

Escursione	Sacco - Sorgente del Sammaro (320 m) - Sacco Vecchio (780 m)
Data	Domenica 22 febbraio 2026
Direttori	Giacomo Cacchione (Vesuvio): 366 2592688 Francesco Coppola (Vesuvio): 339 6248528 Donato D'Ambrosio (Vesuvio): 338 6458167
Gruppo montuoso	Monti Alburni



Difficoltà	EE	Tipologia	AR
Durata	4 h soste escluse	Partenza	Ore 9:30
Lunghezza	9 km	Dislivello	390 m
Criticità	Nessuna	Punti d'acqua	Non presenti sul percorso
Allenamento	Si richiede buona preparazione fisica, adeguata alle difficoltà classificate E (Escursionismo), EE (Escursionismo per Esperti), EAI (Escursionismo in Ambiente Innevato), EEA (Escursionismo per Esperti con Attrezzatura), Ciclo escursionismo e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti.		
Attrezzatura	Abbigliamento a strati da escursionismo adatto alla stagione: scarpe da trekking, pantaloni lunghi, t-shirt tecnica, pile, calzettoni, cappellino, guanti, giacca antivento, k-way antipioggia, bastoncini telescopici, occhiali da sole, binocolo, bussola, crema solare, kit primo soccorso (scheda con gruppo sanguigno, farmaci personali e segnalazione di eventuali allergie), borraccia per l'acqua (lungo il percorso non ci sono punti per l'approvvigionamento di acqua), colazione a sacco, ricambio di indumenti, fischietto, lampada frontale.		
Percorso	Il percorso prevede due parti, la prima con partenza dalle auto si sviluppa in discesa verso la sorgente del fiume Sammaro per poi risalire tornando sullo stesso sentiero al punto di partenza. La seconda parte prevede la salita alle rovine di Sacco Vecchio in un percorso ad anello.		
Itinerario	Per raggiungere Sacco occorrono circa due ore e un quarto di auto con partenza da San Sebastiano al Vesuvio. Si prende l'uscita Atena Lucana sulla E45 e si prosegue in direzione sulla SS 166 degli Alburni sulla quale si prosegue fino a Sacco dove si sistemano le auto. Il nostro trekking si sviluppa in due parti, la prima in direzione Sorgente del Sammaro (320 m) la seconda verso le rovine di Sacco Vecchio. Le montagne intorno sono: il Monte Motola (1743 m), appartenente al gruppo montuoso dell'Appennino Lucano, rappresenta uno spartiacque tra il vicino gruppo montuoso degli Alburni e il Vallo di Diano.		
Ritrovo	Ore 8.30: Uscita autostrada Atena Lucana https://www.google.com/maps/place/Kristall+Palace+Hotel/@40.4525416,15.5422487,880m/data Ore 9.15: Sacco presso Ristorante Le Scintille https://www.google.com/maps/place/Le+Scintille/@40.3810684,15.3700724,829m/data		
Prenotazione	Per partecipare all'escursione è obbligatorio prenotarsi entro le ore 14:00 di sabato 21/02/2026 , contattando uno dei direttori; l'escursione è riservata ai soci CAI ed ai soci del		



Rispetta la bellezza della natura



Segui il sentiero



Non abbandonare rifiuti



Club Alpino Italiano

Sottosezione Vesuvio



Chianiello APS e tutti sono ammessi a partecipare previa presa visione del regolamento, della difficoltà dell'escursione e sentito il parere dei referenti.

Il tracciato non presenta particolari difficoltà.

È ammessa la partecipazione di cani.

Per chi volesse arrivare in zona la sera prima si riportano di seguito i riferimenti di alcune strutture da contattare per verificare disponibilità. Le strutture si trovano a pochi chilometri da Sacco.

Per coloro che pernottano il punto di ritrovo è presso il Ristorante Le Scintille alle 9.15

B&B Angelina Polito - Sacco 3496461423 (una sola camera)

B&B Le tre Grazie - Roscigno - Giovanna 3206362079

B&B Vittoria - Roscigno - Armando 3382805765

Terra Nostra - Corleto Monforte - Giovanni 3460847939

Note dei direttori



Rispetta la bellezza della natura



Segui il sentiero



Non abbandonare rifiuti