

## TAPPA 4 dal Santuario di Paola (170 m) a San Fili (553 m)

21,8 km

difficile

**Dislivello in salita:** 1300 m  
**Dislivello in discesa:** 1000 m

**Quota minima:** 146 m slm  
**Quota massima:** 1193 m slm

**Fondo:** 5% asfaltato  
95% sterrato

### Acqua potabile:

- Tubo di Ferro (10,0 km)
- Sorgente Luta (12,4 km - fuori sentiero, 80 m a destra)
- Via XX settembre - San Fili.

**Note:** Lungo la tappa non sono presenti centri abitati intermedi, ricordati di portare cibo e acqua per il pranzo lungo il cammino (buona sorgente a metà tappa).

### Punti di interesse:

- Faggeta di Bosco Luta;
- San Fili: Statua di San Francesco e chiesa dedicata al Santo.

### Mangiare e dormire a San Fili

- Ristorante SPQR, 340 1055324
- B&B Antica Calabria, 340 1278744
- B&B San Fili, 349 2661266
- Agriturismo Il Carro, 349 1789439



## DESCRIZIONE

Tappa dura, con dislivelli impegnativi (circa 1300 m in salita e 1000 m in discesa), caratterizzata da belle vedute sulla costa tirrenica nella prima parte e da incantevoli boschi di faggio nella seconda.

Dal **Santuario di Paola** si percorrono a ritroso gli ultimi 200m della tappa precedente. Giunti in località **Toppa San Nicola** si prosegue in forte salita su un sentiero immerso in un bosco di querce ed erica, fino al pianoro del **Chianetto**. Lasciata la fitta macchia mediterranea, si giunge su una larga carrareccia che offre ampi panorami sulla valle del Torrente San Francesco. La *variante per bici* segue invece la strada in discesa che dal Santuario porta sulla SS 18, poi in salita per via Pilusella e si ricongiunge al percorso a piedi. Una carrareccia sterrata conduce fino al facile guado del **Torrente S. Domenico**, e superato il corso d'acqua ci si addentra in un primo boschetto di faggi, salendo ripidamente tra tornati, fino al bel punto panoramico di **Cozzo Sancineto** (866 m), con vista sulla costa tirrenica da Paola fino a Capo Bonifati, e nelle giornate più terse fino a Capo Palinuro in Campania.

Si attraversa un bosco di abeti, poi di ontani e di faggi. Si passa da una fontana con statuetta del Santo e poco dopo ci si inoltra in una faggeta di rara bellezza, con alberi monumentali. Raggiunta la sommità del monte (1170 m) si valica e si scende verso **Piano Luta** (1093 m). La carrareccia si restringe in una più piccola mulattiera che sale, seguendo la massima pendenza, fino al valico di **Croce Verranco** (m 1193) quota massima della tappa.

Qui si oltrepassa la Catena Costiera e si inizia a scendere sul suo versante orientale. La lunga discesa nel bosco concede di tanto in tanto anche panorami sulla valle del Crati. Si attraversa la SP 35 prendendo la carrareccia per l'azienda agrituristica "Carrera"; qui si svolta a sinistra passando prima da capanni agricoli e poi sotto il viadotto della SS 107, continuando in discesa per boschi di castagno. Si arriva sulla provinciale, che in breve conduce nel centro storico di **San Fili** (566 m), dove una statua di San Francesco accoglie i viandanti a braccia aperte.