

---

**SCHEDA TECNICA**

# Trekking nel Parco Nazionale della Sila

Dal 23 al 30 SETTEMBRE 2023

## **PROGRAMMA**

### **1° giorno: Sila Grande - Centro visita Cupone**

Arrivo previsto a Lamezia Terme (aereo) o Paola (treno) nella prima mattinata.

Trasferimento a Camigliatello all'interno del Parco Nazionale della Sila e sistemazione in hotel.

Escursione in una delle zone più integre e protette del Parco, rifugio sicuro di cervi, caprioli e lupi. Nella valle del Cecita vive il Patriarca della Sila, un abete bianco annoverato tra gli alberi più vecchi del Parco. L'escursione si conclude con la visita del Centro Visitatori del Cupone.

Nel caso l'orario del volo o del treno di arrivo non lascino il tempo per svolgere l'escursione prevista, sarà possibile fare un'altra breve escursione presso il Centro Cupone in relazione al tempo e alla luce ancora a disposizione e secondo stretta valutazione della guida.

Cena e pernottamento in hotel.

**Durata circa 3 ore - Dislivello +100 m. - Difficoltà: E**

### **2° giorno: Sila Grande - Monte Botte Donato**

L'escursione, che segue la tappa 18 del Sentiero Italia, risale il corso del Fiume Neto fino alle sorgenti e raggiunge la cima più alta della Sila, Monte Botte Donato (1928 m). Scivola quindi verso Loricca, piccolo centro turistico sorto sulle rive del Lago Arvo.

Cena e pernottamento in hotel

**Durata circa 7 ore - Dislivello +600 m. - Difficoltà: E**

### **3° giorno: Catena Costiera - Monte Cocuzzo**

Monte Cocuzzo è la cima più alta della Catena Costiera. L'escursione che si svolge in un ambiente carsico e di tipo dolomitico ci farà conoscere ambienti molto diversi dai morbidi paesaggi silani. Dalla cima si presentano eccezionali vedute panoramiche specie sul litorale tirrenico e sul mare prospiciente.

Nel pomeriggio passeggiata nel centro storico di Cosenza, città fondata dai Bruzi alla confluenza del Crati e del Busento, che presenta suggestivi scorci medievali.

Cena e pernottamento in hotel.

**Durata circa 4 ore - Dislivello +450 m. - Difficoltà: E**

### **4° giorno: Sila Grande - Traversata di Montenero**

Classica traversata che tocca la solitaria vetta di Montenero, la seconda più alta della Sila e una delle più panoramiche. Dalla cima di Colli Perilli, dove è posta la Croce dei Laghi, si può godere di uno dei più bei panorami sul Lago Arvo.

Cena e pernottamento in hotel.

**Durata circa 6 ore - Dislivello +550 m. - Difficoltà: E**

### **5° giorno: Sila Piccola - Alta Valle del Fiume Tacina**

Itinerario molto suggestivo con splendida veduta sul Lago Ampollino fino a raggiungere le limpidissime acque del Tacina. Chiusa fra le dorsali di Timpone Morello e del Monte Scorciavuoi, l'alta Valle del Tacina, che prende il nome dal fiume che ha qui le sue sorgenti, si svolge sinuosa fra dolci poggi e boschi imponenti e selvaggi.

Cena e pernottamento in hotel.

**Durata circa 6 ore - Dislivello +450 m. - Difficoltà: E**

---

#### **Guide Ambientali Escursionistiche**

MISAFUMERA s.r.l.s. - Trekking nelle Terre del Sud  
via Crocefisso 27  
89128 Reggio Calabria  
3470804515 - [mail@misafumera.it](mailto:mail@misafumera.it)  
Partita IVA/Codice Fiscale 03020410803  
Numero REA RC-204743 - capitale sociale 6.000,00€

#### **Organizzazione Tecnica**

PALMA NANA VACANZE E NATURA  
Piazza Sant'Euno 15  
90133 Palermo  
091303417 - [info@palmanana.com](mailto:info@palmanana.com)  
Tour Operator della Palma Nana soc coop P.I. 03038980821  
Aut. Regione Siciliana n. 1648/S2-TUR del 29/06/05.

**6° giorno: Le Castella - Cooperativa Terre Joniche - Costa Ionica**

La prima tappa della giornata sarà Le Castella, rinomata località turistica sulla costa ionica, nota per la suggestiva fortezza Aragonese che domina la baia da un isolotto prospiciente la terraferma. Terminata la visita ci sposteremo presso il paese di Isola Capo Rizzuto per un incontro con i ragazzi della cooperativa Terre Joniche. La Cooperativa coltiva circa 100 ettari di terreni confiscati alla 'ndrangheta e aderisce al consorzio Libera Terra.

