



Proposta Di Progetto

CAMMINO DEL TEMPO

Autore: Dott. Di Cunto Michael

Obiettivo: Promozione e Sviluppo Territoriale

Descrizione: Creazione del “Cammino Del Tempo”, un cammino di 134km, che interessa 10 borghi intorno al Parco Nazionale Del Pollino (Frascineto, Morano, Mormanno, Rotonda, Viggianello, San Severino Lucano, Mezzana, Terranova Di Pollino, San Lorenzo Bellizzi e Civita).

1. Premessa

Il Dott. Di Cunto Michael ha, con passione e dedizione, concepito un progetto ambizioso che catturerà l'immaginazione di chiunque cerchi un'esperienza unica nel cuore del Parco Nazionale del Pollino: il "Cammino del Tempo". Questa è una creazione destinata a diventare un viaggio indimenticabile attraverso 134 chilometri di bellezza mozzafiato e storia intrisa di cultura.

Quando si parla di viaggi, non c'è nulla di più affascinante dell'idea di seguire le orme di antichi viandanti, esploratori e pellegrini che hanno attraversato le terre inesplorate. Ecco dove entra in gioco il "Cammino del Tempo". Questo percorso turistico, storico e culturale ti porterà in un viaggio avvincente attraverso dieci borghi ricchi di storia e tradizione, ciascuno con la sua storia da raccontare. Da Frascineto a Civita, sarai immerso in un'atmosfera unica, unendo passato e presente.

Ma c'è di più dietro questa avventura. Il "Cammino del Tempo" è stato progettato con una forte attenzione all'ecosostenibilità. Percorrerai sentieri naturalistici e strade secondarie già esistenti, preservando l'ambiente circostante. È un progetto che mira a promuovere il turismo sostenibile, consentendo ai viaggiatori di scoprire la bellezza del Parco Nazionale del Pollino senza compromettere la sua integrità. Inoltre, il percorso può essere affrontato sia a piedi che in bicicletta, e con un'organizzazione impeccabile dei servizi, potrebbe persino essere percorso a cavallo.

Questo progetto non potrebbe arrivare in un momento migliore. Il turismo lento, con la sua enfasi sulla connessione con la natura e la cultura locali, sta vivendo un'espansione straordinaria. Il "Cammino del Tempo" è all'avanguardia di questa tendenza, offrendo ai visitatori l'opportunità di rallentare, assorbire e apprezzare veramente tutto ciò che il Pollino ha da offrire.

La sede sarà presso il Museo Della Biodiversità sito in Via della Montagna, Frascineto. Qui, i viandanti potranno richiedere il loro passaporto del cammino e tutte le informazioni necessarie per un'esperienza straordinaria. Qui troverai anche una lista di strutture e attività convenzionate che ti aiuteranno a pianificare il tuo itinerario e rendere il tuo viaggio ancora più memorabile.

La partenza ufficiale del cammino avverrà presso la Stazione Terminale degli Autobus di Frascineto, un punto di partenza comodamente accessibile per i viandanti. Questa stazione rappresenta un cruciale punto di connessione per i trasporti nell'Alto Ionio e oltre. È un nodo vitale che facilita il raggiungimento agevole di questa straordinaria avventura.

Il turista diventa un protagonista attivo dell'economia locale, sfruttando i servizi offerti nel territorio. Il cuore di questa esperienza è il "passaporto" del cammino, che lo motiva a vivere appieno il viaggio. Ottenendo timbri presso le strutture affiliate, crea un legame con le comunità locali e, al completamento con almeno 15 timbri, riceve un gadget speciale del cammino e una pergamena di riconoscimento, rendendo il suo viaggio ancora più memorabile e coinvolgente.

Inoltre, saranno coinvolti nella Rete di partenariato una varietà di enti, tra cui Enti Ecclesiastici, Enti Parco, Regioni, GAL, Associazioni di categoria, ecc... Il sostegno della Regione Calabria e del Parco nazionale del Pollino è di fondamentale importanza, poiché verranno sollecitati a sostenere il progetto "Cammino del Tempo" attraverso interventi

nelle politiche di competenza. Questi interventi includono Agricoltura, Ambiente, Cultura, Servizi, Turismo e Urbanistica.

A livello nazionale, i Ministeri per i Beni e le attività culturali, il Turismo, l'Ambiente e il Territorio potranno essere coinvolti. Il Consiglio d'Europa sarà il punto di riferimento per la progettualità relativa al patrimonio culturale europeo, compresi gli itinerari storici e culturali. Inoltre, l'UNESCO, in quanto agenzia dell'Organizzazione delle Nazioni Unite (ONU) responsabile delle liste di beni da tutelare (MAB, World Heritage), potrebbe essere coinvolta. Questa collaborazione su diversi livelli contribuirà a valorizzare ulteriormente il Cammino del Tempo.

Un ulteriore aspetto rilevante potrebbe essere l'avvio di un progetto Erasmus o Servizio Volontario Europeo. Questo consentirebbe lo scambio di conoscenze e culture tra i giovani partecipanti, promuovendo una maggiore integrazione europea e offrendo loro l'opportunità di contribuire attivamente al Cammino del Tempo, rendendo l'esperienza ancora più ricca e stimolante

2. Il turismo lento, strumento di sviluppo del territorio

Il turismo lento, basato sulla valorizzazione del patrimonio territoriale, è stato dimostrato nel tempo come un potente strumento per promuovere lo sviluppo economico e migliorare la qualità della vita, sia in Italia che in Europa. Questo approccio, ri-distributore di reddito, può svolgere un ruolo economico e sociale fondamentale nel riequilibrare aree tradizionalmente incentrate sul turismo, come i borghi inclusi nel nostro progetto. Tuttavia, è importante comprendere che i turisti non sono semplici fonti temporanee di reddito; sono prima di tutto individui in cerca di esperienze significative.

La chiave per massimizzare l'impatto del turismo lento è la capacità di soddisfare sempre crescenti standard di offerta turistica. Questa è un'opportunità fondamentale per attivare benefici su tutto il territorio, ma richiede una gestione ben pianificata e strutturata. Per rendere un territorio attraente per il turismo lento, occorre individuare servizi che siano utili sia per la comunità locale che per i turisti, favorendo esperienze e iniziative imprenditoriali che mettano in evidenza gli elementi culturali ed ambientali, estendendo i tempi di visita e influenzando in modo significativo sulla cultura, l'economia e l'occupazione.

Per costruire un itinerario turistico culturale di successo, enti pubblici e privati dovrebbero collaborare, integrando i territori in progetti promozionali comuni, stimolando la progettualità interna e identificando elementi e aspetti condivisi. L'itinerario, essendo prevalentemente immateriale, può anche svolgere un ruolo significativo nel recupero di beni culturali ed ambientali attraverso progetti integrati territoriali e altri strumenti finanziari per lo sviluppo del territorio.

Sia l'itinerario che le tappe individuali devono essere connessi in modo da consentire ai turisti di conoscere, comprendere ed interagire con il territorio in cui si trovano, incoraggiandoli ad "amare" la destinazione. Per raggiungere questo obiettivo, è essenziale studiare, dimensionare, progettare e dotare l'itinerario in modo compatibile con le risorse disponibili, incoraggiando le comunità locali a scoprire le proprie risorse culturali ed ambientali.

