



CLUB ALPINO ITALIANO

SETTIMANA NAZIONALE DELL'ESCURSIONISMO/CICLOESCURSIONISMO

10 – 14 settembre 2025

Celle di Bulgheria (SA)

Sigla Escursione:	G1
Denominazione:	Sentiero Costa del Cilento: dalla Spiaggia delle Saline all'Arco naturale
Località:	Palinuro
Data:	11 settembre 2025
Direttori:	Lorenza Quintaluce: 392 0072769

Tipologia:	Traversata	Segnaletica - Segnavia CAI:	808
Dislivello:	+ 530 m	Lunghezza:	15,8 km
Durata:	5 h	Trasferimento:	Navetta
Difficoltà:	E	Presenza Acqua:	No
Pranzo:	Al sacco	Quota d'iscrizione:	€ 5,00
Località e ora di ritrovo: Campo sportivo, ore 9:00			
Coordinate: 40.05397194572756, 15.283244164443278			

Luoghi principali lungo il percorso:

Fortino del Porto (m 40), Fortino del Prodesse (m 30), Fortino di Monte D'Oro (m 183), Torre del porto (sec. XVII), Cappella di S. Antonio (sec. XVI), Faro (sec. XIX - m 203), Teleposto o Stazione Meteorologica (sec. XIX - m 188), Tempa della Guardia: ruderi di una capanna-villaggio del bronzo (XVI sec. a.C.), ruderi di un insediamento Enotrio (VI sec. a.C. - m 131)

Descrizione escursione

Il percorso inizia in località Saline. Il primo km si snoda lungo la spiaggia alternando all'arenile brevi tratti di scogliera. Una scalinata conduce al centro abitato fino a raggiungere la Rotonda di Punta Paradiso che consente una panoramica sul delizioso porticciolo. Poco sotto il parapetto, sulle rocce calcaree, è possibile l'osservazione di un rarissimo endemismo: la Granata delle Rupì (*Eokochia saxicola*). Al di sopra della lapide datata 1929 che commemora i martiri dei moti cilentani del 1828, si erge il Fortino del Porto di epoca murattiana (sec. XIX). Lungo il costone roccioso che sovrasta la spiaggia, a pochi metri dal mare, vegeta una florida stazione della Primula che si insinua nella duna fossile al riparo dai raggi solari. Pochi metri ancora e siamo nel borgo marinaro in cui, tra le tipiche case dei pescatori, si notano la Torre del Porto (sec. XVI) e la Cappella di S. Antonio del Porto (sec. XVII). Si imbecca, poi, uno stretto tratturo che in poche centinaia di metri raggiunge il Fortino del Prodesse, altra fortificazione del periodo napoleonico. Tornando indietro di 50 m si riprende l'ascesa. Dopo circa 200 m, subito dopo l'area di sosta alberata Le Màzare, un bivio indica una via breve per raggiungere il Faro oppure, piegando a ovest, la variante per il Sentiero del Falco Pellegrino.

Scegliendo questa seconda opportunità raggiungeremo la Torre Tauriello di Punta della Quaglia (m 65), quindi costeggiando il versante di falesia della Cala del Salvatore si arriva alla piazzola di Punta Iacco (m 70). Si sale ancora fino a quota 203 e si raggiunge il Faro (sec XIX).

Ora il sentiero diventa largo e ghiaioso, poche centinaia di metri e si è ad un bivio, a destra si raggiunge in piano il Monte d'Oro (m 183), su cui si erge un terzo fortino francese (sec. XIX) e un Teleposto con Stazione Meteorologica gestita dall'Aeronautica Militare; è possibile inoltrarsi fino alla Torre di Calafetente (m 141) con splendida vista sull'imponente falesia e sull'Archetiello.

Tornando al bivio si percorre un tratto di provinciale fino alle scale La Carminella e si punta alla villa Il Casone (m 93). Qui una ripida quanto breve salita conduce alla Tempa della Guardia (m 131). Il sentiero scende poi lato fiume e raggiunge la pista ciclabile. Attraversato un ponticello in legno si piega a sinistra fino al cancello d'ingresso della collina Molpa. Valicato il cancello d'ingresso si inizia l'ascesa alla collina Molpa lungo un tratturo largo e agevole e in breve si raggiungono i 131 m di quota rasentando il binario di una monorotaia non funzionante. Sul pianoro si intravedono tra i lentischi i ruderi della chiesa di S. Giuliano (sec XVI) (131 m slm) che dominano la sottostante foce del fiume Mingardo e l'ampio panorama a mare della Cala di Molpa. Proseguendo a ovest si raggiungono i ruderi del Castello di Molpa (sec VI-XVII) a 140 m slm; giunti ai "piani carreggiati", tracciati dall'intenso carsismo, è possibile ammirare una estesa stazione di Primula di Palinuro. Seguendo le indicazioni si piega a nord imboccando uno stretto sentiero che declina a valle con vista sul fiume Lambro e chiude l'anello poco prima del cancello d'ingresso. Qui è possibile dissetarsi alla fontanella adiacente la casa in legno, stazione della monorotaia.

Proseguendo sul nastro d'asfalto in dieci minuti si è all'ampia foce del fiume Mingardo dove domina possente il suggestivo Arco Naturale poggiato là dove le acque del fiume si tuffano nel mare Tirreno, è in queste acque che è possibile, assicuravano gli antichi naviganti greci, l'incontro con la sirena Molpè. Fine del sentiero.



