

CATASTO REGIONALE DEI SENTIERI ESCURSIONISTICI - ZONA UCS - SETTORE 4 - SILA GRANDE (1)

SENTIERO n°	PARTENZA	ARRIVO	PERCORSO	PROGETTO	LUNGH: Km.	Tempi percor. ORE	Gruppo Montuoso	Sezione di competenza
400							APMER	
401	Caporosa	Lorica	Caporosa - Torre "Fiumarella" - Varco "del Parlamento" - Scarda	CAI	16+290	5,00	APMER	Cosenza
SI		Sede Parcosila	Case "Nocelle" - Lorica (sede Parco Sila) (SI tappa 17)			5,00	147	
402	Lorica	Botte Donato	Lorica (Sede Parco Sila) - Comuniello - Barracchella - Serra di Mola	CAI	16+800	4,30	APMER	Cosenza
SI	Sede Parcosila		Colle 'e Lecce - V.co di Botte Donato - Rif. Botte Donato (SI tappa 18)			4,00	146	
403	Botte Donato	Camigliatello	Rif. Botte Donato - V.co Botte Donato - Fontana "Del Colonnello" - P.le	CAI	11+440	3,00	APMER	Cosenza
SI		Silano	"Fallistro" - Spirito Santo - V.ne Sette Acque - Camigliatello (SI tappa 19)			4,00	146	
404	Camigliatello	Spezzano	Camigliatello (Funivia) - Fiumarella di Curcio - strada vette - Timpone	CAI	15+280	4,20	APMER	Cosenza
SI	Silano	Piccolo	Stella - varco Rovale - ponte Catalano - Spezzano Piccolo (SI tappa 21)			4,40	146	
405							APMER	
406							APMER	
407							APMER	
408							APMER	
409							APMER	
410	Botte Donato	Santa Barbara	Botte Donato - Valle Inferno - Righio - Ariamacina - Zarella - Serra Ripollata - Macchja Longa - Santa Barbara	CAI	26+970	6,45 7,10	APMER 146	Cosenza
410a	Fossiatà incr. 439	Fossiatà incr. 410	incr. 439 - incr. Sent. 410	CAI	1+200	0,20 0,20	APMER 144	Cosenza
411	Serra Ripollata	Picate	E Picate - Arnocampo - Serra Ripollata	PNS ex 10	5+710	1,25 1,55	APMER 144	Cosenza
412	San Nicola	San Nicola	S. Nicola - Lago Ariamacina - Le Differenze - S. Nicola	CAI	7+850	2,10 2,15	APMER 145	Cosenza
413	Serra "Le Differenze"	Timpone Grillo	Serra "Le Differenze" - M. Volpintesta - Colle Mittiga - Timpone Grillo	CAI	7+070	2,15 2,30	APMER 145	Cosenza
414	Macchialonga	Cerviolo	Macchialonga - Serra Castagna - Pettinascura - Cerviolo	PNS ex 9	13+540	3,15 3,30	APMER 144	Cosenza

CATASTO REGIONALE DEI SENTIERI ESCURSIONISTICI - ZONA UCS - SETTORE 4 - SILA GRANDE (2)