L'itinerario culturale dovrebbe essere presentato come un viaggio di arricchimento culturale, divertente, coinvolgente e stimolante, suscitando curiosità, interesse e partecipazione attiva. Le proposte di animazione ed esperienze dovrebbero coinvolgere, nella massima misura possibile, i giovani locali, incoraggiandoli ad adottare logiche imprenditoriali e diventare parte attiva nella promozione e nel sostegno del turismo lento.

3. Obiettivi e Azioni

3.1 Incremento turismo lento locale

Il turismo lento sta sperimentando una crescita eccezionale, diffondendosi in tutte le direzioni, al di là delle aree tradizionalmente rinomate. Questo fenomeno, che abbraccia luoghi inaspettati, dimostra che il turismo lento è ormai una tendenza globale. La sua espansione, tuttavia, è strettamente legata alla cooperazione efficace tra tutti gli enti coinvolti. Quando gli attori chiave collaborano sinergicamente, si crea un ambiente favorevole alla crescita sostenibile del turismo lento, che beneficia sia delle destinazioni turistiche che dei visitatori, offrendo esperienze autentiche e un impatto positivo sulle comunità locali. Questo approccio rappresenta un ponte tra la tradizione e l'innovazione, un'opportunità per riscoprire il valore delle radici culturali in un contesto moderno, generando un circolo virtuoso di crescita economica e arricchimento culturale. Il turismo lento, ormai una realtà globale, dimostra che l'armoniosa collaborazione tra enti è il vero motore del suo successo in continua ascesa.

3.2 Sviluppo economico locale

Il turista diventa un protagonista attivo dell'economia locale, sfruttando i servizi offerti nel territorio. Il cuore di questa esperienza è il "passaporto" del cammino, che lo motiva a vivere appieno il viaggio. Ottenendo timbri presso le strutture affiliate, crea un legame con le comunità locali e, al completamento con almeno 15 timbri, riceve un gadget speciale del cammino e una pergamena di riconoscimento, rendendo il suo viaggio ancora più memorabile e coinvolgente.

3.3 Valorizzazione e scoperta dei prodotti tipici locali

Ogni borgo lungo il cammino è un tesoro gastronomico con prodotti storici unici:

-Frascineto: Celebra vini locali, pasta con mollica di pane e peperoncino, patate mbacchiuse e piatti di carne. Il Cardo selvatico è stato gradualmente meno utilizzato.

-Morano: Offre i famosi gnocchi "cavateddri," rascateddri, maccheroni con sugo di salsiccia, lagane, e lo stoccafisso "stoccu e pateni."

-Mormanno: Due prodotti di spicco, il bocconotto e il Poverello Bianco, un fagiolo a tegumento sottile che favorisce la digestione. Le lenticchie sono rare a causa della limitata coltivazione.

-Rotonda: Questo borgo è noto per la tipica Melanzana Rossa Di Rotonda, un prodotto DOP.

-Viggianello: La "Rappasciona" è una zuppa contadina tradizionalmente preparata il 31 dicembre, simbolo di buon auspicio e prosperità. Il Paddaccio, formaggio di latte caprino, è una prelibatezza PAT (Prodotto Agroalimentare Tradizionale) nelle zone del Parco Nazionale del Pollino.

-San Severino Lucano: Il Pane di patata, anch'esso un prodotto PAT.

-Terranova Di Pollino: La patata rossa, una specialità PAT.

-San Lorenzo Bellizzi: Offre il Prosciutto Crudo PAT calabrese, Biscotti all'anice, e Pasta al finocchio.

-Civita: Propone la Pasta dei Poveri, Capretto alla Civitese, fave e olive, cicorie con fagioli e salsiccia.

Questi prodotti tipici locali arricchiscono il cammino con sapori autentici.

3.4 Valorizzazione e tutela delle minoranze

Frascineto e Civita, orgogliosi borghi di cultura Arbëreshë, sono custodi di tradizioni secolari, celebrando feste e riti che rappresentano una preziosa eredità culturale. La preservazione di queste minoranze culturali contribuisce in modo significativo alla diversità e alla ricchezza del nostro patrimonio storico.

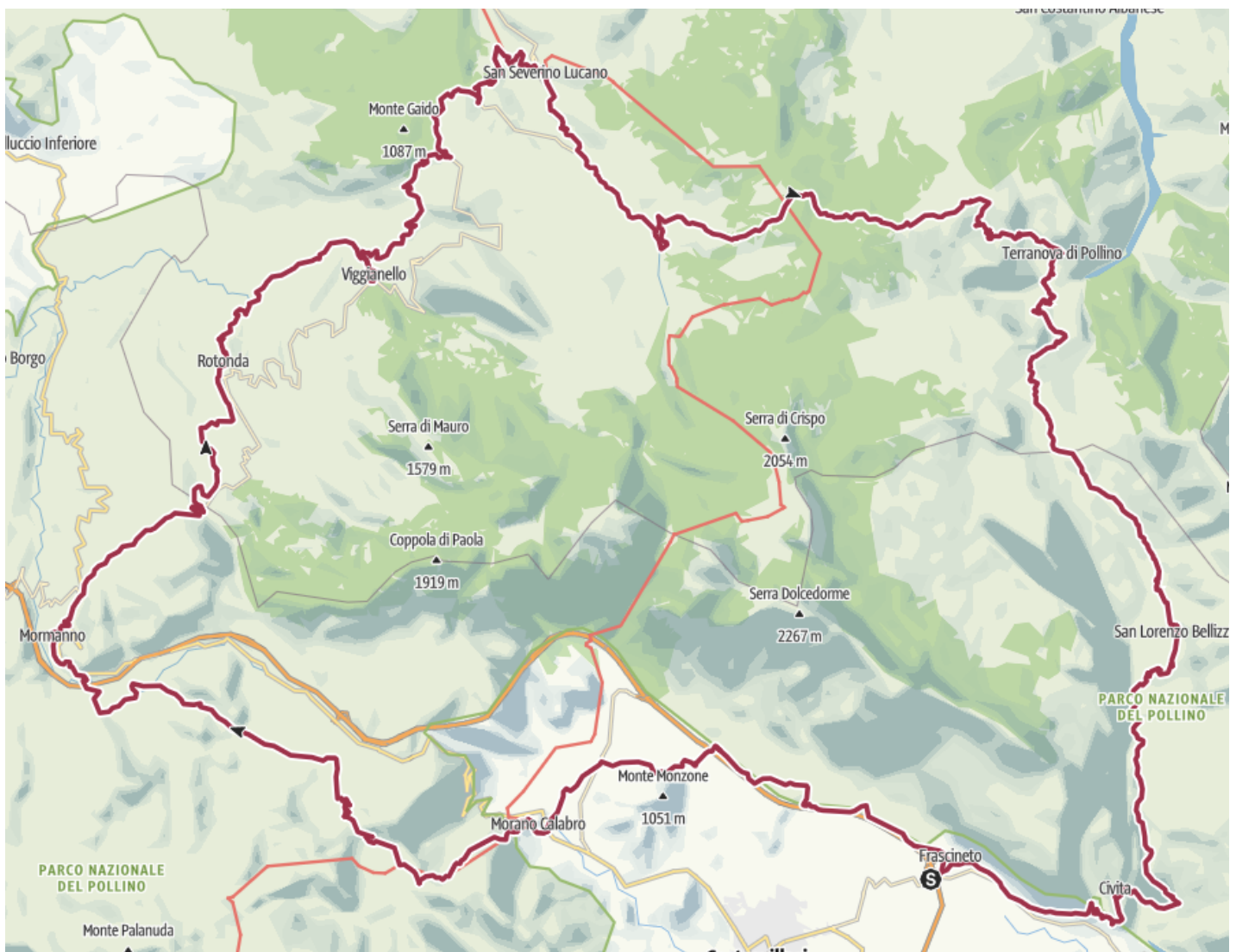
3.5 Promuovere gli eventi storico/spirituali

Promuovere e preservare le feste dei borghi, benché utopico, rappresenta un nobile obiettivo. Immaginare un periodo dell'anno in cui queste celebrazioni si susseguano, consentendo ai viandanti di immergersi in secolari tradizioni in un unico viaggio, è il nostro punto focale. La tutela di queste radicate eredità culturali è essenziale.

