



## SCHEDA INFORMATIVA : PUNTA LICOSA E IL BORGO DI CASTELLABATE

L'itinerario si sviluppa all'interno dell'Area marina protetta di Punta Licosa, ricadente nel comune di Castellabate, tra le località di Ogliastro Marina e San Marco. Punta Licosa si trova non distante da Santa Maria di Castellabate e può essere raggiunta solo a piedi da Ogliastro Marina attraverso un lungo vialone di carrubi, di pini d'aleppo, uliveti, viti e cespugli di macchia mediterranea. Le leggende mitologiche sono ciò che rendono ancor più affascinante e suggestivo questo luogo della costa cilentana. Un tuffo nel mito. Qui un'antica leggenda narra che la sirena Leucosia venne trasformata in scoglio dopo essersi gettata dalla rupe per un amore non corrisposto. Sarà il fascino di un nome che si perde nella leggenda o semplicemente la suggestione di un luogo che ha nei fondali rocciosi la sua caratteristica, Punta Licosa è considerata una delle località balneari più belle del mondo. Ancor più belle perché qui ci si può accedere solo a piedi, godendo del fresco della pineta, dei rumori delle onde, della tranquillità delle calette. Leucosia, dimora e sepolcro delle sirene, racchiude in un lembo di tre chilometri di costa, storia, leggenda e paesaggi mozzafiato. Di fronte a Punta Licosa si trova un isolotto che pare ispirò il cantore Omero: di fronte al suo mare Ulisse si fece legare all'albero di maestra per ascoltare l'ingannevole canto delle sirene. Dopo l'escursione naturalistica, il viaggio continua alla volta di Castellabate, antico centro medioevale tra i "borghi più belli d'Italia", arroccato su una collina che domina l'ampia insenatura da Licosa a Tresino. Dal Belvedere è possibile ammirare un paesaggio mozzafiato, mentre passeggiando per le caratteristiche viuzze, si arriva al Castello e al campanile romanico della chiesa parrocchiale. Il castello, la Basilica pontificia di fattura angioina, il Campanile, i vicoli, gli archi, gli slarghi, le case in pietra e i balconcini ricoperti di fiori, i palazzi patrizi del 700, costituiscono le principali attrattive dell'antico paese, che nel secolo scorso ha ospitato uomini illustri come Ruggero Leoncavallo e Gioacchino Murat.

Versante di salita: Ogliastro Marina

Dislivello di salita: meno di 100 m

Tempo totale: 4 h

Lunghezza percorso: 8km (Andata e Ritorno)

Difficoltà: facile

**Tipo di percorso:** Sentiero 

**Attrezzatura:**  

**Valutazione:** E/T  (Escursionistico-Turistico)

### **Accessi:**

L'escursione parte dal piccolo porticciolo di Ogliastro Marina e arriva alla splendida e rinomata area marina protetta di Punta Licosa. L'attività prevede sia l'andata che il ritorno a piedi. Nel pomeriggio ci sposteremo in auto verso il borgo di Castellabate per una passeggiata culturale.

### **Nello zaino:**

Acqua (almeno 1,5 l)

Pranzo a sacco

Macchina fotografica

K-way

Cappellino

Crema solare

Foto



Contatti:

[outdoorcilent@gmail.com](mailto:outdoorcilent@gmail.com)

389-9329413 (Rosalba) 333-2286542 (Manuela) 328-1653860 (Grace)