

<b>Escursione</b>	<b>Da Marina di Camerota a Baia degli Infreschi</b>
<b>Data</b>	Domenica 7 luglio 2024
<b>Direttori</b>	<b>Giuseppe Gallo</b> (Vesuvio): 335.8154058 - <b>Ciro Teodono</b> (Vesuvio): 333 4742944
<b>Gruppo montuoso</b>	Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni



Difficoltà	E	Tipologia	AR
<b>Durata</b>	6 ore soste incluse	<b>Partenza</b>	Ore 9:00
<b>Lunghezza</b>	5 km	<b>Dislivello</b>	250 m
<b>Criticità</b>	nessuna	<b>Punti d'acqua</b>	Non presenti sul percorso
<b>Allenamento</b>	Si richiede buona preparazione fisica, adeguata alle difficoltà classificate <b>E</b> (Escursionismo) e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti.		
<b>Attrezzatura</b>	Abbigliamento a strati da escursionismo adatto alla stagione: scarpe da trekking, pantaloni lunghi, t-shirt tecnica, pile, calzettoni, cappellino, guanti, giacca antivento, k-way antipioggia, bastoncini telescopici, occhiali da sole, binocolo, bussola, crema solare, kit primo soccorso (scheda con gruppo sanguigno, farmaci personali e segnalazione di eventuali allergie), borraccia per l'acqua (lungo il percorso non ci sono punti per l'approvvigionamento di acqua), colazione a sacco, ricambio di indumenti, fischietto, lampada frontale.		
<b>Percorso</b>	Partenza dalla spiaggia di Lentiscelle, passando per Cala Pozzallo e Cala Bianca ed arrivo alla Baia degli Infreschi seguendo un tratto costiero del Sentiero del Mediterraneo E12.		
<b>Itinerario</b>	<p>Il sentiero della Costa degli Infreschi viene imboccato dalla spiaggia di Lentiscelle a Marina di Camerota. Al termine della spiaggia, infatti, un sentiero si inerpica per la macchia mediterranea alle spalle della spiaggia.</p> <p>Al termine di questo sentiero e dopo un breve tratto asfaltato si percorre un sentiero a strapiombo su Cala Fortuna, per poi tornare su una striscia di asfalto che accompagna gli escursionisti per circa un chilometro.</p> <p>Da qui si imbecca un sentiero che scende lungo la costa fino a raggiungere il letto di un ruscello. A questo punto ci si trova di fronte a una biforcazione, svoltando a destra seguendo il letto del ruscello, che in</p>		



rispetta la bellezza della natura



segui il sentiero



non abbandonare rifiuti

estate è in secca, si giunge sulla spiaggia del Pozzallo, mentre salendo su per il sentiero si prosegue verso un successivo bivio.

Qui per andare sulla spiaggia di Cala Bianca c'è bisogno di svoltare a destra, il passaggio non è sempre agevole, infatti la vegetazione tende a chiudere la strada, e la manutenzione è affidata soltanto ad alcune associazioni locali. Invece proseguendo sul sentiero si sale verso una radura da cui poi si riscende verso la nostra meta d'itinerario.

La vista che regala Baia degli Infreschi è unica, una baia naturale dalle acque cristalline. Scendendo verso la Baia si incontra una piccolissima Chiesa molto particolare. Percorso tutto il sentiero ci si ritrova su questa piccolissima spiaggia di Baia degli Infreschi. Non resta che regalarsi un tuffo nell'area marina protetta.

In caso di mare mosso si rientrerà seguendo il percorso a ritroso, altrimenti il rientro in barca consentirà di ammirare la costa da un'altra prospettiva e di godere degli affascinanti racconti dei barcaioi.