SENTIERO n°	PARTENZA	ARRIVO	PERCORSO	PROGETTO	LUNGH: Km.	Tempi percor. ORE	Gruppo Montuoso	Sezione di competenza
414a	Pettinascura incr. Sent. 414	destro della Madonna	incr. Sent. 414 - Destro della Madonna (presa acquedotto)	CAI	2+860	0,45 1,00	APMER 144	Cosenza
415	Pino Collito	Tassitano	Pino Collito - Passaturo del Melillo - Tassitano	CAI PNS	6+100	1,35 1,50	APMER 147	Cosenza
416	Garga Soprano	A 'mpara e Lorichella	Garga - S. Bernardo - Carrumanco - Pietra Altare - A 'mpara e Lorichella.	CAI ICAAL	15+900	4,15 4,05	APMER 146	Cosenza
416a	Carrumanco incr. 416	bivio A Cruce di Grimoli	Carrumanco (incr. 416) - bivio "Le Manche" - A Petra 'e l'Atari - bivio A Cruce dei Grimoli	CAI	2+440	0,50 0,45	APMER 146	Cosenza
417	Sella Colli Perilli incr. Sent. 438	Passaturo del Melillo incr. Sent. 415	Sella Perilli - Varco del Parlamento - Piano del Parlamento - Monte Cardoneto - Passaturo del Melillo	CAI PNS	8+920	2,20 2,35	APMER 147	Cosenza
418	C.da Rossi	Macc.ne di Montenero	C.da Rossi - Piano dei Rossi - Macchione di Montenero	CAI PNS	5+920	02:00 1,40	APMER 147	Cosenza
419	Silvana Mansio	Botte Donato	Silvana Mansio - Bivio Pietra dell'Altare - Croce dei Grimoli - Monti della Porcina - Botte Donato	ICAAL CAI	8+360	1,50 2,35	APMER 146	Cosenza
419a	Varco della Porcina incr. Sent. 419	Varco di Serafino incr. Sent. 416	incr. Sent. 419 - incr. Sent. 416	CAI PNS	0+840	0,15 0,10	APMER 146	Cosenza
420	Cagno	Nocella	Cagno - Montenero - Colli Perilli - Nocella - innesto sent. 438	C.M.S. CAI	15+810	4,20 4,15	APMER 147	Cosenza
421	Moccone	Rifugio "Montescuro"	Moccone (stazione F.C.) - Cabinovia - Manca di Zolfo - Montescuro	C.M.S. CAI	6+900	2,00 2,10	APMER 146	Cosenza
422	Serra Quaresima	Fallistro	S. rra Quaresima - Cruce da 'Crista - Maciniello - Timpone Bruno - M.te Sorbello - Timpone della Carcara - Macchia Fraga - Fallistro	ICAAL CAI	19+930	4,50 5,50	APMER 146	Cosenza
422a	Serra Maciniello incr. Sent. 422	Cannaruozzo incr. Sent. 437	Serra Maciniello - incr. Sent. 431a - Cannaruozzo	CAI	1+850	0,30 0,35	APMER 146	Cosenza
423	Sella Cavaliere	Marinella di Coppo	Sella Cavaliere - Serra Coppo - Marinella di Coppo	ICAAL CAI	3+740	1,30 1,00	APMER 146	Cosenza
423a	Torre "Cavaliere"	Torre "Cavaliere"	Torre "Cavaliere" - Vaccarizzo - Bivio Coppo - Torre "Cavaliere"	ICAAL CAI	6+420	1,45 1,20	APMER 146	Cosenza
423b	Piazzale "Cabinovia"	Marinella di Coppo	Piazzale "Cabinovia" Lorica - Bivio Bob - Marinella di Coppo	ICAAL CAI	1+590	0,50 0,30	APMER 146	Cosenza
423c	Ponte "Mellaro"	Vaccarizzo	Ponte "Mellaro" (km. 35+380 della SS 108bis) - Vaccarizzo	CAI PNS	0+950	00:15 0,15	APMER 146	Cosenza

CATASTO REGIONALE DEI SENTIERI ESCURSIONISTICI - ZONA UCS - SETTORE 4 - SILA GRANDE (3)

