



# Una montagna di salute

**4<sup>a</sup> edizione**

La Commissione Medica della Calabria, aderendo all'iniziativa della CCM del CAI all'interno del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2024 promosso da ASviS, organizza una escursione sulla catena costiera tirrenica della Provincia di Cosenza

## “Laghicello – Casellone Forestale Cinquemiglia”

con la collaborazione della Sezione CAI di Cosenza “Giovanni Barracco”, le Sottosezioni di Mendicino e Serra Pedace e con Oncorosa Trekking, la Fondazione Exodus e il Distretto Cosenza Nord del Rotary Club

**Domenica 5 maggio**

Regione Calabria – Provincia di Cosenza;

Gruppo Montuoso: APMER 138 - Sentieri CAI SI U23 - SI U24 - 804B;

Lunghezza totale (A/R): Km 7 – Dislivello in salita m 250, in discesa m 125;

Tempo di percorrenza: ore 4.0; Quota massima: m 1.275 – minima m 1.025;

Difficoltà: E

### Programma

L'escursione, lungo un percorso inserito nel programma di Montagnaterapia tra quelli selezionati anche per la Terapia Forestale, si svolge sulla Catena Costiera, nel gruppo montuoso di Cozzo Cervello – Serra Pantanolata. Si inizia dal bivio di Laghicello, lungo la SP 31 da San Benedetto Ullano, in leggera salita verso la cresta della montagna, nella foresta di faggi più antica della Calabria e si raggiunge la Serra Pignatella. Poi il sentiero inizia a scendere fino alla confluenza con la Tappa U25 del Sentiero Italia. Sempre camminando nella faggeta si arriva nella famosa foresta di Cinquemiglia dove, presso la Caserma Forestale, è prevista la fine del magico percorso. Alla fine dell'escursione visita alle “Porte narranti” di San Benedetto Ullano.

### Referenti

AE Francesco Romano – 360986269

AE Luigi Patitucci - 3475034317

AE Gianstefano Verrina – 3396242886

Candida Mastroianni - 3383857041

### Informazioni

<http://caicosenza.it/>



PARTNER

PARTNER ISTITUZIONALI

MEDIA PARTNER

IN COLLABORAZIONE CON