4. Mappa Complessiva e Tappe

4.1 Mappa Complessiva

Il percorso abbraccia 134 km, con un dislivello totale di circa 4950 m. La strada si snoda attraverso una varietà di paesaggi: 65 km su asfalto per un'esperienza urbana e 69 km su terreni battuti e sentieri naturalistici, offrendo un'esperienza eclettica per gli avventurieri.



4.2 Le Tappe

Il cammino attraversa 10 borghi, di cui tre sono riconosciuti tra i "Borghi più Belli d'Italia". I borghi visitati includono Frascineto, Morano, Mormanno, Rotonda, Viggianello, San Severino Lucano, Mezzana, Terranova Di Pollino, San Lorenzo Bellizzi e Civita. Il percorso è suddiviso in 10 affascinanti tappe.

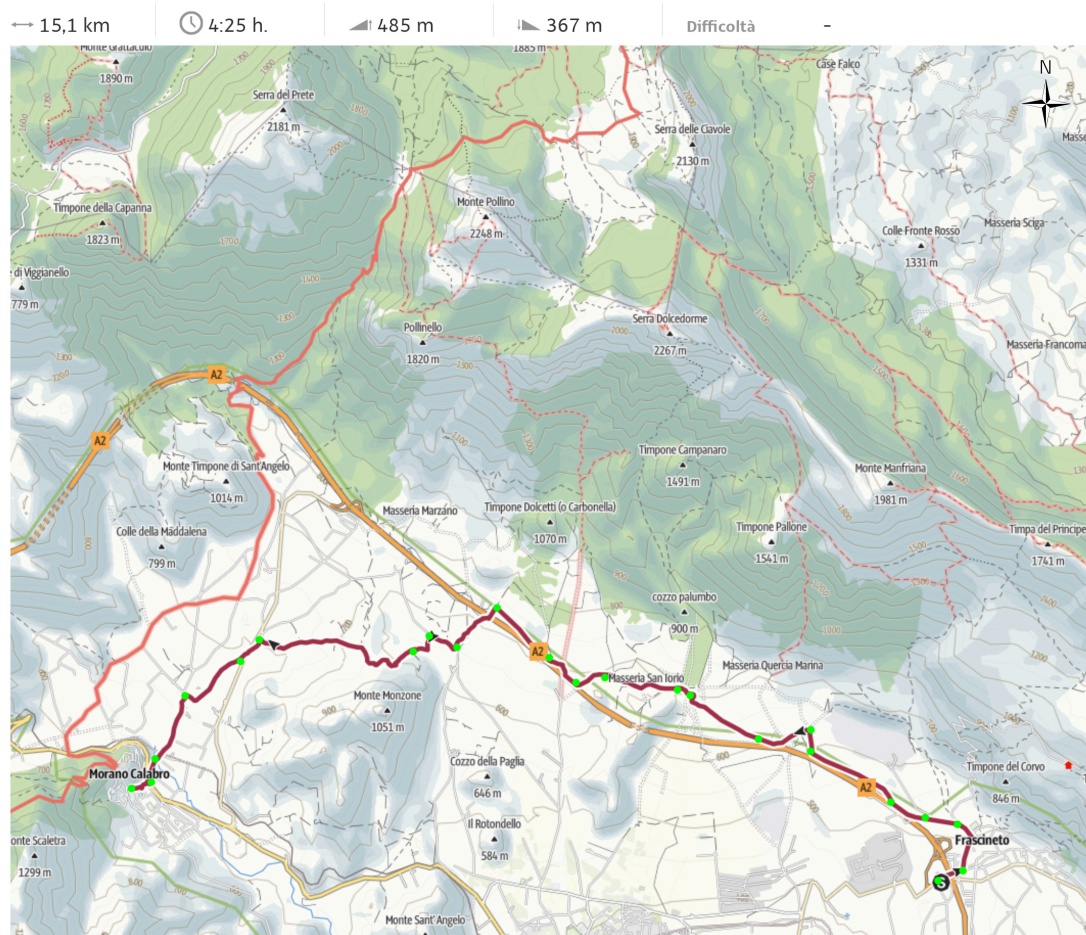
Tappa 1 (Frascineto - Morano)	16km 500mD+
Tappa 2 (Morano - Mormanno)	22km 850mD+
Tappa 3 (Mormanno - Rotonda)	13km 200mD+
Tappa 4 (Rotonda - Viggianello)	8km 300mD+
Tappa 5 (Viggianello - San Severino Lucano)	17km 700mD+
Tappa 6 (San Severino Lucano - Mezzana Salice)	11km 100mD+
Tappa 7 (Mezzana - Terranova Di Pollino)	12km 700mD+
Tappa 8 (Terranova Di Pollino - San Lorenzo Bellizzi)	16km 700mD+
Tappa 9 (San Lorenzo Bellizzi - Civita)	12km 700mD+
Tappa 10 (Civita - Frascineto)	7km 200mD+
TOTALE=	134km 4950mD+

Le tappe sono state suddivise con due obiettivi principali: rendere il cammino accessibile a tutti e consentire ai partecipanti di godersi appieno i borghi attraversati senza subire camminate estenuanti. Tuttavia, lasciamo ai viandanti la libertà di decidere tempi e modalità di percorrenza. Il percorso può essere affrontato seguendo la suddivisione presentata precedentemente o, in alternativa, in un minimo di sei tappe. In realtà, i viandanti possono personalizzare la loro esperienza come preferiscono, scegliendo di fare una sola tappa, due o organizzandosi in base alle loro preferenze ed esperienze.

5. Cartografia per singola tappa

5.1 Prima Tappa Frascineto - Morano

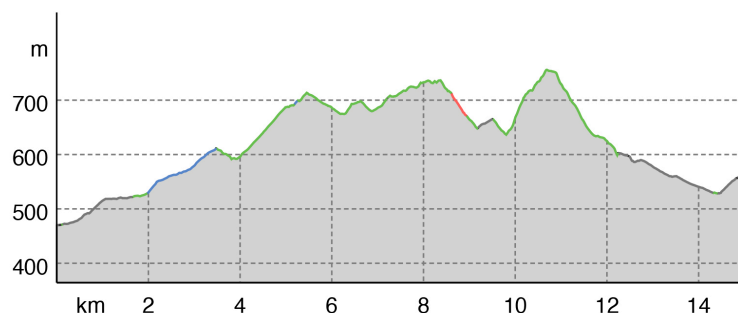
Il progetto include il posizionamento di circa 23 paletti segnaletici, la pulizia di 2 km di sentiero e la necessità per i comuni di segnalare la presenza di viandanti lungo specifici tratti di strada secondaria.



