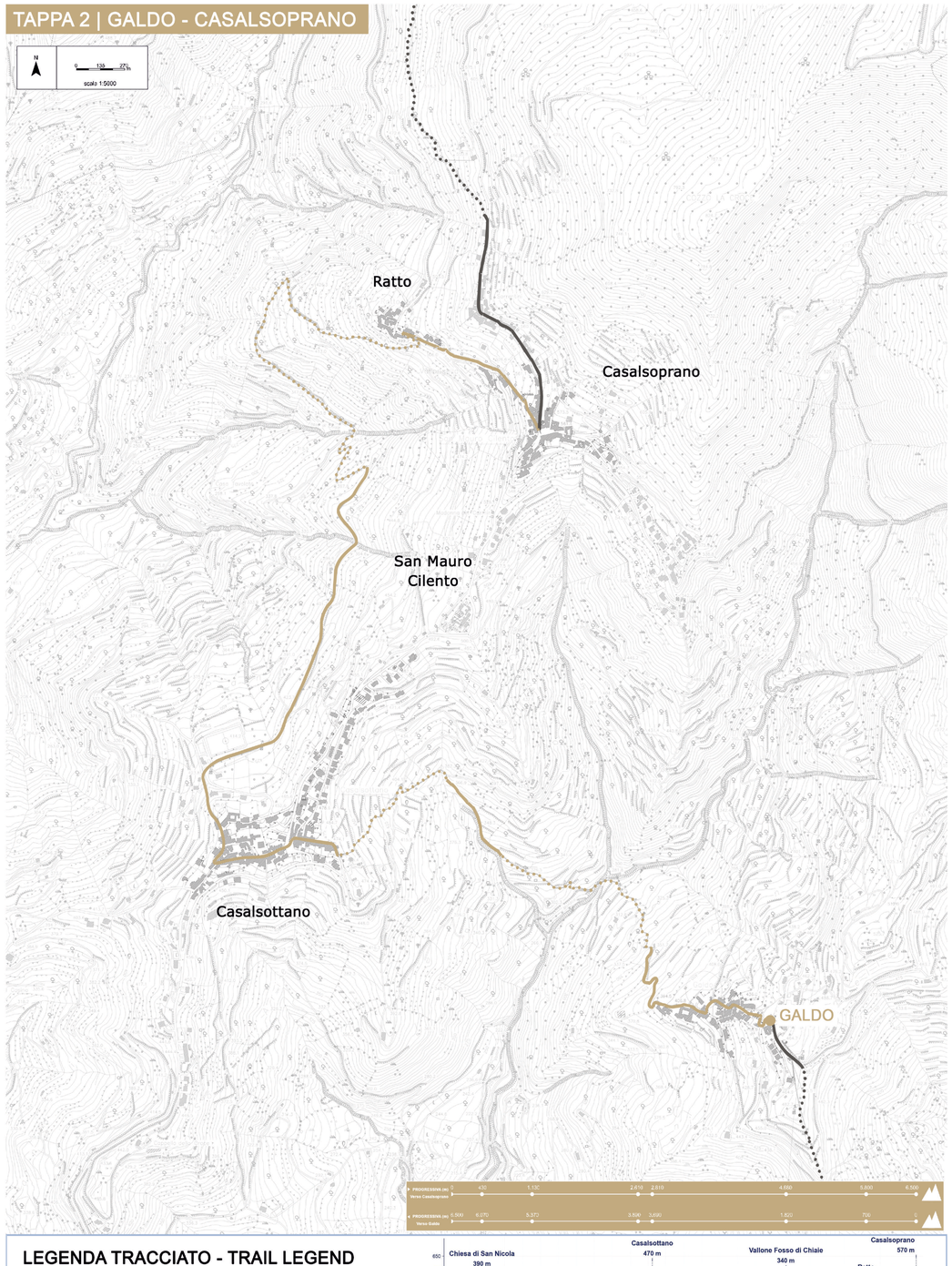
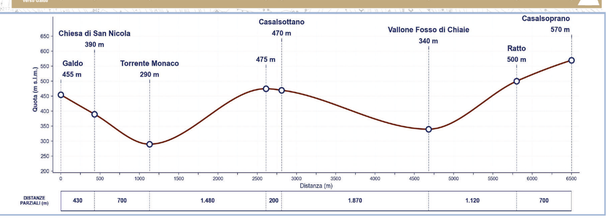






