



**CLUB ALPINO ITALIANO  
SEZIONE DI RAVENNA  
"Mario Beghi"**



Via Sant'Alberto, 73 – 48100 Ravenna – Tel. 375 7227489  
e-mail: [ravenna@cai.it](mailto:ravenna@cai.it) - sito : <http://www.cairavenna.it>

**Dal 5 al 12 aprile 2025**

# **Cammino di San Nilo da Sapri a Palinuro**

Il Cammino di San Nilo invita a scoprire la magia del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni, un territorio ricco di storia, spiritualità e bellezze naturali.

Questo itinerario di circa 108 KM che noi suddividiamo in 6 tappe, collega Sapri a Palinuro, seguendo le orme del monaco bizantino San Nilo.

Un viaggio che attraversa 13 borghi autentici, eremi millenari, e luoghi incontaminati come le Grotte del Bussento, i Capelli di Venere e il monte Gelbison, simbolo di fede e spiritualità.

Ogni passo è una immersione in una natura riconosciuta dall'UNESCO, tra fiumi cristallini, boschi e macchia mediterranea, dove la cultura locale si intreccia con le tradizioni bizantine. Lungo il percorso incontreremo comunità ospitali, si potranno degustare i sapori della dieta mediterranea e ammirare i paesaggi mozzafiato che spaziano dai monti al mare.

Di seguito le tappe :

5 aprile arrivo a Sapri

6 aprile -Tappa 01: Sapri – Torracca

Lunghezza: 11 km circa Diff. E

Tempo di percorrenza: 4.30 h circa

Dislivello: +700/-300 circa

7 aprile -Tappa 02: Torracca – Morigerati

Lunghezza: 25 km circa Diff. E

Tempo di percorrenza: 7 h circa

Dislivello: +1000/-1100 circa

8 aprile -Tappa 03: Morigerati – Caselle in Pittari

Lunghezza: 10 km circa Diff. E

Tempo di percorrenza: 4.30 h circa

Dislivello: + 600/-350 circa

9 aprile-Tappa 04: Caselle in Pittari – Laurito

Lunghezza: 24 km circa Diff. E

Tempo di percorrenza: 7 h circa

Dislivello: +800/-750 circa

10 aprile- Tappa 05: Laurito – San Nazario

Lunghezza: 23, km circa Diff, E

Tempo di percorrenza: 7. h circa

Dislivello: +700/-800 circa



## CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI RAVENNA "Mario Beghi"



Via Sant'Alberto, 73 – 48100 Ravenna – Tel. 375 7227489  
e-mail: [ravenna@cai.it](mailto:ravenna@cai.it) - sito : <http://www.cairavenna.it>

11 aprile Tappa 06: San Nazario – Palinuro

Lunghezza: 14 km circa Diff.E

Tempo di percorrenza: 3.50 h circa

Dislivello: +250/-650 circa

Nel primo pomeriggio arriveremo a Palinuro borgo marinaro che si trova in una splendida insenatura piena di grotte ed insenature e che avremo il tempo di visitare .

Sabato 12 aprile rientro a Ravenna .

DATI TECNICI ED ORGANIZZATIVI :

ESCURSIONE RISERVATA AI SOCI con buon spirito di adattamento per un massimo di 20 partecipanti compresi gli accompagnatori

**Tipo di percorso :** Per sentieri , carrarecce, strade, anche tratti di strade asfaltate

**Impegno fisico:** Medio nelle tappe 1, 3, 6 /Medio alto nelle tappe 2,4, 5

**Dislivelli / km / tempi indicati al netto delle soste , dati approssimativi (Vedi dettagli descritti in ogni tappa )**

**Abbigliamento/Attrezzatura** da montagna , scarponi con suola ben scolpita , protezione pioggia.

**Vitto :** pranzi al sacco ,colazioni e cene comprese nel prezzo

**Viaggio :** Andata 5 aprile , in treno ( orari da definire ) da Ravenna –Bologna - Napoli –Sapri  
Ritorno 12 aprile , in treno ( orari da definire ) da Palinuro – Napoli -Bologna- Ravenna.  
Chi vuole puo' organizzarsi anche in auto .

**Spesa prevista:** per il pernottamento, prima colazione cene ,trasporto bagagli e guida vedi nota allegata del Tour Operator che in base al numero dei partecipanti varia da 755 euro a 820 euro . Non sono previste camere singole.

Al momento dell'iscrizione occorre possibilmente indicare anche il compagno/a di stanza

Per quanto riguarda le cancellazioni del viaggio, trovate tutte le informazioni nell'allegato del Tour Operator

Per il viaggio di andata e ritorno il costo potrebbe variare da 110,00 a 130,00 euro ed ogni partecipante dovrà acquistare il biglietto del treno per proprio conto .

I partecipanti dovranno pagare Euro 5, 00 per contributo alla Sezione per spese di organizzazione.

**Iscrizioni:** Entro il 12 gennaio a Piolanti Margherita cell. 3358483832, a mezzo WhatsApp .

L'iscrizione, per essere valida, dovrà essere confermata con versamento di acconto di euro 170,00 pari al 25% circa da effettuare entro il 15 gennaio sul conto dell'agenzia ( vedi allegato ) Il saldo dovrà avvenire circa un mese prima della partenza

**Organizzatori :** Piolanti Grazia Margherita e Michele Colombo –. L'escursione alla presente escursione comporta l'accettazione integrale del regolamento della Sezione Cai di Ravenna consultabile presso la Segreteria della Sezione .