

ROADBOOK

La guida sintetica al Cammino di San Francesco di Paola.

Tappa 1

Da San Marco Argentano a Cerzeto

LUNGHEZZA

11,750 m

TEMPO MEDIO

4:00

DISLIVELLO

600 m in salita

San Marco Argentano | Chiesa della Riforma



0,00 km



0:00



426 m



Punto di partenza del Cammino. Lasciati la Chiesa alle spalle e gira dopo 40 m, sulla prima strada verso sinistra.



km 49,0 al Santuario di San Francesco di Paola.



In attuazione di un voto materno, il giovinetto arriva al convento di S. Marco Argentano per trascorrervi un anno vestendo l'abito del santo Patrono d'Assisi.

Incrocio via Giuseppe Saragat - via Don Vincenzo Balsano



0,33 km



0:04



475 m



Gira a sinistra.



km 48,7 al Santuario di San Francesco di Paola.



Il neonato Francesco è colpito ben presto da un ascesso maligno che ne mette in pericolo la vista. I genitori implorano la guarigione del Santo d'Assisi.

Incrocio via Don Vincenzo Balsano (strada cimitero) - SP94



1,65 km



0:25



510 m



Gira a sinistra.



km 47,4 al Santuario di San Francesco di Paola.



Nella recita del Rosario il primo incontro di pietà mariana del fanciullo paolano.

Incrocio SP94 - SP108 per Cervicati



1,90 km



0:30



515 m



Continua dritto, tralascia la deviazione a sinistra.



km 47,1 al Santuario di San Francesco di Paola.



Tra i Minori Conventuali, il giovinetto Francesco trascorre l'anno votivo in sentita pietà e in umili servizi, non raramente premiati con estasi dal Cielo.

Incrocio SP94 - La Cumma



2,90 km



0:48



585 m



Devia a destra.



km 46,1 al Santuario di San Francesco di Paola.



Al termine dell'anno votivo, Francesco è ad Assisi umile pellegrino insieme con i genitori.

La Cumma



3,04 km



0:50



595 m



Devia a sinistra.



km 46,0 al Santuario di San Francesco di Paola.



Sulla via del ritorno sosta a Montecassino per consultare i monaci sulla propria vocazione all'eremo.

Vallone Cupo



4,00 km



1:28



760 m



Gira a destra.



km 45,0 al Santuario di San Francesco di Paola.



Alcuni cacciatori, inseguendo un cerbiatto, scoprono con loro meraviglia in una grotta il giovanissimo eremita.

Aia del Vento



4,13 km



1:30



770 m



Devia a sinistra. [Dritto per andare al rifugio di "Aia del Vento"].



km 44,8 al Santuario di San Francesco di Paola.



I primi ad accorrere dal giovanissimo eremita, dopo la notizia sparsa dai cacciatori, sono i Paolani.

Rifugio "Aia del Vento"



450 m. deviazione fuori percorso

Alla pietra di località "Aia del Vento" continua dritto per raggiungere il Rifugio. Dopo 350 m. gira a sinistra.



Prossima fonte d'acqua *Osticano / Kroj Shtikàn*, tra 3,35 km.

Sciostodaro



4,42 km



1:35



800 m



Gira a destra.



km 44,6 al Santuario di San Francesco di Paola.



E' tradizione che, a vanificare gli assalti del Maligno, Francesco s'immergesse nelle acque gelide del torrente: una colonna di fuoco ne esalta l'eroismo.

Pizzo Fino



6,03 km



2:05



874 m



Continua dritto, traslascia la deviazione a sinistra.



km 43,0 al Santuario di San Francesco di Paola.



Attorno a lui si forma il primo nucleo degli Eremiti penitenti di Paola.

Malpassaggio



6,70 km



2:20



850 m



Gira a sinistra.



km 42,3 al Santuario di San Francesco di Paola.



Il Santo allevia il peso di un enorme sasso che servirà alla costruzione del romitorio.

Agine



6,79 km



2:22



858 m



Gira a sinistra per Cerzeto, (5 km al termine della prima tappa). [Gira a destra per il Santuario]



km 42,2 al Santuario di San Francesco di Paola.



Alleggerisce due grosse travi che invia al luogo di fondazione.

Fonte Osticano | Kroj Shtikàn



7,47 km



2:35



815 m



Prossima fonte d'acqua *Fontana San Nicola*, tra 3,60 km.

