



CLUB ALPINO ITALIANO

Commissione Regionale Escursionismo



Domenica 6 aprile 2025

*Intersezionale Campana di primavera
a cura della sezione di Cava de' Tirreni*

*Parco Regionale dei Monti Lattari: Anello dalla Badia di Cava
per Cappella Vecchia e Sella Falerio*



Percorso: Badia (360m) - Capodacqua (658m) - Cappella Vecchia (695m) - Sella del Falerio (560m) - Acqua del Cesare (240m) - Albori (245m) - Iaconti Chiesa S.Vincenzo (340m) - Badia-Frestola (350m)

Dislivello: 400 m

Difficoltà: E

Durata: 5 ore

Lunghezza: 10 km

Tipologia: A - anello

Approvvigionamento idrico: Capodacqua – Acqua del Cesare – Iaconti - Corpo di Cava

Attrezzatura: calzature da trekking, bastoncini, colazione a sacco, acqua, giacca impermeabile in caso di pioggia, cappellino da sole

APPUNTAMENTO: ore 9:30 Parcheggio Corpo di Cava – con auto proprie

Accoglienza: Giardini Hotel Scapolatiello - Corpo di Cava

Direttori: Lucia Palumbo - 349-55.27.203 Fortunato Giuseppe - 333-79.49.105
e gli Accompagnatori di escursionismo della Campania

Descrizione itinerario

Il circuito ad anello inizia partendo dal piazzale della millenaria Abbazia Benedettina (360 m), fondata nell'anno 1011, ubicata a Corpo di Cava (frazione di Cava de' Tirreni). Si scende dalla sinistra del piazzale per una stradina a ciottoli, si attraversa il torrente Selano su di un ponticello, nei pressi della sorgente Frestola (320 m), dirigendosi verso destra per un piccolo tratto e quindi piegando a sinistra seguendo la segnaletica CAI – Sentiero 300 (Alta Via Monti Lattari – Sentiero Italia). Si prosegue per boschi di castagni selvatici fino a Capodacqua (658 m) in cui è presente una fontana perenne; di qui, sempre in salita, si raggiunge il piccolo valico di Cappella Vecchia (695 m), punto panoramico con lo sguardo che spazia sul Golfo di Salerno, dai Monti Picentini ai Monti Alburni fino a Punta Licosa. Questo è il punto più alto del nostro itinerario: di fronte si staglia la sagoma del Monte Falerio, verso la cui sella (560m) scenderemo seguendo il sentiero CAI 303a. Poco prima di giungere alla Sella del Falerio incontreremo dei punti panoramici ove bisogna porre molta attenzione in quanto presenti dirupi molto pericolosi.



Giunti alla Sella si svolta a sinistra, sempre continuando sul 303a, fino ad un ulteriore bivio dove, sulla sinistra, inizia il sentiero 303c che conduce a Cappella Nuova. Noi proseguiremo sulla destra, sempre seguendo il 303° verso l'Acqua del Cesare e Albori. Tale parte del sentiero è da percorrere con particolare attenzione in quanto presenta una discreta pendenza ed il fondo in parte è argilloso (quindi può essere scivoloso in caso di piogge recenti) ed in altri tratti sassoso con alcuni passaggi su roccette,

Al termine del sentiero arriveremo alla sorgente dell'Acqua del Cesare e, in pochi minuti, al borgo di Albori, uno spettacolo di case colorate arroccate con un panorama di ampio respiro sul Golfo di Salerno, dove, nella piazzetta della Chiesa di Santa Margherita, consumeremo il pranzo a sacco.

Da Albori, passando alle spalle della Chiesa di Santa Margherita, e procedendo sia su sterrata che su strada asfaltata, si giunge a Iaconti e quindi al Santuario dedicato a San Vincenzo Ferreri ove faremo una sosta per festeggiare la riuscita dell'escursione.

Dal Santuario di San Vincenzo, tramite sentiero sterrato, ritorneremo in breve alla Frestola e quindi al piazzale della Badia ove si concluderà la nostra escursione.

NOTA IMPORTANTE: *al fine di ridurre i rifiuti derivanti dalla colazione a sacco e ... per una dolce sorpresa ... dotarsi di proprie stoviglie: posate, bicchiere, piattino.*

ATTENZIONE:

Ogni escursione o attività ha il suo responsabile, i partecipanti devono attenersi esclusivamente alle sue disposizioni senza mai allontanarsi dal gruppo, se non autorizzati.

Il percorso può essere soggetto a modifiche in caso di avverse condizioni meteo.