Pomeriggio libero da dedicare al mare e alla spiaggia.

Cena e pernottamento in agriturismo.

**Giornata culturale - Difficoltà: T**

**7° giorno: Marchesato Crotonese - Monte Fuscaldo**

L'escursione prende piede direttamente dall'agriturismo per raggiungere Monte Fuscaldo (m. 565). Il comprensorio di Monte Fuscaldo fa parte dell'area collinare del Marchesato Crotonese ed è caratterizzato da pendici solcate da valli e canyon che offrono la possibilità di nidificare a numerose specie di uccelli, alcuni dei quali molto rari come il Capo Vaccaio, per questo motivo l'area è divenuta S.I.C. Sito di Importanza Comunitaria della rete Natura 2000.

Cena e pernottamento in agriturismo.

**Durata circa 4 ore - Dislivello +350 m. - Difficoltà: E**

**8° giorno: Santa Severina**

In mattinata ci sposteremo a Santa Severina, uno tra i borghi più belli d'Italia, antico e caratteristico centro storico medievale dove si potrà visitare l'imponente castello, il battistero e il museo diocesano.

Nella tarda mattinata trasferimento in aeroporto a Lamezia in stazione ferroviaria a Paola per la partenza.

**Giornata culturale - Difficoltà: T**

**IMPORTANTE:** Il programma può subire modifiche a causa delle condizioni meteorologiche o logistiche.

**Guide Ambientali Escursionistiche**

MISAFUMERA s.r.l.s. - Trekking nelle Terre del Sud  
via Crocefisso 27  
89128 Reggio Calabria  
3470804515 - [mail@misafumera.it](mailto:mail@misafumera.it)  
Partita IVA/Codice Fiscale 03020410803  
Numero REA RC-204743 - capitale sociale 6.000,00€

**Organizzazione Tecnica**

PALMA NANA VACANZE E NATURA  
Piazza Sant'Euno 15  
90133 Palermo  
091303417 - [info@palmanana.com](mailto:info@palmanana.com)  
Tour Operator della Palma Nana soc coop P.I. 03038980821  
Aut. Regione Siciliana n. 1648/S2-TUR del 29/06/05.

**QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE:**

Da 10 a 15 pax € 820

Da 16 a 30 pax € 800 (da 25 pax una gratuità)

**La quota comprende:**

- ✓ Sistemazione in hotel per 5 notti, in camere doppie, matrimoniali e triple;
- ✓ Sistemazione in agriturismo per 2 notti, in camere doppie, matrimoniali e triple;
- ✓ Trattamento in mezza pensione per tutto il soggiorno;
- ✓ Bevande comprese per tutte le cene;
- ✓ Pranzi al sacco per tutte le escursioni, escluso primo, sesto e ottavo giorno;
- ✓ Pranzo in ristorante il sesto giorno;
- ✓ Assistenza di Guide Ufficiali del Parco e Guide Ambientali Escursionistiche per tutto il trekking;
- ✓ Trasferimenti in pullman per tutto il trekking come da programma;
- ✓ Transfer a/r dall'aeroporto di Lamezia o dalla stazione di Paola;
- ✓ Assicurazione.

**La quota non comprende:**

- ✓ Viaggio a/r per raggiungere Lamezia Terme o Paola;
- ✓ Supplemento camera singola € 25 a notte a persona;
- ✓ Ingressi a musei, chiese e monumenti;
- ✓ Extra in genere e quanto non espressamente indicato ne "la quota comprende".
- ✓ Eventuale Assicurazione Annullamento Viaggio (FACOLTATIVA): polizza a copertura della rinuncia al viaggio del singolo partecipante, assistenza medica e responsabilità civile in viaggio. **Costo extra: 15 euro a persona.**

**Assicurazione Annullamento Viaggio TouristPass**—Ala Assicurazioni (gruppo SARA)

Massimali: Annullamento viaggio - €1.000,00 (in caso di recessione del partecipante per cause indipendenti dalla sua volontà, non prevedibili alla data della prenotazione e comprovate da adeguata certificazione) – Assistenza alla persona - informazioni sanitarie, consigli di un medico, trasporto in autoambulanza, informazioni cliniche sul paziente, invio medico in Italia, segnalazione di un medico specialista, recapito medicinali urgenti, rientro sanitario, rientro di un familiare o compagno di viaggio, ecc ecc - Rimborso spese mediche - €5.000,00 - Assicurazione bagaglio - €1.000,00 - Tutela Giudiziaria - Responsabilità civile in viaggio - €50.000,00.