Tipo di strada

Asfalto	4,4 km
Strada	1,6 km
sterrata	
Sentiero	8,7 km
naturalistico	
Sentiero	0,3 km
Strada	0,1 km

Profilo altimetrico



Dati del percorso

Escursione

Lunghezza	↔ 15,1 km
Durata	⌚ 4:25 h.
Salita	⬆️ 485 mt
Discesa	⬆️ 367 mt

Difficoltà

Impegno fisico

Tecnica

Livello sul mare



Periodo consigliato

CON | FEB | MAR
APR | MAG | GIU
LUG | AGO | SET
OTT | NOV | DIC

Recensioni

Autori

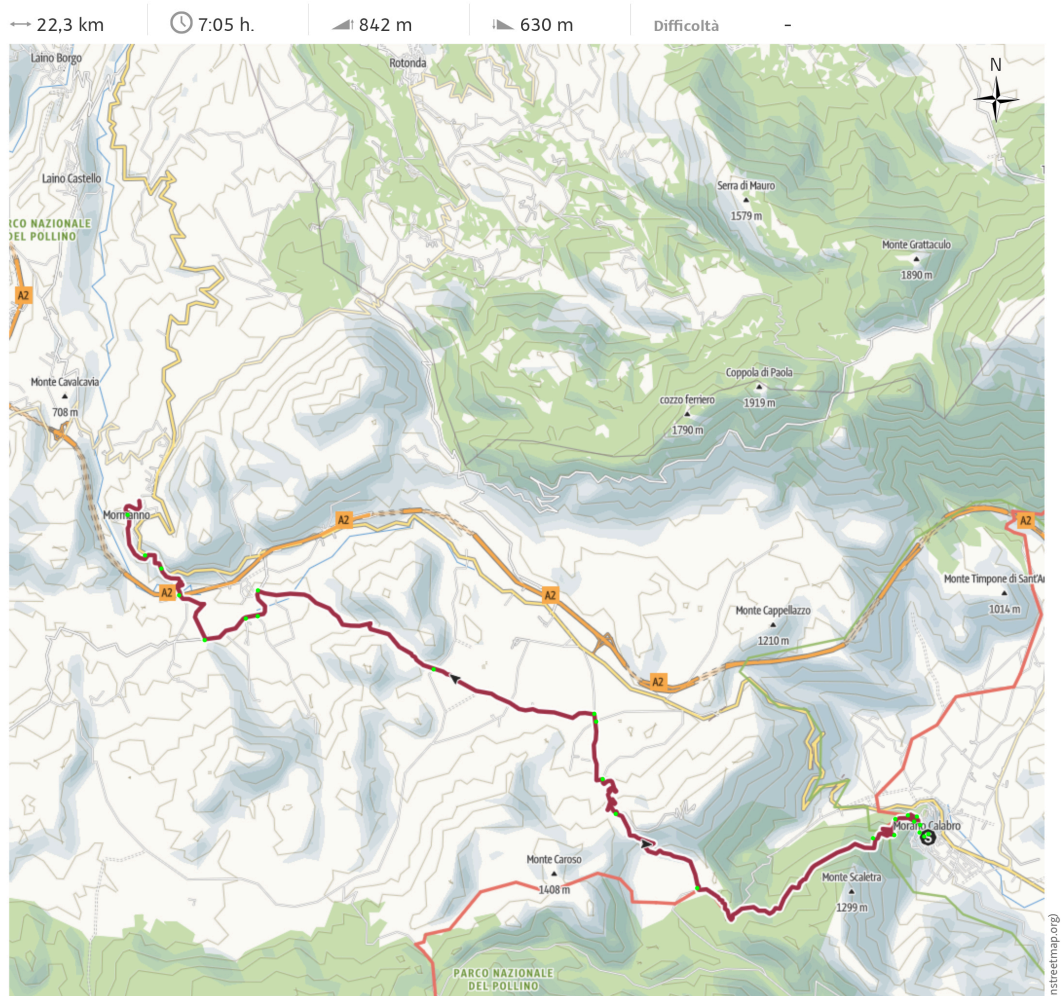
Emozione

Paesaggio

Community

5.2 Seconda Tappa Morano - Mormanno

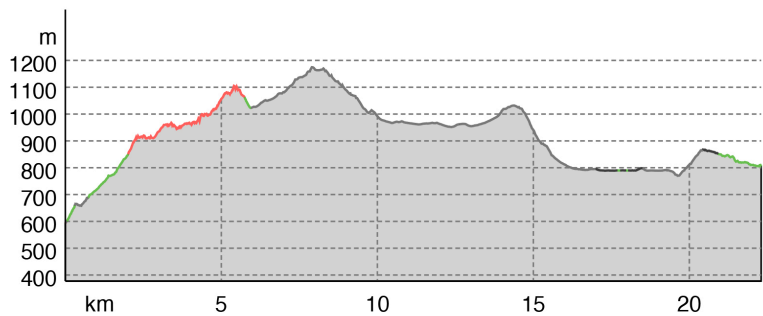
Si prevede il montaggio di circa 23 paletti segnaletici, la pulitura di 1 km di sentiero, ed il comune dovrà segnalare la presenza di viandanti lungo alcuni tratti di strada secondaria.



