

## TAPPA 7 dal Santuario di Paterno (660 m) a Cosenza (235 m)

18,4 km

facile

Dislivello in salita: 400 m  
Dislivello in discesa: 800 m

Quota minima: 235 m slm  
Quota massima: 665 m slm

Fondo: 90% asfaltato  
10% sterrato, misto

### Acqua potabile:

- Fontana Albo (7,3 km),
- Portapiana-SP241 (16,2 km),
- Fontana Portapiana (16,7 km).

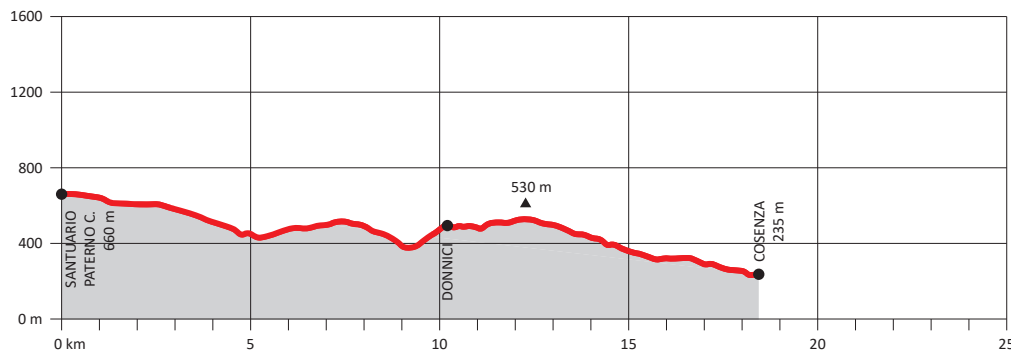
**Note:** Tappa con tanta discesa e poca salita, in gran parte su strade asfaltate di campagna.

### Punti di interesse:

- Antico Acquedotto per mulino;
- Centro storico di Cosenza;
- Convento S. Francesco a Cosenza.

### Mangiare e dormire a Cosenza

- 
- 
- 
- 
- 



## DESCRIZIONE

Tappa facile. Parte dal **Santuario di Paterno** (660 m) e arriva a Cosenza (235 m). Per i primi 2,6 km si percorre a ritroso la strada della tappa precedente sulla SP 79. Al primo incrocio si piega a destra prendendo la SP79dir, che procede in lieve discesa fino al ponte sul **Torrente Iassa**, dove si svolta a sinistra. Da qui la strada comincia a salire verso località **Fiego**, passando nei pressi dei resti di un **antico acquedotto** ad arcate in pietra per mulino. Si continua sulla via principale, tra uliveti e vigneti, fino al caseggiato di località **Albo** (520 m) dove, all'altezza di una curva con un'edicola votiva e una fontanella, si gira a sinistra per una stradina secondaria. Si prosegue in discesa e, superato un viadotto autostradale, si prende un sentiero sterrato sulla sinistra che in breve conduce al guado del **Torrente Albicello** (380 m). Superato il corso d'acqua si sale per tornanti, tra casolari, coltivi e vigneti di località Timpa di Mola, fino a raggiungere la via asfaltata su un morbido crinale. È la zona delle colline di **Donnici**, frazione di Cosenza rinomata per il buon vino che qui si produce. Al termine della salita si svolta a sinistra, proseguendo su Via Giovanni Macchione, che per 3 km continua pressoché pianeggiante, attraversando le contrade cosentine di Cozzo del Monaco e Pigna (530 m) e poi in discesa tra gli uliveti delle contrade Diodato e Tenimento. Ormai alle porte di Cosenza, subito dopo una fontanella ci si innesta su un tornante della SP241 svoltando a destra. Si percorre la provinciale per 200 m, e al Conservatorio si piega a sinistra per il basolato in pianura di via Portapiana, quartiere sommitale del centro storico posto su un fianco di colle Pancrazio (uno dei sette colli di Cosenza) dove sorge il castello normanno-svevo. Si continua in discesa per Via Antonio Siniscalchi e alla Fontana dei Tredici Canali si piega a sinistra tra le chiome degli alberi della Villa Vecchia, che conduce nella Piazza del Teatro Rendano. Si scende per Corso Telesio e 150 m dopo il Duomo si svolta a destra, per il Ponte dei Pignatari sul Fiume Crati, sino al fine tappa del Convento di San Francesco di **Cosenza** (235 m).