Osticano



7,78 km



2:40



800 m



Gira a sinistra per Cerzeto. [Sulla strada che sale verso destra, Castagno Monumentale denominato "Patriarca di Kroj Shtikàn" a 150 m.]



km 41,2 al Santuario di San Francesco di Paola.



Ripara una fornace in fiamme e ne esce incolume.

Castagno Monumentale denominato "Patriarca di Kroj Shtikàn"



150 m. deviazione fuori percorso

Alla pietra di località "Osticano" gira a destra, sul sentiero in salita, per raggiungere il Castagno Monumentale denominato "Patriarca di Kroj Shtikàn".

Strada asfaltata per Cerzeto



10,8 km



3:30



515 m



Continua dritto, tralascia la deviazione a sinistra.



km 38,2 al Santuario di San Francesco di Paola.



La Provvidenza supplisce alla povertà del Santo romito inviando un carico di pane fragrante.

Acqua San Nicola



11,1 km



3:40



490 m



Prossimo rifornimento idrico nel borgo di Cerzeto.

Cerzeto - Poste Italiane



11,6 km



3:55



455 m



Gira a sinistra per Cerzeto.



km 37,4 al Santuario di San Francesco di Paola.



Rara esperienza mistica, l'apparizione di tre corone sul capo del Santo.

Cerzeto | Chiesa SS. Pietro e Paolo



11,7 km



4:00



439 m



Fine prima tappa, borgo di Cerzeto. Chiesa SS. Pietro e Paolo. All'interno, cappella dedicata a San Francesco di Paola, nella navata di destra.



km 37,3 al Santuario di San Francesco di Paola.



Un angelo, come vuole la tradizione, consegna al Santo Fondatore il sacro abito dei Minimi.

Tappa 2

Da Cerzeto al Rifugio Bosco Cinquemiglia di Fuscaldo

LUNGHEZZA

17,500 m

TEMPO MEDIO

5:20

DISLIVELLO

1090 m in salita

Cerzeto | Chiesa SS. Pietro e Paolo



0,00 km



0:00



439 m



Inizio seconda tappa.



km 37,3 al Santuario di San Francesco di Paola.



Un angelo, come vuole la tradizione, consegna al Santo Fondatore il sacro abito dei Minimi.

Cerzeto - Poste Italiane



0,10 km



0:05



455 m



Gira a destra.



km 37,2 al Santuario di San Francesco di Paola.



Rara esperienza mistica, l'apparizione di tre corone sul capo del Santo.

Strada montana acciottolata



0,95 km



0:25



515 m



Continua dritto, tralascia la deviazione a destra.



km 36,3 al Santuario di San Francesco di Paola.



La Provvidenza supplisce alla povertà del Santo romito inviando un carico di pane fragrante.

Osticano



3,97 km



1:30



800 m



Gira a destra. [Sulla strada che sale verso sinistra, Castagno Monumentale denominato "Patriarca di Kroj Shtikàn" a 100 m.]



km 33,3 al Santuario di San Francesco di Paola.



Ripara una fornace in fiamme e ne esce incolume.

Fonte Osticano | Kroj Shtikàn



4,23 km



1:35



815 m



Prossima fonte d'acqua *Serra dei Muli*, tra 2,37 km.

Agine



4,96 km



1:50



858 m



Gira a sinistra.



km 32,3 al Santuario di San Francesco di Paola.



Alleggerisce due grosse travi che invia al luogo di fondazione.

Cozzo S. Elia



5,65 km



2:05



925 m



Continua dritto, traslascia la deviazione a destra.



km 31,6 al Santuario di San Francesco di Paola.



L'arcangelo S. Michele consegna lo stemma dell'Ordine: Charitas.

Serra dei Muli



6,60 km



2:20



930 m



Continua dritto, traslascia la deviazione a sinistra.



km 30,7 al Santuario di San Francesco di Paola.



Il Santo fa tornare in vita, con la sua preghiera, il nipote Nicola.

Area pic-nic "Serra dei Muli" | fontana



50 m. deviazione fuori percorso

30 m prima della pietra di località "Serra dei Muli" gira a sinistra per l'area pic-nic con fontana.



Prossima fonte Acqua del cinghiale tra 1,26 km.

Acqua del cinghiale



7,86 km



2:35



978 m



Prossima fonte d'acqua *Passo di Guardia*, tra 2,37 km.

Passo di Guardia | Rifugio



8,20 km



2:45



965 m



Continua dritto.



km 29,1 al Santuario di San Francesco di Paola.



La marchesa di Gerace, tisica, è guarita per intercessione del Santo.