Tipo di strada

Asfalto	13,4 km
Sentiero	3,3 km
naturalistico	
Sentiero	3,7 km
Strada	1,8 km

Profilo altimetrico



Dati del percorso

Escursione

Lunghezza	↔ 22,3 km
Durata	⌚ 7:05 h.
Salita	▲ 842 mt
Discesa	▼ 630 mt

Difficoltà

Impegno fisico ● ● ● ● ● ●

Tecnica ● ● ● ● ● ●

Livello sul mare



Periodo consigliato

GEN | FEB | MAR
APR | MAG | GIU
LUG | AGO | SET
OTT | NOV | DIC

Recensioni

Autori

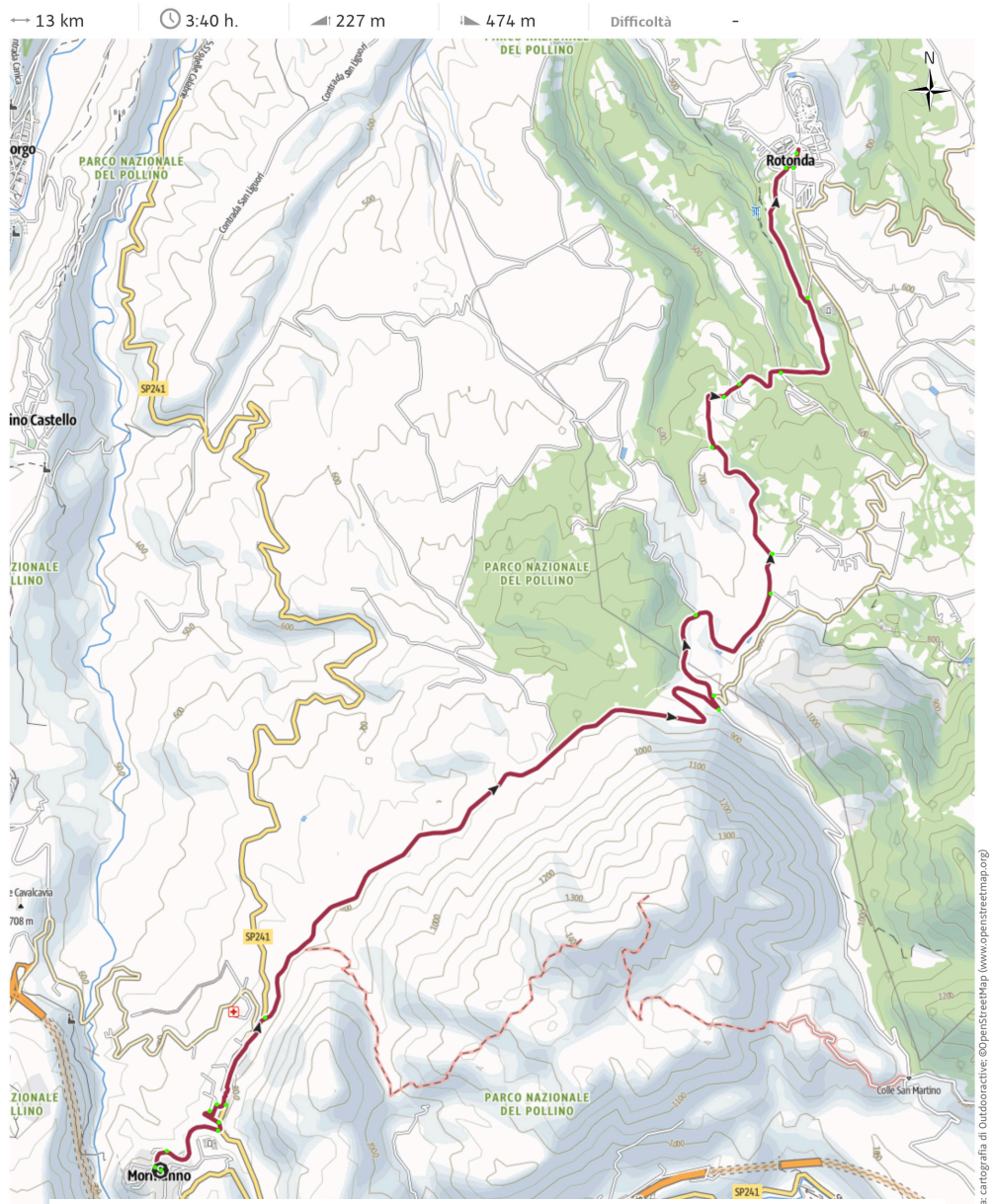
Emozione ● ● ● ● ●

Paesaggio ● ● ● ● ●

Community

5.3 Terza Tappa Mormanno - Rotonda

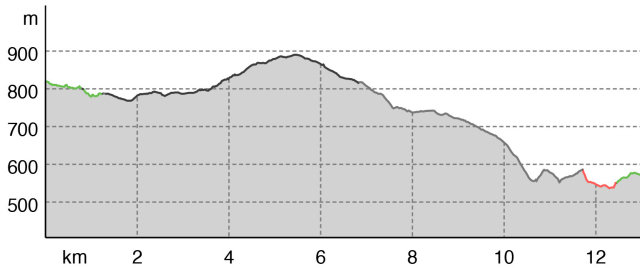
Si prevede il montaggio di circa 22 paletti segnaletici ed il comune dovrà segnalare la presenza di viandanti lungo alcuni tratti di strada secondaria.



