



Sottosezione CAI Vesuvio

"Dal Rifugio Valle Santa Maria al Monte Gallinola"

Domenica 21 Maggio 2023



**Inizio escursione: Rifugio Valle Santa Maria al monte ore 9:00 – Percorso: AR – Difficolta: EE – Dislivello: 700m - Distanza: 16 km c.ca – Durata: 7:00 ore
Responsabili di escursione: **Ciro Teodonna 333.4742944 - Raffaele Spadaro 392 954 1666****

Descrizione

Percorsa tutta la S.P. 331 del Matese con le auto, attraversando i comuni di Castello del Matese e San Gregorio Matese si raggiungerà il valico del Perrone. Dalla sella si proseguirà verso nord-ovest in direzione Campitello Matese per circa 3 km, raggiungendo il rifugio Valle Santa Maria.

Parcheggiate le auto e dopo un briefing ci si incamminerà per circa 1 km fino a raggiungere la capanna sociale di Monte Orso (1.368 m). Seguiremo il segnavia J 48/14E e 13H nella faggeta, procedendo piacevolmente tra fioriture di timo, gerani e ranuncoli, profumi di primule e orchidee di montagna, e in meno di 40 minuti raggiungeremo il Pianellone (uno dei tanti pianori carsici de Matese).

Seguendo sempre la traccia (nord-ovest) raggiungeremo il primo punto panoramico (1.480 m) sul Lago Matese, ammirando il piano pascolino in basso, mentre verso sud, lo sguardo sarà catalizzato dai monti Trebulani, Tifatini, Tabumo-Camposauro ed in lontananza dal Vesuvio.

Dopo una breve sosta si riprenderà il cammino seguendo la dorsale per raggiungere Piana della Corte (1.627 m) con un dislivello di circa 200 m

(luogo prediletto per gli appassionati di parapendio - campo di inizio volo), da questo pianoro si intercetterà la S.P. 106 posizionata lungo il confine regionale della Campania e del Molise.

Affronteremo l'ultimo segmento del sentiero delle mucche per circa 2 km e con 300 m di dislivello. Nell'aria sentiremo il prezioso profumo dell'achillea millefoglie e serpeggiando con passo regolare calpesteremo di tanto in tanto i famosi spinaci di montagna "orapi o buon enrico".

Il luogo è totalmente carsico, con assenza di faggeta e presenza di un manto erboso nel periodo primaverile che pone in evidenza le varie gobbe carbonatiche della Gallinola (1.923 m).

Abbigliamento consigliato e dotazione personale

Scarpe da trekking, pantaloni lunghi, t-shirt tecnica, pile, calzettoni, cappellino, guanti, giacca antivento, bastoncini, occhiali da sole, binocolo, bussola, crema solare, kit primo soccorso (scheda con gruppo sanguigno, farmaci personali e segnalazione di eventuali allergie), borraccia, colazione a sacco. Ricambio di indumenti.

Norme di comportamento da tenere durante le escursioni

- Ogni componente del gruppo durante l'escursione dovrà seguire il direttore di escursione, non uscendo mai dal sentiero, seguendo scrupolosamente le indicazioni.
- Chi dovesse fermarsi per qualsiasi motivo (necessità fisiologiche ecc.) dovrà chiederlo all'accompagnatore che chiude la fila, per poi quest'ultimo attenderlo.
- Non si lasciano rifiuti di alcun tipo, si riportano a casa (anche quelli biodegradabili).

NB. LE PRENOTAZIONI SARANNO REGISTRATE PER I SOLI SOCI ENTRO LE ORE 12.00 DI SABATO 20 MAGGIO, NON SARANNO AMMESSI ALL'ESCURSIONE I SOCI NON PRENOTATI ENTRO IL TERMINE PRESTABILITO.