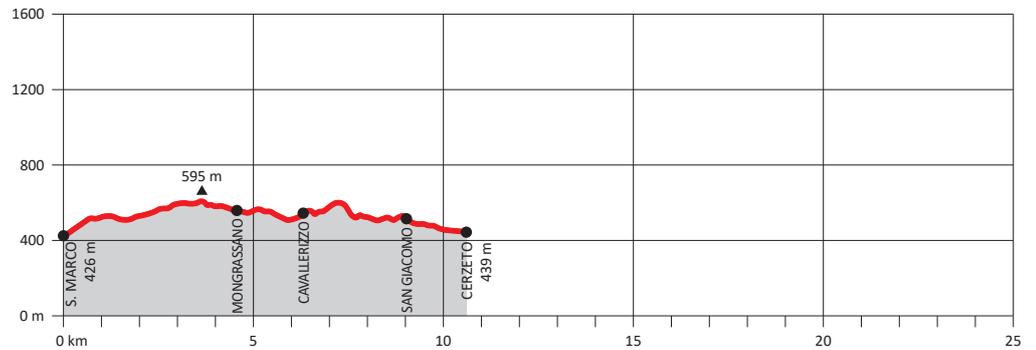


Dislivello in salita: 300 m
Dislivello in discesa: 300 m

Quota minima: 426 m slm
Quota massima: 595 m slm

Fondo: 70% asfaltato
30% sterrato



Acqua potabile:

- Bar a Mongrassano (4,7 km)
- Madonna del Consiglio (9,0 km)

Note: ITINERARIO DI VALLE

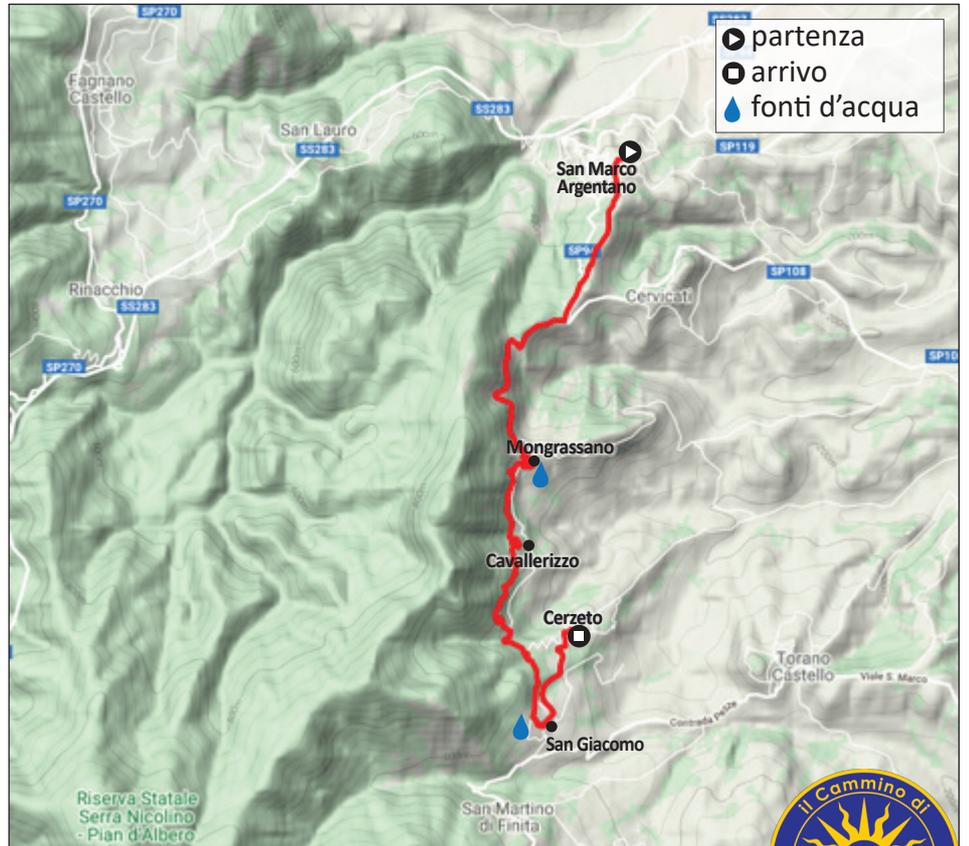
Consigliato per chi vuole assaporare l'atmosfera dei borghi arbëreshe, di Mongrassano, Cavallerizzo, San Giacomo di Cerzeto e Cerzeto.

Punti di interesse:

- San Marco Argentano (Cattedrale, Torre Normanna, Chiesa Riforma);
- Mongrassano (Museo);
- Cavallerizzo;
- San Giacomo di Cerzeto (Museo);
- Cerzeto, borgo italo-albanese.

Mangiare e dormire a Cerzeto:

- Osteria La Giara, 330 700699
- A Casa di Giovanni, 366 7462823
- A Casa di Angela, 348 1605673
- Polifunz., solo scout, 0984 523878



DESCRIZIONE

Questa prima tappa (percorso di valle) è piuttosto semplice e affronta dislivelli moderati, circa 300 m in salita e altrettanti in discesa. La quota massima toccata è di 595 m.

Si può sfruttare metà mattinata per una visita del borgo di San Marco Argentano (da non perdere la Cattedrale e la Torre Normanna). Dopo un tratto asfaltato fino al borgo di Mongrassano, si entra in zone di campagna, lambendo il paese fantasma di Cavallerizzo e attraversando l'abitato di San Giacomo, per poi raggiungere in circa tre ore il borgo di Cerzeto.

Si parte dal centro di **San Marco Argentano** (426 m), e precisamente dalla chiesa della Riforma, che ospitò san Francesco di Paola appena dodicenne. Dalla chiesa il cammino muove per i primi 3 km su strade asfaltate tra le vie del paese, poi per un breve tragitto sulla SP94. Superata la deviazione per l'abitato di Cervicati, si continua sulla provinciale fino ad arrivare nel borgo di **Mongrassano** (545 m).

Superata la piazza del paese, nei pressi delle ultime case, si sale per una strada cementata in forte pendenza e più avanti su uno sterrato di campagna, tra alberi di fico e di ulivo e poi in un bosco di castagni. Dal sentiero si gode di una magnifica visuale sul borgo di Mongrassano, sulla valle del Crati e i monti del Massiccio del Pollino. Si lambisce **Cavallerizzo** (paese fantasma, abbandonato a causa di una frana nel 2005), continuando in un bosco di castagni. Incrociata la strada della seconda tappa, si prosegue verso **San Giacomo** (frazione di Cerzeto) addentrandosi nelle caratteristiche viuzze del paese. Si arriva in breve ai Piani di **Cerzeto** (439 m), centro abitato di etnia, lingua e cultura italo-albanese.