**Guide Ambientali Escursionistiche**

MISAFUMERA s.r.l.s. - Trekking nelle Terre del Sud  
via Crocefisso 27  
89128 Reggio Calabria  
3470804515 - [mail@misafumera.it](mailto:mail@misafumera.it)  
Partita IVA/Codice Fiscale 03020410803  
Numero REA RC-204743 - capitale sociale 6.000,00€

**Organizzazione Tecnica**

PALMA NANA VACANZE E NATURA  
Piazza Sant'Euno 15  
90133 Palermo  
091303417 – [info@palmanana.com](mailto:info@palmanana.com)  
Tour Operator della Palma Nana soc coop P.I. 03038980821  
Aut. Regione Siciliana n. 1648/S2-TUR del 29/06/05.

---

## **INFORMAZIONI UTILI**

### **COSA METTERE IN VALIGIA**

Portare sempre con sé:

- Documento d'identità;
- Tessera sanitaria.

Per tutte le escursioni è necessario essere dotati di:

- zaino da escursionismo;
- scarponi da trekking (alti alla caviglia);
- giacca anti vento impermeabile;
- pile o maglione per proteggersi dal vento;
- pantaloni lunghi e/o corti da escursionismo;
- idoneo abbigliamento da trekking relativo alla stagione e alle quote che si raggiungono;
- contenitore per l'acqua di almeno un litro.

E' inoltre fortemente consigliato portare:

- cappello per il sole;
- crema solare;
- occhiali da sole;
- piumino leggero, cappello di lana e guanti leggeri;
- lampada frontale o torcia;
- bastoncini telescopici da trekking.

Per il mare si consiglia di portare:

- costume da bagno;
- telo;
- sandali o infradito.

---

### **Guide Ambientali Escursionistiche**

MISAFUMERA s.r.l.s. - Trekking nelle Terre del Sud  
via Crocefisso 27  
89128 Reggio Calabria  
3470804515 - [mail@misafumera.it](mailto:mail@misafumera.it)  
Partita IVA/Codice Fiscale 03020410803  
Numero REA RC-204743 - capitale sociale 6.000,00€

### **Organizzazione Tecnica**

PALMA NANA VACANZE E NATURA  
Piazza Sant'Euno 15  
90133 Palermo  
091303417 - [info@palmanana.com](mailto:info@palmanana.com)  
Tour Operator della Palma Nana soc coop P.I. 03038980821  
Aut. Regione Siciliana n. 1648/S2-TUR del 29/06/05.

---

## **COME EFFETTUARE I PAGAMENTI**

Anticipo del 25% + eventuale quota Assicurazione Annullamento viaggio - entro quaranta giorni prima della partenza.

Saldo della quota entro una settimana prima della partenza.

Il pagamento è da effettuare tramite:

**BONIFICO BANCARIO** intestato a PALMA NANA s.c.  
BANCA POPOLARE ETICA - Sede di Palermo  
IBAN: IT 32 I 05018 04600 000011311214

**Causale:** Indicare chiaramente nella causale, nome e cognome del partecipante o nome del gruppo, e acconto (+ eventuale quota ass. ann. viaggio) o saldo MFSI2.

**MFSI2** è il codice del vostro viaggio.

**Esempio1 causale:** Mario Rossi acconto MFSI2 **oppure** Mario Rossi acconto+quota ass. annullamento viaggio MFSI2

**Esempio2 causale:** Mario Rossi saldo MFSI2

La fattura sarà intestata a colui che effettua il pagamento, associazione/gruppo o singolo partecipante. Per richieste particolari si prega di contattare gli organizzatori.

---

### **Guide Ambientali Escursionistiche**

MISAFUMERA s.r.l.s. - Trekking nelle Terre del Sud  
via Crocefisso 27  
89128 Reggio Calabria  
3470804515 - [mail@misafumera.it](mailto:mail@misafumera.it)  
Partita IVA/Codice Fiscale 03020410803  
Numero REA RC-204743 - capitale sociale 6.000,00€

### **Organizzazione Tecnica**

PALMA NANA VACANZE E NATURA  
Piazza Sant'Euno 15  
90133 Palermo  
091303417 – [info@palmanana.com](mailto:info@palmanana.com)  
Tour Operator della Palma Nana soc coop P.I. 03038980821  
Aut. Regione Siciliana n. 1648/S2-TUR del 29/06/05.