SENTIERO n°	PARTENZA	ARRIVO	PERCORSO	PROGETTO	LUNGH: Km.	Tempi percor. ORE	Gruppo Montuoso	Sezione di competenza
424	Barracchelle	Craticello	Barracchelle - Valle del Fiego - Craticello	CAI	6+870	2,00 2,15	APMER 146	Cosenza
425	Petit Etoile Spezzano Piccolo	Macchianello	Petit Etoile - Torr. Catalano - P.te Cardone - Varco di Masano - Serra Sozza - Manco di Roita - V.ne Patate - Strada Vette	CAI PNS	15+780	4,00 4,40	APMER 146	Cosenza
426	Serra Pedace (Petraro)	Case Barca	Petraro - Cardone - Petra Grupilla - Piano Grande - Case Barca bivio sentiero 425	CAI PNS	4+040	1,15 1,35	APMER 146	Cosenza
427	Ponticelli	Farfari (Valle Neto)	Ponticelli - Valico delle Carcarelle - Farfari (valle Neto)	CAI PNS	8+570	2,30 2,30	APMER 145	Cosenza
428	Curva di "Gianchi"	SI - Varco Rovale	Curva di Gianchi - Orto Parise - "I Chiani e' Terra" - SI (Varco Rovale)	CAI PNS	2+600	0,55 0,45	APMER 146	Cosenza
429	Montescuro Strada delle Vette	Curva di Gianchi km. 6+850 SP 256	Strada Vette - Timpone "Zio Filippo" - SP 256 Curva di Gianchi	CAI PNS	2+930	1,00 1,15	APMER 146	Cosenza
430	Case di Giallo	Cona 'da Sella	incr. Sent. 425 - torr. Fiumicello - Cona 'da Sella	CAI PNS	6+110	1,40 1,50	APMER 146	Cosenza
431	Fiego Soprano (incr. Sent. 424)	Colla e Lecce (incr. SI)	Fiego Soprano (incr. Sent. 424) - Colla 'e Lecce (incr. Sentiero italia)	CAI PNS	3+320	1,05 0,50	APMER 146	Cosenza
431a	Vallone Capalbo (incr. Sent. 431)	Vallone Capalbo (incr. Sent. 422a)	incr. Sent. 431 - incr. Sent. 422a	CAI PNS	1+280	0,30 0,20	APMER 146	Cosenza
432							APMER	
433							APMER	
434	Cupone	Cupone	Vivai Cupone - recinti faunistici - Cupone	PNS ex 1	3+060	0,55 0,55	APMER 144	Cosenza
435	Quattrovie	Prov.le 255	Quattrovie - Colle Napoletano - Ponte degli Americani - Prov.le 255	PNS ex 6	8+500	2,10 2,25	APMER 144	Cosenza
436	Cupone	Zarella	Cupone - Recinti - Quattrovie - Pietrebianche - Zarella (incr. 410)	PNS ex 7	5+980	1,30 1,15	APMER 144	Cosenza
437	Lorica	Cona 'da Sella	Lorica - Marinella di Coppo - Colla 'e Lecce - T.ne Bruno - T.ne Tenna Cona 'da Sella	ICAAL CAI	18+090	4,50 4,25	APMER 146	Cosenza
438	Case Nocelle	Colli Perilli	Case Nocelle - Fossa di Lupo - Colle Palombelli - Croce dei Laghi (Colli Perilli)	ICAAL CAI	5+660	1,50 1,25	APMER 147	Cosenza

CATASTO REGIONALE DEI SENTIERI ESCURSIONISTICI - ZONA UCS - SETTORE 4 - SILA GRANDE (4)

