

Un lungo weekend in Basilicata tra Natura, Storia e Cultura

da venerdì 1 a domenica 3 maggio 2015

(programma aggiornato)

ven 1 mag

- 07:45 Area di servizio "Alfaterna" al km 40 della A3 NA-SA nei pressi di Cava de' Tirreni (Napoli-Cava 47 km, 0:35)
- 08:00 partenza alla volta di Aliano (Cava-Aliano 180 km, 02:15)
- 10:30 inizio percorso calanchi nei pressi di Aliano (Traversata, T, 9 km, 250 m in salita, 3h)
- 13:30 colazione/pranzo e visita libera ad Aliano
- 15:30 Inizio della visita guidata che si sviluppa nel centro abitato di Aliano e prosegue nella Casa di Carlo Levi, Pinacoteca, Museo civiltà contadina (2:30h)
- 18:00 al termine ci si porta a Policoro in albergo (Aliano-Policoro: 51 km, 0:45)
- 19:00 arrivo in albergo
- 19:30 Presentazione "aperitiva" dell'escursione alla "Riserva dei Calanchi" (1h)
- 20:30 Cena a Policoro (menu di mare)

sab 2 mag

- Colazione in albergo
- 09:00 Policoro - Montalbano (20 km, 0:30)
- 10:00 escursione con CEA "I Calanchi" Legambiente Montalbano "Tra i Calanchi sulle vie elleniche e dei contadini" (colazione al sacco) (Traversata, T/E, 18 km, 250 m in salita / 50 m in discesa, 7h incluse soste)
- 18:00 Visita guidata alla "Terra vecchia" di Montalbano Jonico (1h)
- 19:00 Visita libera al centro storico di Montalbano
- 20:00 Cena a Montalbano (menu di terra) con (probabile) degustazione guidata di oli extravergini di oliva locali Montalbano - Policoro (20 km, 0:30)

dom 3 mag

- Colazione in albergo
- 08:30 Policoro – Tursi (30 km, 0:30)
- 09:30 escursione alla Rabatana con visita guidata (Anello, T, 6 km, 200 m in salita/discesa, 4h incluse soste)
- 13:30 termine escursione
la sosta per la colazione al sacco può essere fatta autonomamente ed, in dipendenza dalle condizioni climatiche e di traffico ci si potrebbe fermare presso il Lago del Pertusillo
Rientro a Napoli (Tursi-Napoli 254 km, 3:00 in assenza di traffico)

Note:

- tutti e tre i percorsi (calanchi di Aliano, calanchi di Montalbano, Rabatana di Tursi) si sviluppano a quote inferiori ai 300 m ed a breve distanza dalla costa ionica: munirsi di protezione per il sole (cappello, crema solare, occhiali da sole) e di almeno 1 litro di acqua
- i calanchi sono in terreni argillosi per cui in presenza di acqua (sia piovana che locale) diventano fangosi: munirsi di scarpe adeguate
- munirsi comunque di protezione per la pioggia

- occorre provvedere autonomamente alla colazione/pranzo di venerdì 1 maggio
- il 2 ed il 3 mattina l'albergo fornirà una "colazione al sacco" costituita da un panino con prosciutto cotto e formaggio fresco e mezzo litro di acqua