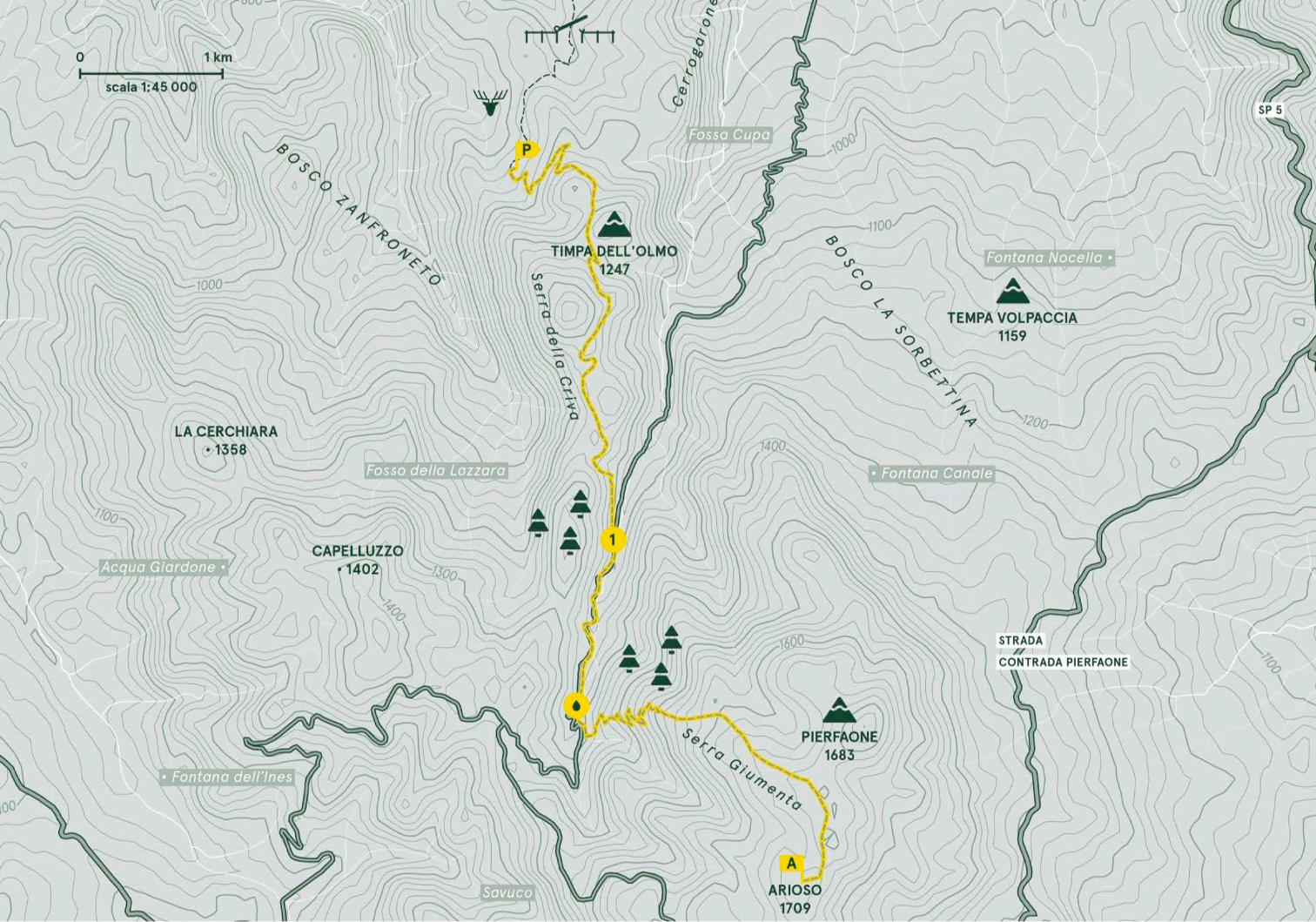


3. FOSSA CUPA – MONTE ARIOSO | DIFFICOLTÀ: Media (E) | DURATA: 5h e 30min



LUNGHEZZA: 10km | DISLIVELLO: +786m -126m | ALTITUDINE MINIMA: 1039m | ALTITUDINE MASSIMA: 1716m



3. FOSSA CUPA – MONTE ARIOSO

P Il percorso inizia nei pressi del rifugio la **CASERMETTA** raggiungibile a piedi dopo aver parcheggiato l'automobile a qualche centinaio di metri di distanza, presso la sbarra che segna l'accesso alla **FORESTA REGIONALE DI FOSSA CUPA** e dopo aver percorso la strada asfaltata che costeggia per un tratto la recinzione dell'**AREA FAUNISTICA DEL CERVO**.

Per circa 4 km si percorre un sentiero caratterizzato da più tornanti lungo cui si alternano tratti in faggeta e tratti scoperti. Il bosco, al contrario delle faggete pure che caratterizzano altre aree del Parco, si contraddistingue per la presenza di diverse specie arboree e arbustive fra cui aceri, agrifoglio, biancospino, rosa canina e melo selvatico. Molto ricco anche il sottobosco con presenza di fragole di bosco e more.

1 Dopo questo tratto sterrato, si giunge sulla strada asfaltata che costeggia il **BASENTO**. Il fiume, che nasce tra queste montagne, è il più lungo corso d'acqua della Basilicata. Lungo il suo percorso fino al mar Jonio offre *habitat* idonei alla presenza di specie di pregio quali la lontra, la cicogna nera e la testuggine palustre europea.

● Si percorre tutta la strada asfaltata per poco meno di 2 km fino a raggiungere un fontanile. Dopo aver riempito le borracce, si supera il ponte e si svolta a sinistra; da questo punto in

poi il sentiero si sovrappone al sentiero Frassati e presenta segnaletica CAI.

Si prosegue in salita, per circa 1600 m su un percorso a zigzag, caratterizzato dalla presenza di muretti a secco che delimitano gli antichi *tratturi* segnati dai pastori con le loro greggi.

Dopo questo tratto continua la salita in una fitta faggeta in cui sono presenti diversi esemplari di alberi secolari. La traccia del sentiero è sempre ben evidente anche nei brevi tratti scoperti per la presenza delle piste da sci del comprensorio Sellata-Arioso.

Finalmente, dopo un cammino di 10 km, si raggiunge la vetta del **MONTE ARIOSO** da cui è possibile ammirare il massiccio del Pollino a sud, il Parco del Cilento a ovest, il monte Vulture e i Monti Picentini a nord, le Dolomiti Lucane a est.

A