Tipo di strada

Asfalto	4,9 km
Sentiero	1,7 km
Sentiero naturalistico	0,7 km
Strada	5,6 km

Profilo altimetrico



Dati del percorso

Escursione

Lunghezza	↔	13 km
Durata	🕒	3:40 h.
Salita	⬆️	227 mt
Discesa	⬆️	474 mt

Difficoltà

Impegno fisico	● ● ● ● ● ●
Tecnica	● ● ● ● ● ●
Livello sul mare	890 m 537 m

Periodo consigliato

GEN	FEB	MAR
APR	MAG	GIU
LUG	AGO	SET
OCT	NOV	DIC

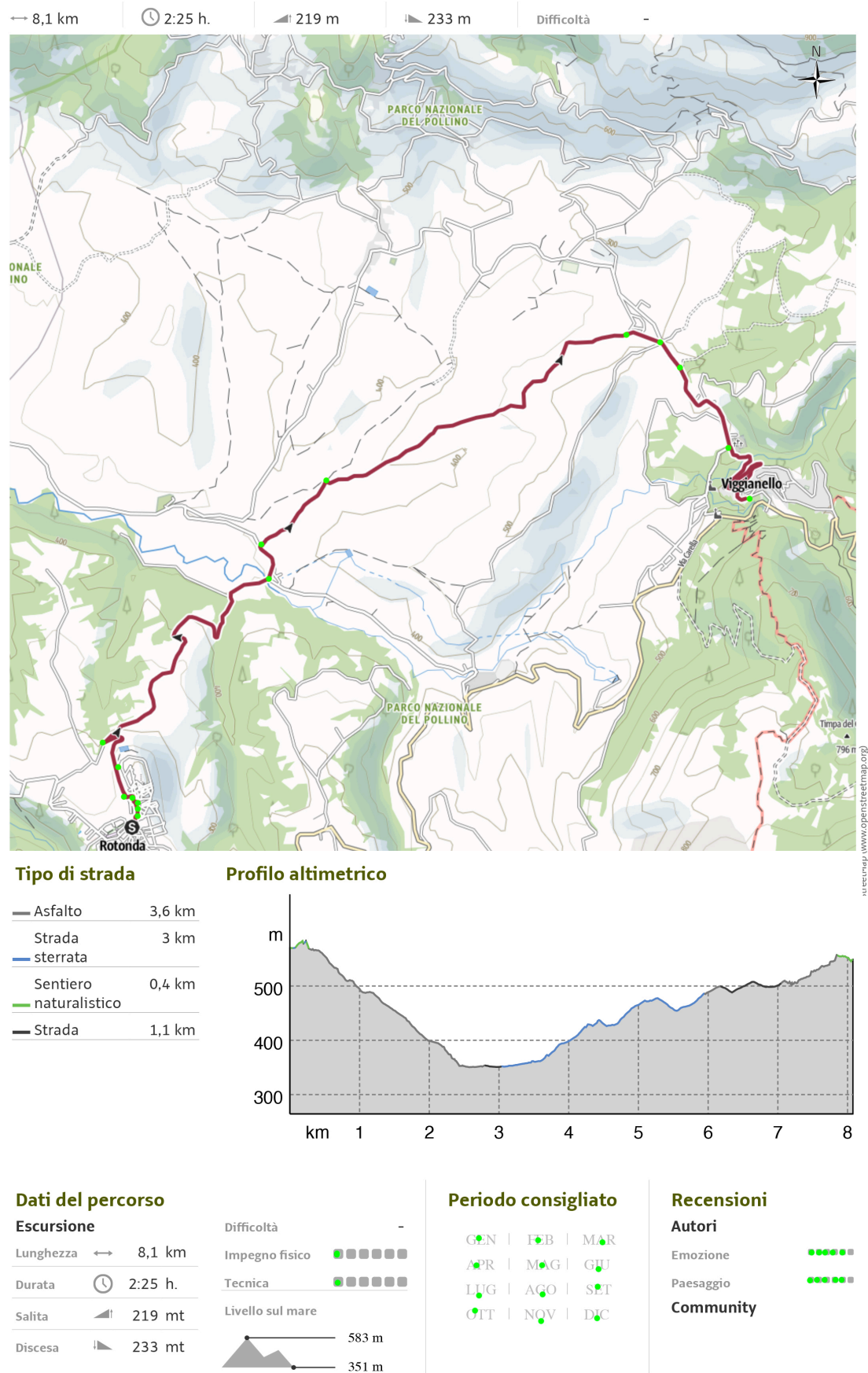
Recensioni

Autori

Emozione	● ● ● ● ●
Paesaggio	● ● ● ● ●
Community	

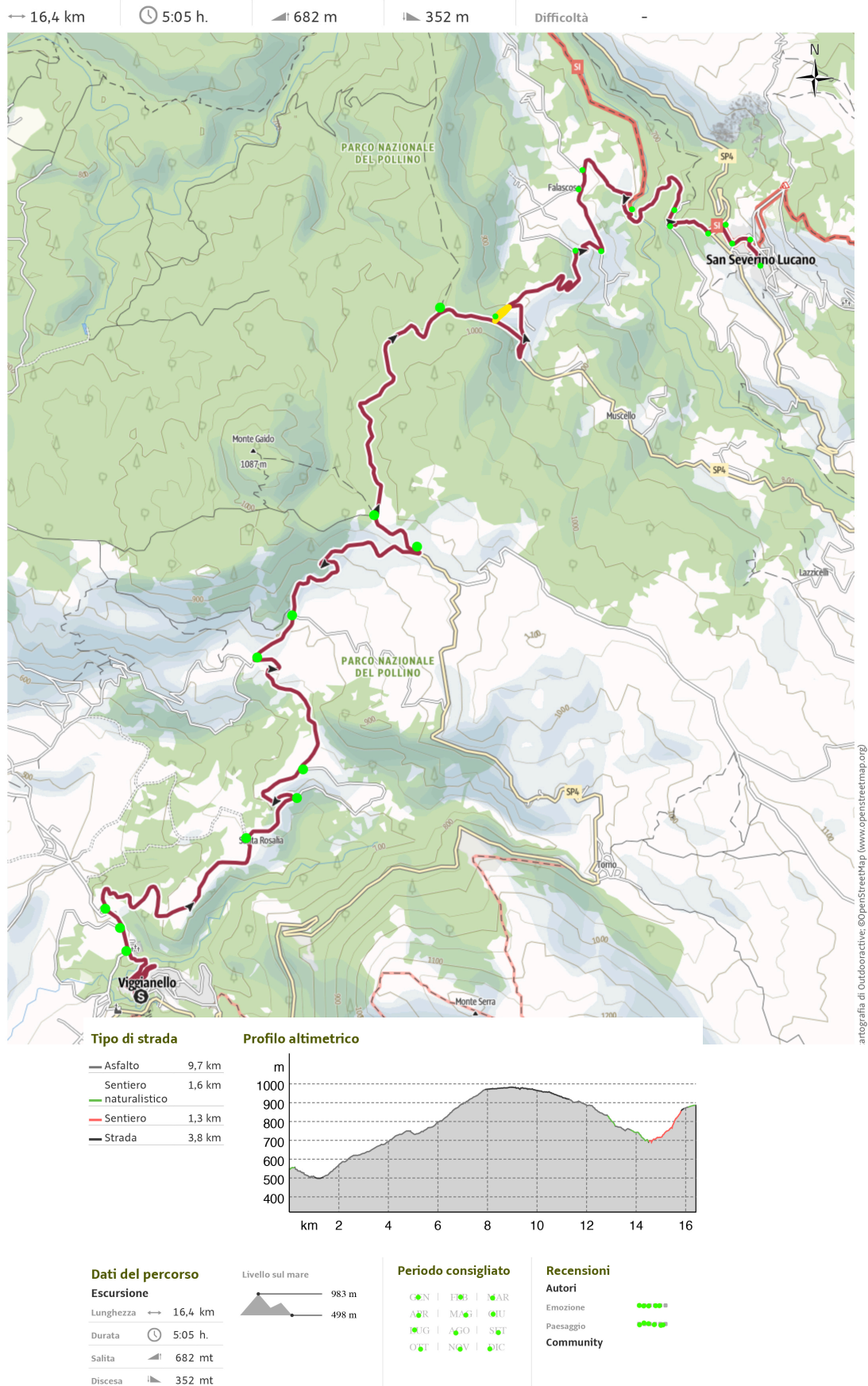
5.4 Quarta Tappa Rotonda - Viggianello

Si prevede il montaggio di circa 15 paletti segnaletici, ed il comune dovrà segnalare la presenza di viandanti lungo alcuni tratti di strada secondaria.



5.5 Quinta Tappa Viggianello - San Severino Lucano

Si prevede il montaggio di circa 23 paletti segnaletici, la pulitura di 1km di sentiero, ed il comune dovrà segnalare la presenza di viandanti lungo alcuni tratti di strada secondaria.



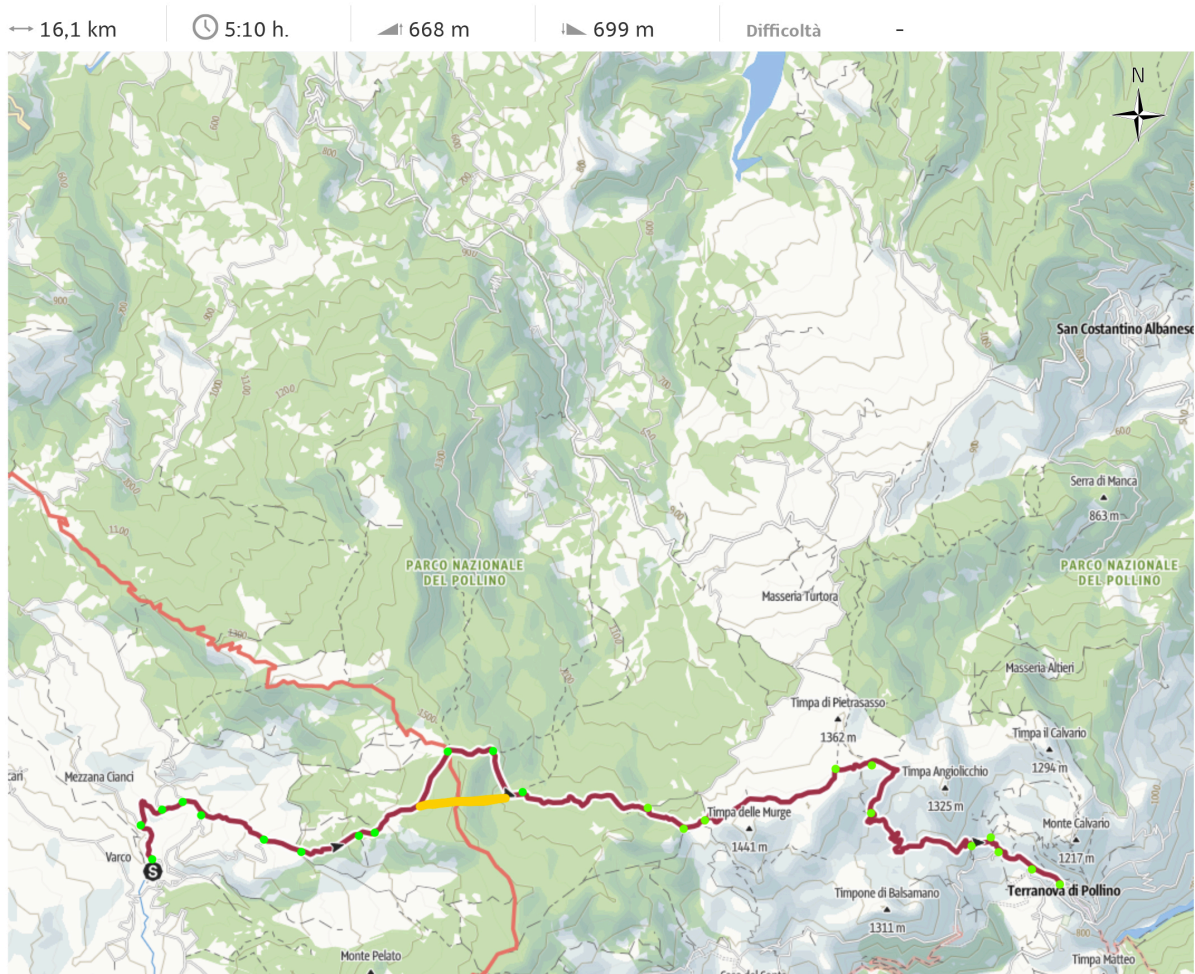
5.6 Sesta Tappa San Severino Lucano - Mezzana Salice

