

## Sentiero [DA MARINA DI CAMEROTA A PORTO INFRESCHI](#)

(tratto costiero del Sentiero del Mediterraneo E12)

### **Descrizione:**

Il sentiero che si disloca lungo la ZPS è un susseguirsi di ambienti mediterranei, calette incastonate in baie naturali, torri, grotte e soprattutto ad ogni salita lungo i rilievi collinari corrisponde una suggestiva discesa che conduce agli arenili dai fondali di cristallina limpidezza del Pozzallo, di Cala Bianca ed infine di P.to Infreschi spiagge elette nel 2013, "spiaggia più bella d'Italia", concorso web di Legambiente. Il percorso prende origine lungo la costa ad est della spiaggia di Lentiscelle, a sinistra della grotta dove è stato ospitato una riproduzione de il **Leone di Caprera** una goletta di 9 metri di lunghezza, famosa per aver compiuto una straordinaria impresa navigatoria: la traversata atlantica dall'Uruguay all'Italia nel 1880, un vero primato della marineria, per una imbarcazione di quelle dimensioni. La goletta è arrivata nel museo ricavato nella *Grotta di Lentiscelle* a Marina di Camerota grazie ai discendenti di Pietro Troccoli di Marina di Camerota (SA) che fu uno dei tre membri dell'equipaggio, che per la storica impresa venne decorato dal re con la medaglia d'oro.

Il sentiero si immerge dapprima nella macchia mediterranea di erica e lecci e, dopo un breve tratto di strada asfaltata, che conduce alla contrada "Lentiscella", si imbocca verso destra una pista sterrata che tra oliveti e vigneti porta verso "Monte di Luna" e da qui si riscende verso una prima incantevole spiaggia in una baia circoscritta da promontori rocciosi ricchi di macchia mediterranea, denominata la spiaggia del Pozzallo dove c'è un piccolo ristoro.

Alle spalle della spiaggia si possono scorgere i resti di una antica "Calcara" fornace costruita in pietra a secco destinata alla produzione della calce. Le pietre da cuocere erano posizionate a partire dal fondo: poi si costruiva una volta a secco che delimitava la "camera di combustione" per l'alimentazione del fuoco. Si procedeva quindi al riempimento della calcara, le pietre sommitali erano ricoperte con una "cappa" di argilla. La fornace era accesa dalla bocca inferiore e mantenuta costantemente alimentata. Dopo una settimana di fuoco continuo ad oltre 900 gradi di temperatura, si era giunti al termine del ciclo di cottura e la roccia calcarea (carbonato di calcio) perdendo anidride carbonica si trasformava in calce viva (ossido di calcio). Le pietre di calce viva conservate in contenitori o sacchi chiusi, venivano trasportati via mare al Porto di Marina di Camerota. Per utilizzare la calce, era necessario procedere al cosiddetto spegnimento in acqua. Il rapporto tra il peso delle pietre di calce viva e il quantitativo di acqua, determina la formazione di polvere o di grassello di calce. La polvere era utilizzata in agricoltura come antiparassitario e disinfestante, il grassello per le applicazioni in edilizia.

Superata la spiaggia del Pozzallo, si riprende il sentiero lungo l'impluvio e dopo una breve salita, all'ombra di lecci, si giunge a una radura dove si possono ammirare i resti di una vecchia aia, un tempo utilizzata per macinare il grano con i muli, da qui il grano macinato veniva poi trasportato via mare; superata l'aia, in un'insenatura piuttosto nascosta è inserita Cala Bianca. Meravigliosa spiaggia incastonata in uno degli angoli più suggestivi della Costa di Camerota. Una Perla nel cuore di una delle più famose aree Marine Protette d'Italia, ovvero quella degli Infreschi e della Masseta. Il nome Cala Bianca deriva dal colore abbagliante dei ciottoli misti a sabbia di questa spiaggia, circondata da un contesto selvaggio, incontaminato e naturale, lambita da un mare cristallino, solitamente di colore celeste. Sul promontorio che abbraccia la Cala c'è la Torre di Cala Bianca, mentre nel fondale sfocia una fonte di acqua dolce ghiacciata chiamata S. Caterina che confluisce in mare. Nel 2013, è stata eletta la "spiaggia più bella

d'Italia", grazie al parere delle migliaia di internauti che l'hanno votata via web per **"La più bella sei tu"**, il sondaggio di Legambiente lanciato per eleggere la spiaggia più bella d'Italia.