Prossima fonte, *Acquafredda*, tra 8,6 km.

Isola di faggi



9,21 km



3:05



1040 m



Continua dritto, tralascia la deviazione a destra.



km 28,0 al Santuario di San Francesco di Paola.



Astratto in Dio, Francesco aveva lasciato la frittura di pesce sulla viva bracia. Rientrato in sé la trova squisita come non mai.

Cinque vie



9,98 km



3:20



1145 m



Gira a destra oltre i paletti in ferro.



Superati i paletti vai verso sinistra.



km 27,3 al Santuario di San Francesco di Paola.



Per spegnere un incendio, il Santo interviene con le sole mani e i piedi, restandone incolume.

Bosco Cinquemiglia



11,7 km



3:50



1200 m



Gira a sinistra.



km 25,6 al Santuario di San Francesco di Paola.



Francesco conforta nell'agonia il proprio genitore, che l'aveva seguito all'eremo dopo la morte della pia consorte.

Fonte Acquafredda



16,8 km



5:05



1120 m



Prossima fonte d'acqua al Rifugio di Bosco Cinquemiglia.

Margine del Bosco Cinquemiglia



17,3 km



5:15



1045 m



Gira a sinistra.



km 19,9 al Santuario di San Francesco di Paola.



Ogni contrada che il Santo attraversa beneficia del suo potere taumaturgico.

Rifugio Bosco Cinquemiglia di Fuscaldo



17,5 km



5:20



1026 m



Fine seconda tappa.

Tappa 3

Dal Rifugio Bosco Cinquemiglia di Fuscaldo al Santuario di Paola

LUNGHEZZA

19,750 m

TEMPO MEDIO

5:20

DISLIVELLO

750 m in salita

Rifugio Bosco Cinquemiglia di Fuscaldo



0,00 km



0:00



1026 m



Inizio seconda tappa.



Prossima fonte d'acqua *Fontana Laghicello*, tra 2,20 km (portata ridotta o nulla in estate!).

Strada Provinciale 31



0,05 km



0:01



1020 m



Gira a sinistra.



km 19,7 al Santuario di San Francesco di Paola.



Altro prodigio, attribuito al Santo dalla tradizione, è la risurrezione di «Martinello», l'agnello già sgozzato e consumato dagli operai.

Laghicello



1,94 km



0:30



1135 m



Gira a destra.



km 17,8 al Santuario di San Francesco di Paola.



Un'ossessa di Rocca Angitola, nonostante smanie e convulsioni, viene liberata dall'invasione diabolica.

Fontana Laghicello



2,20 km



0:35



1140 m



Prossima fonte d'acqua *'Ntrunat*, tra 11,3 km (portata ridotta o nulla in estate!).

Gaspariello



2,48 km



0:40



1160 m



Gira a destra.



km 17,3 al Santuario di San Francesco di Paola.



A Paola, dicendo «per Carità», Francesco arresta il precipitare di enormi macigni, che poi il popolo chiamerà Le pietre del miracolo.

Pizzuto



3,31 km



0:55



1155 m



Gira a destra.



km 16,4 al Santuario di San Francesco di Paola.



Dinanzi all'inviato del Papa il Santo sorregge il fuoco nelle nude mani a prova delle possibilità della sua tipica austerità quaresimale.

Serra di Ceccio



4,07 km



1:10



1165 m



Gira a destra.



km 15,7 al Santuario di San Francesco di Paola.



Lo scatenarsi degli elementi della natura, pioggia e vento, lascia imperturbato e illeso il Santo romito.

Varco dell'Olmo



5,06 km



1:30



1220 m



Gira a sinistra.



km 14,7 al Santuario di San Francesco di Paola.



Francesco, con un normale bagno di acqua tiepida, rimedia all'ostinato gonfiore sofferto da un suo congiunto.

Li Murgi



6,69 km



2:00



1300 m



Gira a destra.



km 13,1 al Santuario di San Francesco di Paola.



Investito da un carro, Francesco ne ha per quaranta giorni, al termine dei quali torna vegeto e sano come aveva predetto.

Cozzo Cervello



7,76 km



2:20



1375 m



Continua dritto, scendendo nella faggeta.



km 12,0 al Santuario di San Francesco di Paola.



Nel nome di Gesù, Francesco consolida una parete che sta per crollare.

Montagna Grande (superiore)



9,05 km



2:40



1230 m



Continua dritto.



km 10,7 al Santuario di San Francesco di Paola.