Si prevede il montaggio di circa 10 paletti segnaletici, la pulitura di 2km di sentiero, ed il comune dovrà segnalare la presenza di viandanti lungo alcuni tratti di strada secondaria.



5.7 Settima Tappa Mezzana Salice - Terranova Di Pollino

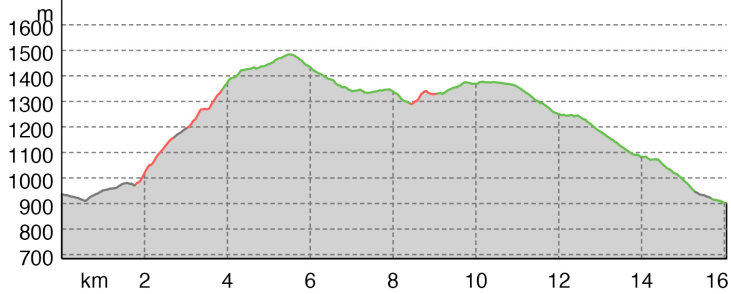
Si prevede il montaggio di circa 23 paletti segnaletici, la pulitura di 5km di sentiero, ed il comune dovrà segnalare la presenza di viandanti lungo alcuni tratti di strada secondaria.



Tipo di strada

Asfalto	2,5 km
Sentiero	11,1 km
naturalistico	
Sentiero	2,4 km

Profilo altimetrico

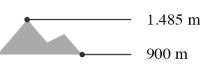


Dati del percorso

Escursione

Lunghezza	↔ 16,1 km
Durata	⌚ 5:10 h.
Salita	▲ 668 mt
Discesa	▼ 699 mt

Livello sul mare



Periodo consigliato

GEN	FEB	MAR
APR	MAG	GIU
LUG	AUG	SET
OCT	NOV	DIC

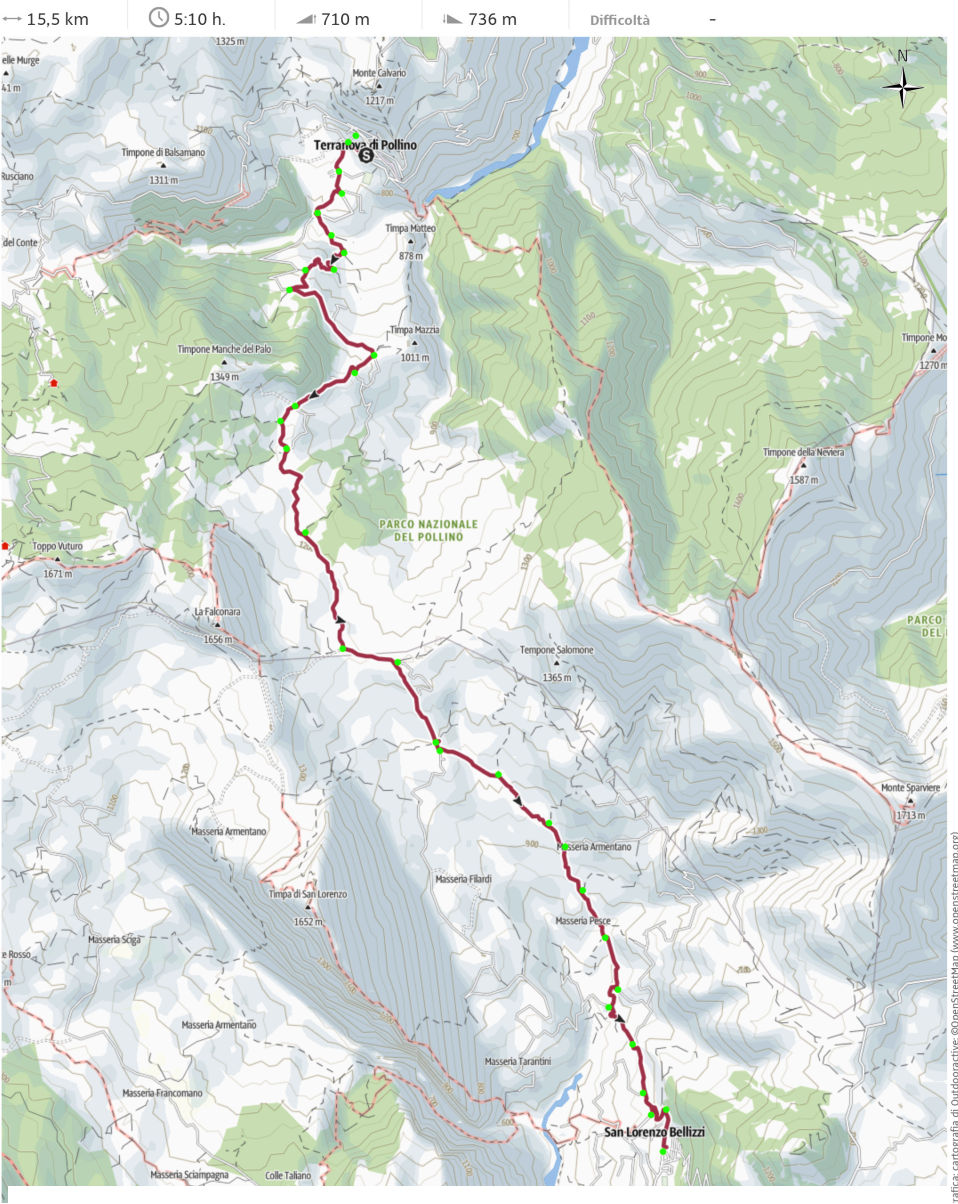
Recensioni

Autori

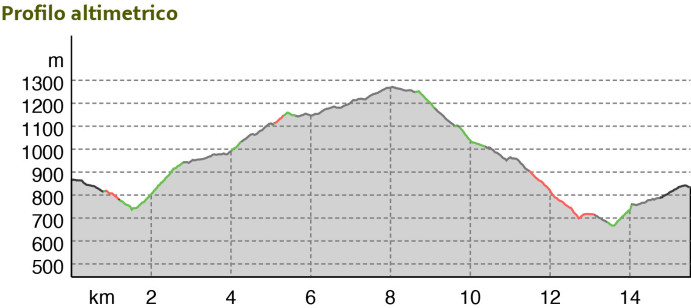
Emozione	●●●●●
Paesaggio	●●●●●
Community	

5.8 Ottava Tappa Terranova Di Pollino - San Lorenzo Bellizzi

Si prevede il montaggio di circa 31 paletti segnaletici, la pulitura di 5km di sentiero, ed il comune dovrà segnalare la presenza di viandanti lungo alcuni tratti di strada secondaria.