Cenni storici

Abbazia della Santissima Trinità

L'Abbazia della Santissima Trinità di Cava de' Tirreni (latino: Territorialis Abbatia Ssmae Trinitatis Cavensis) è una abbazia dei Monaci Benedettini. Spesso è indicata semplicemente come Badia di Cava, così detta perché impiantata sotto una grotta. L'abbazia fu fondata nel XI secolo ed elevata ad abbazia territoriale nel 1394.

Sorge nell'amana cornice della valle metelliana, a circa tre chilometri dalla città di Cava de' Tirreni ed a poca distanza dalla Costiera Amalfitana.

Il fondatore della Badia di Cava fu **Sant'Alferio**, nobile salernitano di origine longobarda formatosi a Cluny, che nel 1011 si ritirò sotto la grande grotta Arsiccìa per trascorrervi vita eremitica. La sua santità attrasse numerosi discepoli tanto da indurlo a costruire un piccolo monastero, il nucleo originale dell'odierna abbazia. Morì in età molto avanzata il 12 aprile 1050.

I primi tre secoli di storia furono splendidi e si accompagnarono con la santità: i primi quattro abati sono stati riconosciuti santi dalla Chiesa (Alferio, Leone, Pietro e Costabile). Tra di essi si distinse San Pietro I, nipote di Alferio, che ampliò notevolmente il monastero e fondò una potente congregazione monastica, l'Ordo Cavensis (Ordine di Cava), con centinaia di chiese e monasteri dipendenti sparsi in tutta l'Italia meridionale. In tal modo essa estese la sua influenza spirituale e temporale in tutto il Mezzogiorno d'Italia, grazie anche al favore dei principi salernitani che la fecero oggetto della loro benevolenza. Furono più di 3000 i monaci a cui San Pietro diede l'abito. Papa Urbano II, che lo aveva conosciuto a Cluny, nel 1092 visitò l'Abbazia e ne consacrò la basilica.

I principi e signori, oltre ad offrire feudi, beni e privilegi, donarono all'abbazia o la proprietà o il diritto di patronato su chiese e monasteri. I vescovi ambivano di avere nelle loro diocesi i Cavensi per il bene che vi operavano. I papi, oltre la conferma delle donazioni, concessero il privilegio dell'esenzione. In questo modo l'abate di Cava finì per avere una giurisdizione spirituale, dipendente solo dal Papa, sulle terre e sulle chiese di cui la Badia aveva la proprietà. Da parte sua Cava costituiva per i papi un caposaldo di cui potevano fidarsi pienamente, tanto da affidarle in custodia alcuni antipapi..

Albori

Albori è un borgo che si trova in una frazione di Vietri sul mare e rappresenta una delle località sicuramente da scoprire che esce fuori da quello che viene segnalato in un classico percorso turistico. Questo borgo ha meno di 300 abitanti ed è realizzato tutto con tipiche case bianche del territorio e sembra essere sospeso tra mare e montagna, incastonato sul monte Falerio. Un altro simbolo per eccellenza di questo borgo è la chiesa di Santa Margherita che risale al 1600 ed è titolata alla giovane martire di Antiochia. Completamente in stile barocco a cui sono stati aggiunti alcuni elementi della scuola vietrese. Questa zona è sicuramente da non perdere. La chiesa è bellissima, grazie alle sue tre navate dove c'è anche l'arco trionfale ed elementi in stile barocco. Vi sono tantissimi affreschi della scuola barocca campana napoletana con firme di artisti come Solimena e Belisario Corenzio.