Tornano le forze al paolano Antonio, dietro invito del Santo a intraprendere senza indugi il lavoro.

Montagna Grande (inferiore)



9,74 km



2:30



1170 m



Continua dritto, tralascia la deviazione a sinistra.



km 10,0 al Santuario di San Francesco di Paola.



Un enorme masso, che ostruisce il passaggio dei materiali di costruzione, viene spostato al solo comando del Santo.

Croce di Paola e di Montalto



10,1 km



2:35



1158 m



Gira a destra.



km 9,62 al Santuario di San Francesco di Paola.



A somiglianza di Gesù col cieco nato, Francesco delinea occhi e bocca sul viso informe di un bambino.

Croce di Paola e di Montalto (inferiore)



10,2 km



2:40



1150 m



Continua dritto, tralascia la deviazione a sinistra e a destra.



km 9,50 al Santuario di San Francesco di Paola.



Una donna straziata da scrofola è risanata prodigiosamente dal Santo.

Scaglione (superiore)



10,4 km



2:45



1120 m



Gira a destra.



km 9,30 al Santuario di San Francesco di Paola.



Con poche fragole, prodigiosamente fatte spuntare fuori stagione, Francesco sana un infermo

Scaglione (intermedio)



10,7 km



2:50



1060 m



Gira a sinistra.



km 9,05 al Santuario di San Francesco di Paola.



Con una mela risana un bambino dal viso orribilmente tumefatto.

Scaglione (inferiore)



10,8 km



2:55



1050 m



Gira a destra.



km 8,92 al Santuario di San Francesco di Paola.



Si serve dell'olio della lampada del Sacramento per risanare una mano contusa.

Scaglione (base)



11,0 km



3:05



960 m



Gira a destra.



km 8,70 al Santuario di San Francesco di Paola.



Per sopperire alla mancanza di acqua potabile, il Santo fa scaturire dal suolo una viva sorgente: è la fonte della cucchiarella.

Malconsiglio



12,8 km



3:30



875 m



Continua dritto, tralascia la deviazione a destra e a sinistra.



km 6,97 al Santuario di San Francesco di Paola.



Con la sola imposizione delle mani risana un povero contuso.

Bivio per valle Scirocco



13,5 km



3:45



800 m



Continua dritto, tralascia la deviazione a destra.



km 6,20 al Santuario di San Francesco di Paola.



A testimonianza d'innocenza, Francesco si offre alla prova della lisciva bollente, senza riportare ustioni.

Fontana 'Ntrunat



30 m. deviazione fuori percorso

300 m dopo la pietra di località "Bivio per valle Scirocco" gira a sinistra per la fontana.



Prossima fonte *Scirocco*, tra 1,40 km.

Pitrizzo



15,0 km



4:05



645 m



Continua dritto, tralascia la deviazione a sinistra.



km 4,72 al Santuario di San Francesco di Paola.



Più volte si serve di semplici erbe per dissimulare il carisma dei prodigi.

Fontana Scirocco



15,2 km



4:08



640 m



Ultima fonte d'acqua.

Casa dello Scout | Torrente San Francesco



18,5 km



5:05



220 m



Gira a sinistra.



km 1,28 al Santuario di San Francesco di Paola.



Un operaio, deceduto in seguito alla caduta di un albero, risorge al tocco prodigioso del Santo.

Santuario di San Francesco di Paola



19,7 km



5:20



167 m



Fine del Cammino. Arrivo al Santuario di Paola



km 0,00 al Santuario di San Francesco di Paola.



Nell'edificare la chiesa, al Santo di Paola appare il Patriarca d'Assisi che traccia un più ampio perimetro.

Come leggere il documento

Su questo documento trovi tutte le pietre segnaletiche che si incontrano lungo il Cammino, con le indicazioni di:



0,00 km

Distanza percorsa nella tappa.



0:00

Tempo di percorrenza medio. I tempi calcolati sono effettivi e non tengono conto delle soste.



000 m

Altitudine.



Descrizione della scena della vita di San Francesco.



km mancanti al Santuario di San Francesco di Paola.

Oltre alle pietre segnaletiche sono indicati i rifornimenti idrici (di acqua potabile) e le deviazioni fuori percorso per raggiungere un luogo di interesse (rifugio, fontana, castagno monumentale, ecc.).

● Esempio di rifornimento idrico



0,00 km



0:00



000 m



Indicazione della distanza dalla prossima fonte d'acqua.

● Esempio di deviazione



Distanza da percorrere lungo la deviazione per raggiungere il luogo di interesse.