



Club alpino italiano  
Sezione di Napoli

## **Domenica 8 dicembre 2019**

### **Parco Regionale Dei Monti Lattari**

## **Da Termini alla Baia di Ieranto per Monte San Costanzo (480m)**



**Direttori d'escursione:** Eugenio Simioli 338 7317749 e Walter Iannaccone

**Dislivello:** in salita circa 80m, in discesa 480 m, e di nuovo in salita 400 m.

**Percorso:** ad anello

**Durata:** 5 ore soste escluse

**Difficoltà':** E

**Criticità':** per breve tratto marcato dislivello in discesa molto scivoloso in caso di pioggia.

**Equipaggiamento:** Abbigliamento a strati, giacca a vento, cappellino in pile, necessaria mantellina per la pioggia, obbligatori gli scarponcini, utilissimi i bastoncini telescopici. Ricambio completo da lasciare in auto in caso di bagnata. Colazione al sacco, acqua.

**Mezzi di trasporto:** auto proprie.

**Iscrizione all'escursione entro venerdì' 6 dicembre; per i non soci assicurazione CAI obbligatoria di 8,50 euro.**

**Descrizione Itinerario:** La Baia di Ieranto è un luogo di miti e di leggende. Così sita dinnanzi ai Faraglioni di Capri, secondo Plino Il Vecchio **e' il luogo in cui Ulisse incontrò le sirene durante il ritorno verso Itaca che Omero racconta nell'Odissea.** Qui le antiche tradizioni agricole sono tornate a nuova vita, con gli uliveti e gli agrumeti a farla da padrone, mentre le torri di Montalto e di Campanella (datate 1500) rimandano ai tempi della pirateria saracena.

Iniziamo l'escursione dal Paesino di Termini, dove lasciamo le auto, e attraverso un piccolo e assonnato centro abitato, vivacizzato solo dall'abbaiare di qualche cane e camino fumante, ci portiamo tra l'odore della terra bagnata e quello di legna bruciata, sulla cresta che divide il golfo di Napoli da quello di Salerno.

Lo spettacolo ha inizio col panorama che abbraccia i due golfi, sfolgorante la bellezza cromatica dei colori, caratterizzata dalla limpidezza dell'aria a causa del vento e dalle piogge intermittenti, tipiche delle isole o degli estremi delle penisole.

Raggiunto l'eremo di San Michele, sulla piccola vetta, sostiamo giusto il tempo che ci verrà forse regalato dalle condizioni meteo prima di iniziare la ripida discesa verso la baia; essendo, spero tutti, ben equipaggiati potremo proseguire con costanza e tranquillità.

Guardando in direzione della baia di Ieranto, siamo travolti da selvaggia bellezza, ammiriamo dall'alto l'impetuoso mare e le nuvole che corrono veloci sulla nostra testa, sentiamo l'aria fredda sulla pelle ed il battito del cuore, ritorniamo ad essere come bambini meravigliati della vita, la mente si calma, sempre di più, il cuore, adesso più forte, si libera dalle nuvole e si lascia riscaldare dal sole che non lo ha mai abbandonato.

Tutto possibile, se ognuno saprà essere accorto all'equipaggiamento da portare, ad avere spirito collaborativo, e seguire le indicazioni del direttore dell'escursione; così, questa piccola escursione potrà essere un buon inizio per chi non ha molta esperienza di montagna ma che ne sente forte il richiamo.

Per trascorrere tutti una bella giornata, in sicurezza, è opportuno uno scambio di informazioni con il direttore dell'escursione, oltre che per ricevere informazioni sull'ora e luogo d'appuntamento.