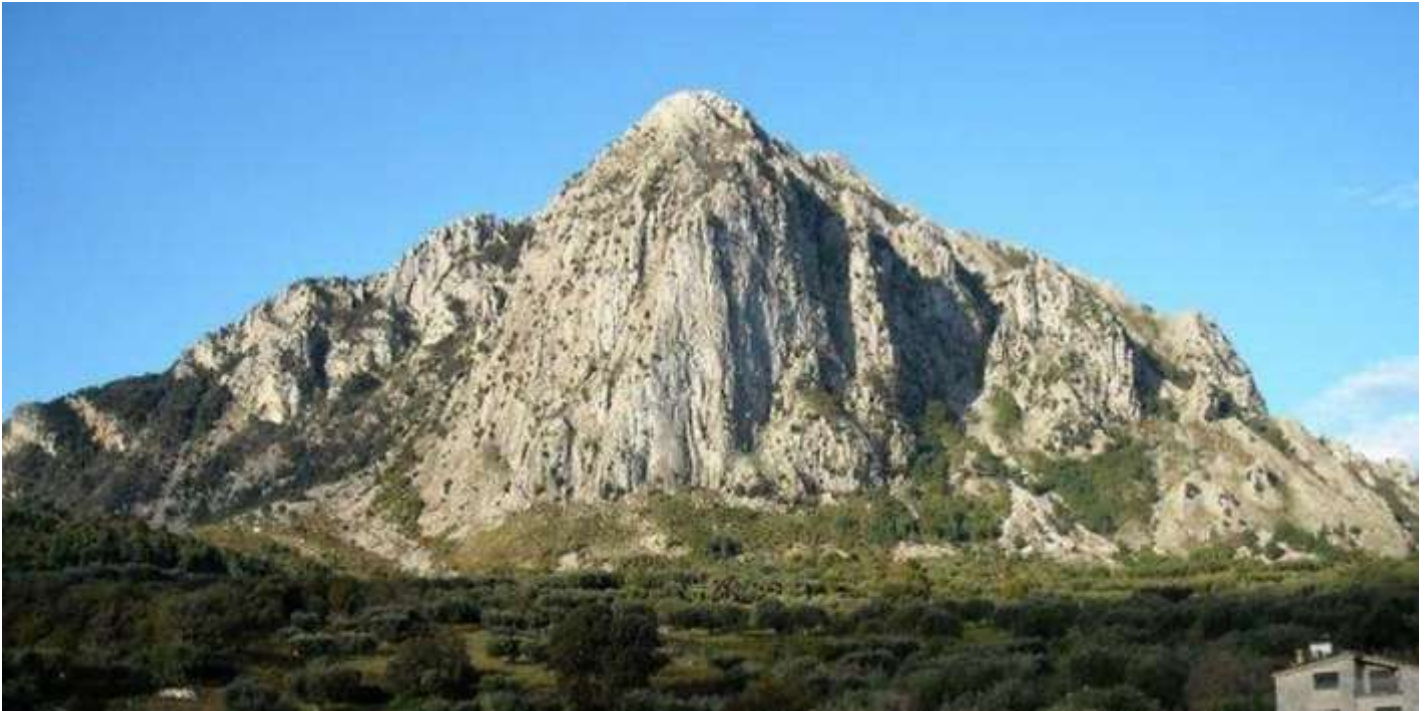
C.so Mazzini, 6 – 84013 Cava de' Tirreni (SA)  
Tel/Fax. : 089-34.51.86 – E.mail : lasezione@caicava.it

---

### Sabato 29 Aprile 2023

## Monte Bulgheria da San Giovanni a Piro

---



---

**Durata:** 6 ore escluse soste  
**Difficoltà:** E  
**Dislivello:** 703 mt in salita / 692 in discesa  
**Distanza:** 7,80 km (Anello)

**Appuntamento** ore 6.30 sezione di Cava de' Tirreni C.so Mazzini,6 con auto proprie

**Ritrovo** ore 9:30 S. Giovanni a Piro

**Da portare:** equipaggiamento da trekking, bastoncini, colazione a sacco, acqua, protezione solare, cappello con visiera, giacca impermeabile o mantella, in caso di pioggia, pila frontale.

**Approvvigionamento idrico:** Sì, in paese alla partenza e alla Sorgente degli Eremiti

**Direttori:** Lucia Palumbo 349-55.27.203  
Alfonso Ferrara 338-856.2573  
Giancarlo Trezza 339-5390156

...

---

## Descrizione del Percorso:

### *Monte Bulgheria dal Sentiero degli Eremiti*

Iniziamo con la spiegazione del toponimo: perché Bulgheria? perché nei primi secoli dopo Cristo la zona fu colonizzata da popolazioni bulgare (così come parte della Sila fu colonizzata da popolazioni albanesi).

