

Questa XX **Camminata dei 23 Casali** prevede un percorso un po' più lungo dei soliti 15-16km, ma i dislivelli non sono aumentati in proporzione e quindi l'impegno fisico sarà più o meno simile a quello delle edizioni precedenti.

Inoltre ci saranno, come al solito, varie semplici alternative per ridurre distanza e dislivello per dare a tutti la possibilità di camminare secondo le proprie possibilità e desideri.

Si parte da Sant'Agata (395m) e dopo una breve e dolce salita verso il Deserto, inizia la lunga discesa verso Massa passando per Pastena e San Francesco.

A Massa è prevista la **pausa caffè** dopodiché si prosegue verso la Lobra, ma giunti a Pipiano si continua quasi in quota aggirando tutta la valle fino a San Liberatore. Qui inizia la prima salita ripida (ma non troppo) che ci porterà fino all'Annunziata.

Un'altra breve salita e saremo al castello dove è prevista una nuova sosta, questa volta culturale (visita curata dall'Archeoclub - sede di Massa Lubrense).

Da Massa, chi volesse evitare la discesa fino a Pipiano e la successiva risalita può ricongiungersi al gruppo al castello accedendovi via Santa Maria.

Dopo la sosta si scende a Santa Maria e fino al Rio Annunziata per affrontare l'ultima salita ripida verso Li Padri per poi giungere finalmente a Termini dove sono previste due ore di sosta per la pausa pranzo o pic-nic (entrambi a carico dei partecipanti).

**PIC-NIC in piazza, in pineta o a San Costanzo (+2km e 170m disl.)
o PRANZO in ristorante a Termini (si suggerisce di prenotare)
Trattoria Eughenes (081 8081989) * Ristorante Miracapri (081 8081936)**

Per chi ha intenzione di completare il percorso e quindi tornare a piedi a Sant'Agata, il punto di ritrovo è la piazza di Termini a partire dalle 14.30, quando cominceranno a rientrare quelli che sono saliti a Monte San Costanzo per il loro pic-nic.

Questi avranno quindi tempo per un caffè e/o un dolce prima di ripartire alle 15,00 alla volta di Sant'Agata lungo un percorso molto panoramico quasi sempre in vista di almeno uno dei due Golfi passando per Cannone, Tore di Casa, Tuoro, Colarusso e Spina.

Anche questo tratto finale si può abbreviare (di oltre 1,5km) andando da Caprile direttamente a S. Maria della Neve.

Si prevede di arrivare a Sant'Agata verso le 17.00 dove si concluderà la XX ed. della Camminata dei 23 Casali.

Considerata la particolarità del percorso è **INOPORTUNO** portare con sé cani.

Nel caso fosse assolutamente necessario si ricorda che il comma 1) dell'Ordinanza Comunale n. 357 del 5 agosto 2009 sancisce che:

“nell'ambito delle aree ad uso pubblico del territorio cittadino tutti i cani devono essere condotti al guinzaglio e con museruola”

XX CAMMINATA dei 23 Casali

Sant'Agata, Massa, Termini, Sant'Agata

sabato santo, 7 aprile 2012 * XX ed.

**percorso ad anello di 16,8km con 500m di dislivello
N.B. parte del percorso è su fondo accidentato e/o sdruciolevole**

9.00 RITROVO a Sant'Agata * 9.30 PARTENZA per Termini

10.45-11.00: PAUSA CAFFE' a Massa centro

11.50-12.10: visita al castello dell'Annunziata

ITINERARIO 10,0km con 350m di dislivello in salita

Sant'Agata, Pastena, Aragona, San Francesco, Massa centro, Pipiano,
San Liberatore, Annunziata, castello, Santa Maria, Li Padri, Termini

13.00 PAUSA PRANZO (a carico dei partecipanti)

14.30 RITROVO a Termini - 15.00 PARTENZA per S.Agata

ITINERARIO di 6,8km + con 150m di dislivello in salita

Termini, Tore di Casa, Peraccio, Tuoro, Colarusso, Spina, Torvillo,
Santa Maria della Neve, Pedara, Castagneto, Canale, Sant'Agata