LEGENDA TAPPE - STAGE LEGEND

- TAPPA- STAGE 1| **Acciaroli -Galdo**
- TAPPA- STAGE 2| **Galdo- San Mauro Cilento**
- TAPPA- STAGE 3| **San Mauro Cilento-Serramezzana**
- TAPPA- STAGE 4| **Anello Serramezzana - Capograssi**

PERCORSI DELLA VITA MEDITERRANEA

LEGENDA TRACCIATO - TRAIL LEGEND

- STRADA ASFALTATA - PAVIMENTATA IN PIETRA
 PAVED ROAD - STONE PAVED ROAD
- STRADA STERRATA -SENTIERO
 DIRT ROAD - TRAIL
- POSIZIONE ATTUALE
 CURRENT LOCATION

GALDO



Galdo è la frazione collinare più interna del comune di Pollica, situata tra Celso e San Mauro Cilento. Il borgo conserva quasi intatta la struttura urbanistica tardo-medievale, caratterizzata da vicoli in pietra e antichi palazzi rurali immersi in un paesaggio di uliveti e boschi.

Le prime testimonianze storiche di Galdo risalgono al 1092; il nome deriva probabilmente dal termine longobardo wald, cioè “bosco” o “selva”, a indicare l'antica natura del territorio. Per secoli il paese fu legato alle vicende feudali del Cilento e passò sotto il dominio dei Sanseverino, dei Griso e successivamente dei baroni Galdi.

Tra le emergenze storico-architettoniche più importanti si distinguono la Chiesa di San Rocco, la Cappella di Santa Caterina e il Palazzo dei Baroni Galdi, caratterizzato dal portale del 1605 con stemma nobiliare e da antiche strutture difensive. Di particolare interesse è anche il Palazzo dei Rizzo, riconoscibile per la torre cilindrica di impronta cinquecentesca.

A valle dell'abitato storico sorge la Chiesa di San Nicola di Bari, edificata nel Trecento e rimaneggiata tra Seicento e Settecento. Il culto di San Nicola di Myra fu importato dai monaci basiliani (italo-greci) che in fuga dalla persecuzioni iconoclaste dell'Oriente si stanziarono nel Cilento e in particolare nell'area del monte Stella.

Nel 2006 Galdo è stato inserito nella rete “Cittaslow” come “Borgo di Teatro e Letteratura”, grazie a un progetto culturale dedicato alla valorizzazione dei vicoli storici attraverso teatro, poesia e letteratura diffusa. Durante il periodo estivo il borgo ospita spettacoli teatrali, eventi culturali e manifestazioni legate alle tradizioni popolari cilentane.

Per la tranquillità del paesaggio, la conservazione dell'architettura storica e la presenza di antichi sentieri rurali, Galdo rappresenta oggi uno dei luoghi più autentici e silenziosi del Cilento collinare.

Fonti storiche e documentali: bibliografia locale, pubblicazioni, siti web istituzionali e testimonianze della tradizione orale.

Galdo is the innermost hilltop hamlet of the municipality of Pollica, located between Celso and San Mauro Cilento. The village retains its late-medieval urban structure almost intact, characterized by stone alleys and ancient rural buildings nestled in a landscape of olive groves and woods.

The first historical records of Galdo date back to 1092; the name likely derives from the Lombard term wald, meaning "forest" or "forest," indicating the ancient nature of the territory. For centuries, the village was tied to the feudal history of Cilento and came under the rule of the Sanseverino, Griso, and later the Galdi barons.

Among the most important historical and architectural landmarks are the Church of San Rocco, the Chapel of Santa Caterina, and the Palazzo dei Baroni Galdi, characterized by its 1605 portal with a noble coat of arms and ancient defensive structures. Also of particular interest is the Palazzo dei Rizzo, recognizable by its 16th-century cylindrical tower.

Downstream from the historic town stands the Church of San Nicola di Bari, built in the 14th century and remodeled between the 17th and 18th centuries. The cult of San Nicola di Myra was imported by the Basilian monks (Italo-Greeks) who, fleeing iconoclastic persecution in the East, settled in Cilento, particularly in the area of Mount Stella.