La cima del Monte Bulgheria (1225 m s.l.m.) si può raggiungere in vari modi. L'ascesa più interessante e caratteristica è sicuramente quella che inizia dal campo sportivo di San Giovanni a Piro (532 m s.l.m.). Si costeggia la recinzione sulla destra, trovando poi la stradella cementata che sale sfiorando le ultime case (segnavia CAI). Ben presto, dopo una cancellata, la ripida sterrata si trasforma nel sentiero che si alza verso la base di grandi bastionate rocciose della Serra di Catena dove sgorga l'antica **Sorgente degli Eremiti** (che ospita l'immagine della Madonna di Lourdes). Si continua zigzagando fino ad incontrare un boschetto di elci, addentrandosi nel quale, dopo una breve e non proprio agevole salita si raggiunge la Grotta degli Eremiti, eremo, sul finire del primo millennio, di monaci italo-greci, poi usata dai pastori come ricovero. Si riprende il sentiero lungo il costone pietroso. Entrando in un bosco di elci si raggiunge lo "lazzo della Spina", una



radura che il silenzio e l'ambiente rendono adatta al bivacco. Si prosegue verso Chiaia Grande. Dopo una breve salita la boscaglia inizia a diradarsi e si apre un suggestivo scenario, quasi lunare. Alla fine di una comoda salita, dove finisce anche il sentiero, appare una delle "meraviglie" che offre questa bellissima montagna: maestosi faraglioni ed un **arco naturale**, singolare fenomeno di erosione della roccia, dominano il bellissimo panorama sull'intero Golfo di Policastro. Continuando l'ascesa verso nord-est su una cresta rocciosa e scoperta, si raggiunge prima un rudere in pietra, poi, dopo una serie di terrazze, un omino in pietra che segnala l'arrivo sulla cresta del monte. Un comodo cammino consente di raggiungere la vetta. Ci troviamo a 1.225 metri, sulla quota maggiore, ma conviene spostarsi verso la cima protesa verso San Giovanni a Piro: da tale punto più orientale il panorama si apre sul golfo di Policastro e sul paese. Tornati alla vetta si prosegue dalla parte opposta divallando con scarsa

pendenza su terreno pietroso. Alla successiva selletta, un poco più verde, ritroviamo il segnavia CAI 817 e una sorta di tavolo con sedute, realizzato con blocchi squadrati di pietra. E' questo il punto dal quale scenderemo a sinistra (Sentiero della Lequa), ma prima di iniziare il rientro si può proseguire e visitare anche la parte più occidentale della cresta con l'edificio in muratura visibile già dalla cima (**il rifugio Tozzo del Moio**): risulta chiuso, ma ci permette di divagare un poco nelle sue vicinanze prima di prendere la via del ritorno e da dove è possibile ammirare un panorama unico sul golfo di Policastro, sui monti Cervati, Sirino e Pollino.



Riguardata la selletta con il tavolo in pietra, scendiamo nel versante opposto con una lunga diagonale tagliata nel pendio pietroso del monte. Al margine della lecceta il sentiero compie una marcata ansa per poi rientrare nella boscaglia e innestarsi sulla pista sterrata che corre poco sotto e che si segue a sinistra: la pista è un poco scomoda per la costante presenza di sassi, ma ci porterà in leggera discesa verso le case di San Giovanni a Piro.

## *San Giovanni a Piro*

San Giovanni a Piro è un tipico centro del Basso Cilento. Verso l'anno 990 d.C. i monaci basiliani provenienti dall'Epiro fondarono, in località Ceraseto, l'Abbadia di San Giovanni Battista. Il Cenobio, diretto da illustri studiosi ed umanisti, fu uno dei più importanti monasteri del monachesimo greco dell'Italia Meridionale. Il territorio dove sorge il Cenobio, posto alle falde del monte, costituiva un rifugio sicuro e pressoché



inattaccabile. Il Cenobio di San Giovanni Battista (anche detto Abbadia o Abbazia) si estende in località Ceraseto, così chiamata per la grande quantità di alberi di ciliegio un tempo esistenti. È uno dei pochi complessi – tra i tanti presenti sul territorio del Cilento e Vallo di Diano – a poter vantare di una possente solidità architettonica, espressa dalla Chiesa e dalla torre merlata. Quest'ultima, costruita nella parte occidentale dell'Abbazia, a scopo di difesa e di avvistamento sul mare, è alta circa 15 metri. Si narra che sia la Chiesa sia la Torre fossero collegate, attraverso un camminamento sotterraneo, ad una grotta posta sul fianco orientale del Monte Bulgheria. Qui i monaci erano soliti

rifugiarsi in caso di incursioni ed attacchi pirateschi. La Grotta, cosiddetta del Ceraseto, è facilmente individuabile sul costone roccioso rossastro visibile dall'ingresso del Cenobio. Un sentiero consente di arrivarvi ai piedi (Sentiero del Ceraseto).

I basiliani cercarono subito di iniziarne la coltivazione, dando notevole impulso, oltre che a colture di ogni genere, anche all'industria armentizia, in modo da garantire al sorto cenobio una cospicua e necessaria risorsa economica che assicurasse una completa indipendenza ed una vita propria alla nuova comunità. I monaci basiliani, oltre a servirsi dell'operosa attività della scarsa popolazione del vicino nucleo abitato, chiamarono sul posto anche numerosi coloni dei villaggi circostanti che ben presto si stabilirono anch'essi ai piedi del monte di Bulgheria. Un primo nucleo abitato degno di tale nome sorse, sul territorio ove è oggi San Giovanni a Piro, soltanto nei primissimi anni del X secolo, quasi sicuramente dopo la terribile distruzione della vicina Policastro del 915 ad opera dei Saraceni agropolitani. I numerosi policastresi scampati alla rovina decisero di abbandonare la costa e rifugiarsi in luoghi più sicuri e nascosti. La popolazione crebbe in modo notevole, nuove dimore furono costruite, ed il piccolo centro diventò ben presto un vero e proprio borgo che, traendo il nome dal titolo della vicina Abbadia basiliana, cominciò a chiamarsi San Giovanni a Piro.

---

### **ATTENZIONE:**

*Le escursioni verranno svolte nel rispetto delle disposizioni anti COVID-19 vigenti. I partecipanti si impegnano al rispetto di tali indicazioni.*

---