17.00 conclusione della Camminata a Sant'Agata

**PARTECIPAZIONE LIBERA E GRATUITA
SOTTO LA PROPRIA RESPONSABILITÀ**

E' NECESSARIO CALZARE SCARPE CON SUOLA ANTISDRUCIOLO

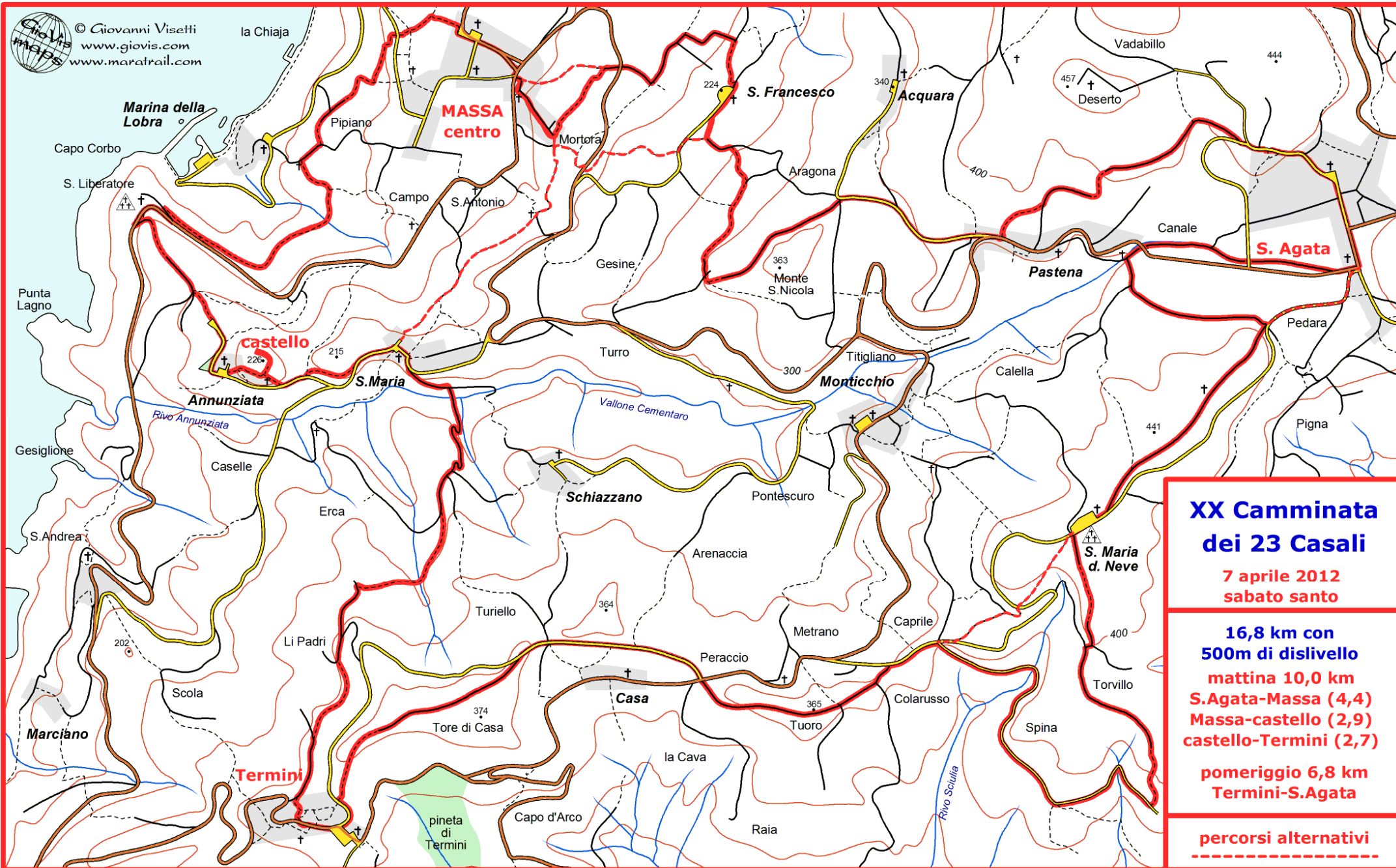
info: giovis@giovis.com * Giovanni 339 6942911

Ruth 338 1500400 * Matteo 338 8165818

**NB: l'itinerario potrà essere modificato, ridotto
e/o annullato per condizioni meteo avverse
o qualsiasi altro motivo, in qualunque momento.**

in collaborazione con i FREE * www.freeramblers.com

**SIETE PREGATI DI NON COGLIERE FIORI E NON
ABBANDONARE NIENTE LUNGO IL PERCORSO !!**



coordinamento: FREE - Free Ramblers Escursionisti Epicurei *** www.freeramblers.com

in collaborazione con: Comune di Massa Lubrese e Archeoclub d'Italia (sede di Massa Lubrese)