In 2006, Galdo was included in the "Cittaslow" network as a "Borgo di Teatro e Letteratura" (Theater and Literature Village), thanks to a cultural project dedicated to enhancing its historic alleys through theater, poetry, and popular literature. During the summer, the village hosts theater performances, cultural events, and celebrations related to Cilento's popular traditions.

Thanks to the tranquility of its landscape, the preservation of its historic architecture, and the presence of ancient rural paths, Galdo today represents one of the most authentic and peaceful places in the Cilento hills.

Historical and documentary sources: local bibliography, publications, institutional websites, and oral tradition testimonies.





112 EMERGENZA - EMERGENCY

In caso di emergenza chiama il 112 .
Comunica la tua posizione e il tipo di emergenza.
Mantieni la calma e segui le indicazioni dell'operatore.

In case of emergency, call 112.
Provide your location and the type of emergency.
Stay calm and follow the operator's instructions

PROFILO ALTIMETRICO PERCORSO -



I PERCORSI DELLA VITA MEDITERRANEA The Paths of Mediterranean Life	Tappa 1 - Da Acciaroli a Galdo *Stage 1: From Acciaroli to Galdo*	Tappa 2 - Da Galdo a Casalsoprano *Stage 2: From Galdo to Casalsoprano*	Tappa 3 - Da Casalsoprano a Serramezzana *Stage 3 - From Casalsoprano to Serramezzana*	Tappa 4 - Anello Serramezzana - Capograssi *Stage 4 - Loop trail Serramezzana - Capograssi*
Distanza (km) / Distance (km)	8,7	6,5	4,25	5,7
Salita / Ascend (m)	540	415	170	320
Discesa / Descent (m)	110	305	225	320
Dislivello totale / Net elevation gain (m)	455	280	170	320
Quota minima (m s.l.m.) / Minimun elevation (m a.s.l)	3	290	405	225
Quota massima (m.s.l.m.) / Maximun elevation (m a.s.l)	485	570	575	543
Livello di difficoltà / Difficulty Level *	E - Escursionistica / Moderate	E - Escursionistica / Moderate	E - Escursionistica / Moderate	E - Escursionistica / Moderate

Il percorso è segnalato e si sviluppa prevalentemente su sentien e strade sterrate me comprende anche tratti di strade astaitate. Non presenta difficoltà elevate ma richiede comunque una buona condizione fisica, attitudine al camminare in montagna, cautela nonché l'uso di calzature e indumenti adeguati

The route is marked and follows mainly trails and dirt roads, but also includes stretches of paved roads. It's not particularly difficult, but requires good physical condition, mountain hiking skills, caulion, and the use of appropriate footwear and clothing

ESCURSIONI IN SICUREZZA - SAFE HIKING

Rispetta il sentiero, la natura e chi incontri / Respect the trail, nature, and the people you meet

Equipaggiamento - Usa calzature e abbigliamento adeguati	**Equipment** - Wear suitable footwear and clothing
Meteo - Controlla le condizioni meteo prima di partire	**Weather** - Check weather conditions before departure
Acqua - Porta con te acqua sufficiente	**Water** - Carry enough drinking water
Segnaletica - Segui esclusivamente i sentieri segnati	**Trail Signs** - Follow marked trails only
Sicurezza - Evita percorsi oltre le tue capacità	**Safety** - Avoid routes beyond your abilities
Fondo insidioso - Prestare attenzione in caso di terreno bagnato o sdrucciolevole	**Slippery surface** – Use caution on wet or slippery ground
Strada carrabile - Prestare attenzione ai veicoli in transito	**Road section** – Watch for passing vehicles
Rifiuti - Riporta tutti i rifiuti con te	**Waste**- Take all waste with you
Natura - Non raccogliere piante e non disturbare gli animali	**Nature** - Do not pick plants or disturb wildlife
Fuochi - Vietato accendere fuochi	**Fires** - Lighting fires is prohibited
Cani - Tieni i cani sotto controllo	**Dogs** - Keep dogs under control
Silenzio - Evita rumori molesti	**Silence** - Avoid disturbing noises