Tipo di strada	
Asfalto	7,7 km
Sentiero naturalistico	4,1 km
Sentiero	2,2 km
Strada	1,5 km



Dati del percorso	
Escursione	
Lunghezza	15,5 km
Durata	5:10 h.
Salita	710 mt
Discesa	736 mt



Periodo consigliato

CON | FEB | MAR
APR | MAG | GIU
LUG | AGO | SET
OTT | NOV | DIC

Recensioni

Autori
Emozione
Paesaggio
Community

5.9 Nona Tappa San Lorenzo Bellizzi - Civita

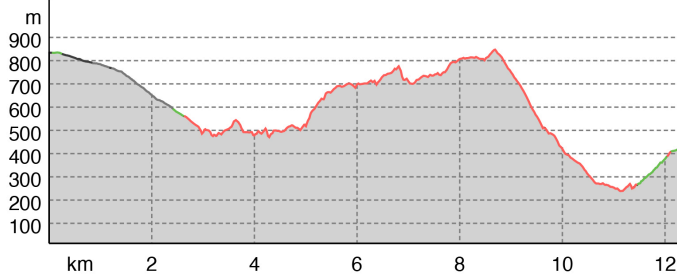
Si prevede il montaggio di circa 20 paletti segnaletici, la pulitura di 1km di sentiero, ed il comune dovrà segnalare la presenza di viandanti lungo alcuni tratti di strada secondaria.



Tipo di strada

Asfalto	1,5 km
Sentiero	1,2 km
naturalistico	
Sentiero	8,9 km
Strada	0,7 km

Profilo altimetrico



Dati del percorso

Escursione

Lunghezza	↔ 12,3 km
Durata	⌚ 4:55 h.
Salita	▲ 700 mt
Discesa	▼ 1118 mt

Livello sul mare



Periodo consigliato

● N	● B	● AR
● R	● MA	● U
● UG	● AO	● ST
● T	● NV	● IC

Recensioni

Autori

Emozione

Paesaggio

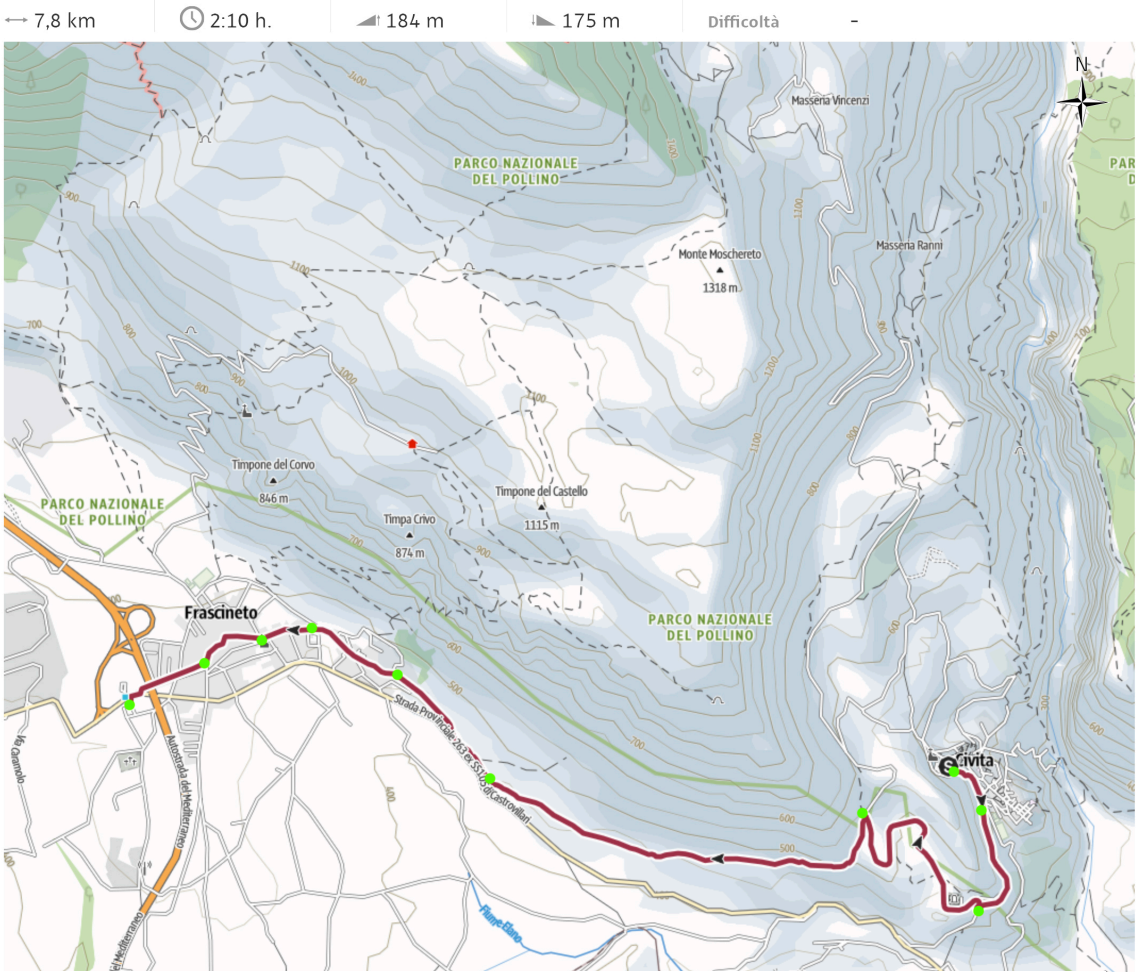
Community

●●●●●

●●●●●

5.10 Decima Tappa Civita - Frascineto

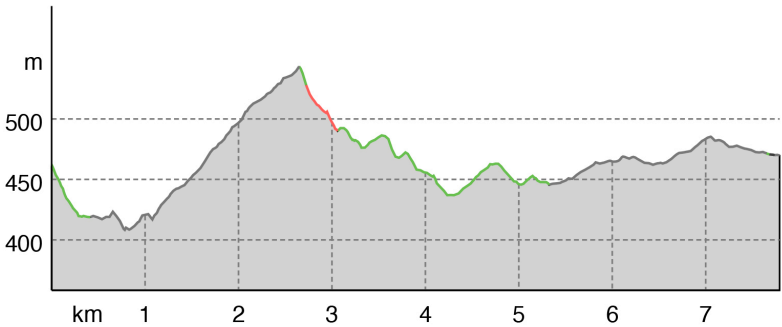
Si prevede il montaggio di circa 20 paletti segnaletici, la pulitura di 1km di sentiero, ed il comune dovrà segnalare la presenza di viandanti lungo alcuni tratti di strada secondaria.



Tipo di strada

Asfalto	4,6 km
Sentiero	2,8 km
Sentiero naturalistico	0,3 km
Strada	0,1 km

Profilo altimetrico



Dati del percorso

Escursione

Lunghezza	↔ 7,8 km
Durata	⌚ 2:10 h.
Salita	▲ 184 mt
Discesa	▼ 175 mt

Livello sul mare



Periodo consigliato

CEN	FEB	MAR
APR	MAG	GIU
LUG	AUG	SET
OCT	NOV	DIC

Recensioni

Autori

Emozione	●●●●●
Paesaggio	●●●●●
Community	