**Ore 09:00 presso Marina di Camerota (località spiaggia Lentiscelle)**  
come da indicazione Google Maps

<https://maps.app.goo.gl/iGsMZ9FKJxnpStEs6>

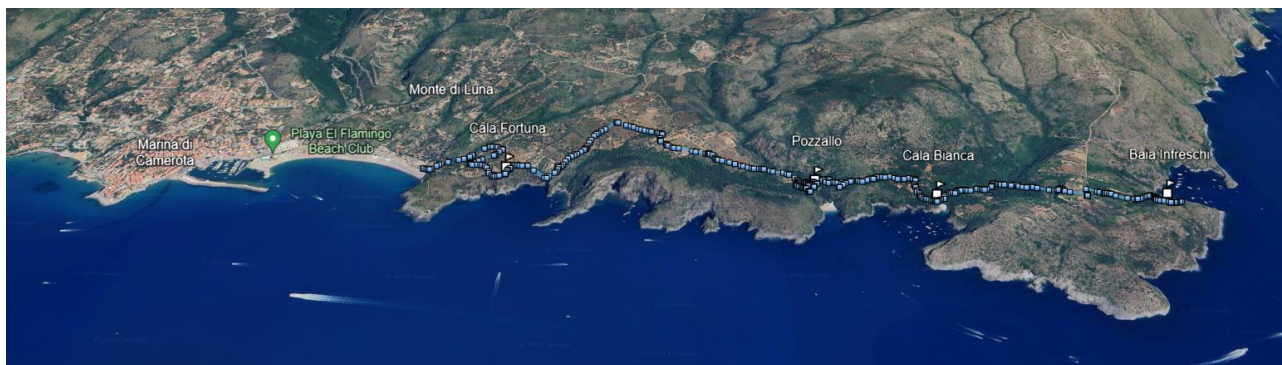
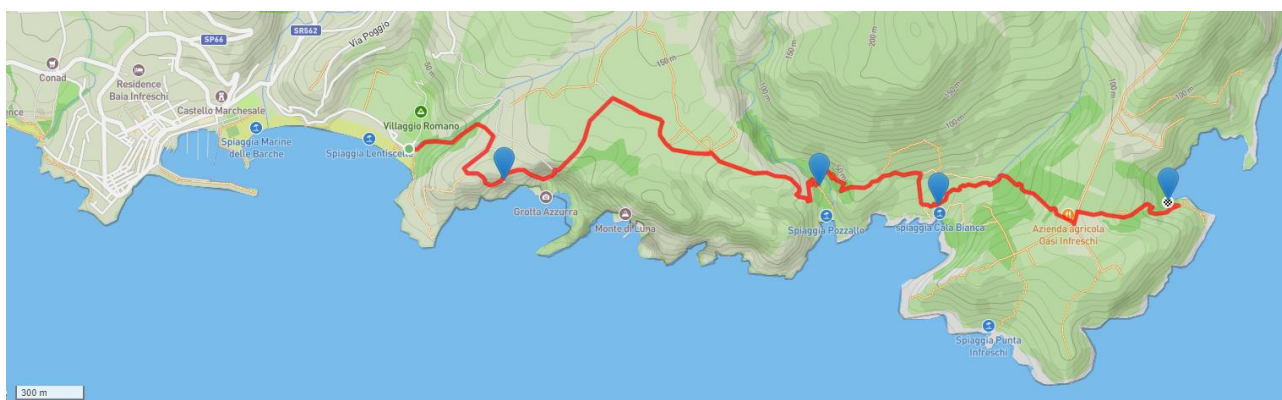
### Ritrovo

### Prenotazione

Per partecipare all'escursione è obbligatorio prenotarsi **entro le ore 20:00 di venerdì 05/07/2024**, contattando uno dei direttori; l'escursione è riservata ai soli soci CAI e tutti sono ammessi a partecipare previa presa visione del regolamento, della difficoltà dell'escursione e sentito il parere dei referenti.

### Note dei direttori

Coloro che decidessero di partecipare accompagnati da un cane devono preventivamente contattare i direttori per accordarsi sulla possibilità o sulle modalità di questa scelta.



rispetta la bellezza della natura



segui il sentiero



non abbandonare rifiuti