Ripreso il sentiero lungo il vallone ci si inerpica protetti dalla fresca ombra della macchia mediterranea e degli olivi. Arrivati sul poggio inizia la discesa che conduce al porto naturale degli Infreschi meraviglioso angolo di paradiso eletto anch'esso **spiaggia più bella d'Italia** nel 2014. La Punta degli Infreschi, una delle baie più famose del Cilento e riserva naturale marina protetta è infatti uno degli ultimi lembi ancora intatti e disabitati della costa tirrenica meridionale, la meglio preservata dall'impatto antropico. La zona è la più varia e interessante dal punto di vista naturalistico perché ricca di posidonieti, falesie con coralligeno e grotte e cavità: le grotte, sia sottomarine che affioranti sulla superficie dell'acqua, costituiscono anche dei siti archeologici rilevanti in quanto in molte di esse sono state trovate tracce di uomini preistorici, uno dei quali è stato proprio catalogato come "homo camerotensis". Tratto distintivo della piccola baia è la presenza di una grotta dalla quale fuoriesce acqua dolce e freddissima che si sversa a mare, dal quale prende il nome l'intera baia "Infreschi" infatti in questa zona fino alla metà del '900 era attiva una tonnara e i pescatori utilizzavano la grotta per lasciarvi il pescato che si manteneva ben fresco. In epoca romana il suo nome era Anphorisca perché lì era cavata l'argilla per la fabbricazione di manufatti, la cui produzione è ancora rinomata. Divenne Anfresca, nel XVII secolo sulle carte nautiche, Infreschi, oggi.

Lungo le pendici a destra dello sperone roccioso che cinge questo porto naturale, vi è una folta colonia di Primula palinuri un endemismo assurdo a simbolo del PNCVD. Sulla baia la piccola cappella di San Lazzaro, tutt'oggi meta votiva. In una piccola grotta è attivo in estate un punto ristoro. Ecco, in questo scenario mozzafiato termina la nostra escursione...

Il rientro può avvenire utilizzando lo stesso sentiero oppure in barca fino al porto di Marina di Camerota quest'ultima soluzione vi permetterà di esplorare altri meravigliosi e suggestivi paesaggi che può offrirvi la costa dell'Area Marina Protetta di "Porto Infreschi e della Masseta". Prima della partenza si può concordare il rientro in barca direttamente contattando le diverse cooperative di barcaioli poste sul porto di Marina di Camerota.



#### **Punti di interesse e di valenza ambientale:**

Monte di Luna, Cala Pozzallo, Cala Bianca, Porto Infreschi.

#### **Informazioni tecniche del sentiero:**

- Tipologia di percorso: Andata e ritorno

- Segnavia: BIANCO ROSSO (FIE)
- Punto di partenza e arrivo: Spiaggia Lentiscelle (cimitero di Marina di Camerota)
- Distanza: 12 km A/R
- Dislivello: + 0 – 170 mt
- Durata: 5 ore + soste
- Disponibilità acqua: In paese alla partenza e nei punti ristoro d'estate
- Livello di difficoltà: E – Escursionistico
- Nota sul livello di difficoltà: Sentiero in gran parte scoperto, in estate evitare le ore più calde e proteggersi dal sole.

**Pe info escursione, guide e trekking organizzato e gite in barca:**

**Escursioni trekking:**

**Cilento adventures**

via Porto turistico  
Marina Di Camerota, Campania, Italy  
Cell. 347 538 9449  
[www.cilentoadventures.wix.com](http://www.cilentoadventures.wix.com)

**Associazione Posidonia Cilento**

Prof. Salvatore Calicchio  
Via S.Vito n°28 Camerota Salerno 84040  
Tel. 0974 935023  
Cell. 333 59 53 513  
[www.posidonia-cilento.it](http://www.posidonia-cilento.it)

**Gite in barca:**

**Cooperativa Cilento Mare**

[www.coopcilentomare.com](http://www.coopcilentomare.com)  
Via Sirene, 2  
Marina di Camerota SA  
Cell. 339 887 7990

**Coop. La Rosa dei Venti**

Escursioni Grotte  
Marina di Camerota- Capo Palinuro  
[www.coop-larosadeiventit.it/](http://www.coop-larosadeiventit.it/)  
Contatti: 345 4042675 -