Santuario di San Vincenzo Ferreri

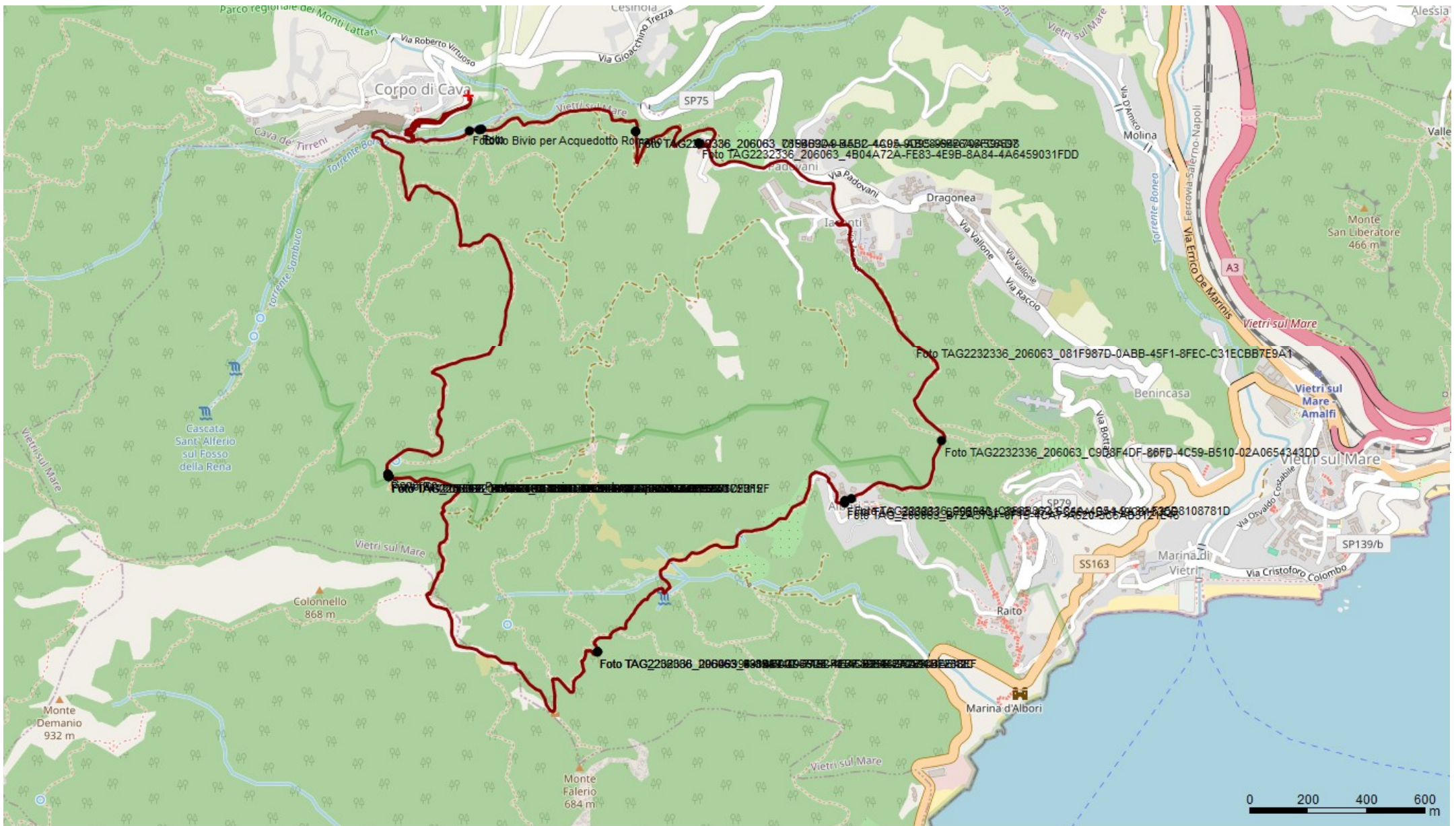
Un tempo appartenente al territorio cavese, il Santuario di San Vincenzo Ferreri di Dragonea (ora nel Comune di Vietri sul Mare) è stato sempre meta di visitatori di Cava.

Situato in un luogo solitario della collina di Maiano, sopra la valle del Bonea è strutturato con una chiesa (con annesso convento) ed una Confraternita.

La chiesa, già citata nel 1074 come Santa Maria de Maiano de Transbonea, fu dedicata a S. Maria ad Martyres. Nel 1088 fu donata a San Pietro, terzo abate del monastero della SS. Trinità di Cava, con due pezzi di terreno. I monaci benedettini successivamente vi fecero costruire un convento e una Confraternita. Nel 1513 fu ceduta ai Padri Domenicani. Nel 1809, per le leggi di soppressione, tutto passò al Regio Demanio: la chiesa fu annessa alla parrocchia di S. Pietro e il convento fu ceduto alla Badia.

La Confraternita, edificata nella metà '400 e dove agli inizi del '600 fu realizzato l'Oratorio con sepolture sottostanti, mutò il nome in Confraternita del SS. Rosario. In essa è di un certo interesse il pavimento in cotto in ceramica vietrese dell'800. Ma fu soprattutto il convento, ora quasi del tutto inagibile, che ebbe un grande sviluppo in quanto nel 1867 quando un monaco benedettino, Don Gaetano Foresio, amante delle scienze, vi organizzò una scuola agraria gratuita, con un allevamento di bachi da seta. La Chiesa invece passò prima ai Padri Carmelitani e successivamente alla Diocesi di Cava ed infine ai Benedettini.





Altitudine Velocità

Salita: 615 m | Discesa: 636 m | Massima: 684 m | Minima: 227 m