SENTIERO n°	PARTENZA	ARRIVO	PERCORSO	PROGETTO	LUNGH: Km.	Tempi percor. ORE	Gruppo Montuoso	Sezione di competenza
439	Cupone	Fossiatà	Cupone - Corvo Alto - Cozzo del Principe - Vivaio Sbanditi - Fossiatà	PNS ex 2	9+670	2,30 2,25	APMER 144	Cosenza
440	Sede Parco N. Sila	Lorichella	Sede Parco Nazionale della Sila (Rovalicchio) - Crocifisso di Grimoli - Grimoli - A'mpara e Lorichella - Lorichella.	ICAAL CAI	4+210	1,05 1,05	APMER 146	Cosenza
440a	Lorica (bar Lago Arvo)	Crocifisso dei Grimoli	Lorica (bar Lago Arvo) - Crocifisso dei Grimoli	ICAAL CAI	0+900	0,20 0,10	APMER 146	Cosenza
440b	Lorica (Pro Loco)	Case Polito	Lorica (Pro Loco) - Serbatoio - case Polito (incr. Sent. 440)	ICAAL CAI	1+400	0,20 0,20	APMER 146	Cosenza
440c	Colla 'da Milogna	A Mpara e Lorichella	Colla 'da Milogna - Piano Celestino - Guado degli Ontani - A Mpara e Lorichella	ICAAL CAI	1+380	0,30 0,25	APMER 146	Cosenza
440d	Cavaliere (alb. "Il Ruscello")	Guado degli Ontani	Cavaliere (Albergo "Il Ruscello") - Guado degli Ontani	ICAAL CAI	1+130	0,20 0,15	APMER 146	Cosenza
440e	Lorichella	Piano Celestino	Lorichella - Bivio Ruscello - Piano Celestino	CAI PNS	0+710	0,01 0,10	APMER 146	Cosenza
441	Stazione S. Nicola incr. Sent. 412	Rif. Carrumanco incr. Sent. 416	Stazione S. Nicola Silvana Mansio - Laghetto del Votturino - Rifugio "Carrumanco"	CAI PNS	7+500	1,40 1,35	APMER 146	Cosenza
442	Fossiatà	Cupone	Fossiatà - Fiume cecita - Ponte degli Americani - Cupone	PNS ex 3	5+900	1,25 1,30	APMER 144	Cosenza
443	Rifugio Monte Curcio	Fallistro	Rif. Monte Curcio - Macchione - Varco Jurdaniello - Spirito Santo Fallistro (incr. SI)	CAI PNS	5+190	1,20 1,25	APMER 146	Cosenza
444							APMER	
445	Strada Prov.le 208 km. 9+480	Torre Spina (ruderì)	Prov.le 208 - Valico Sciforelle di Spina - Torre Spina	CAI PNS	3+920	1,00 1,10	APMER 144	Cosenza
445a	Valico Sciforelle di Spina	Strada Prov.le 208 km. 6+700	Valico Sciforelle di Spina - Manco di Spina - Prov.le 208	CAI PNS	1+640	0,25 0,30	APMER 144	Cosenza
446							APMER	
447							APMER	
448							APMER	

CATASTO REGIONALE DEI SENTIERI ESCURSIONISTICI - **ZONA UCS - SETTORE 4 - SILA GRANDE (4)**

SENTIERO n°	PARTENZA	ARRIVO	PERCORSO	PROGETTO	LUNGH: Km.	Tempi percorr. ORE	Gruppo Montuoso	Sezione di competenza
449							APMER	
450							APMER	
451							APMER	
452							APMER	
453							APMER	
454							APMER	
455							APMER	
456							APMER	
457							APMER	
458							APMER	
459							APMER	
460							APMER	
461							APMER	
462							APMER	
463							APMER	
464							APMER	

CATASTO REGIONALE DEI SENTIERI ESCURSIONISTICI - **ZONA UCS - SETTORE 4 - SILA GRANDE (4)**

SENTIERO n°	PARTENZA	ARRIVO	PERCORSO	PROGETTO	LUNGH: Km.	Tempi percorr. ORE	Gruppo Montuoso	Sezione di competenza
465							APMER	
466							APMER	
467							APMER	
468							APMER	
469							APMER	
470							APMER	
471							APMER	
472							APMER	
473							APMER	
474							APMER	
475							APMER	
476							APMER	
477							APMER	
478							APMER	
479							APMER	
480							APMER	

CATASTO REGIONALE DEI SENTIERI ESCURSIONISTICI - **ZONA UCS - SETTORE 4 - SILA GRANDE (4)**

SENTIERO n°	PARTENZA	ARRIVO	PERCORSO	PROGETTO	LUNGH: Km.	Tempi percorr. ORE	Gruppo Montuoso	Sezione di competenza
481							APMER	
482							APMER	
483							APMER	
484							APMER	
485							APMER	
486							APMER	
487							APMER	
488							APMER	
489							APMER	
490							APMER	
491							APMER	
492							APMER	
493							APMER	
494							APMER	
495							APMER	
496							APMER	

CATASTO REGIONALE DEI SENTIERI ESCURSIONISTICI - ZONA UCS - SETTORE 4 - SILA GRANDE (4)

SENTIERO n°	PARTENZA	ARRIVO	PERCORSO	PROGETTO	LUNGH: Km.	Tempi percorr. ORE	Gruppo Montuoso	Sezione di competenza
497							APMER	
498							APMER	
499							APMER	