



## Cosa vedere e fare nelle Dolomiti Lucane: guida ai borghi di Castelmezzano e Pietrapertosa

*Tra storia, natura e adrenalina: il Volo dell'Angelo, la nuova Slittovia delle Dolomiti Lucane e le attività outdoor da non perdere a Castelmezzano e Pietrapertosa*

Due borghi incastonati nella roccia, dove la pietra si intreccia con l'acciaio, la leggenda incontra la storia e l'adrenalina si fonde con la bellezza. **Castelmezzano e Pietrapertosa**, tra le Dolomiti Lucane in Basilicata, sono l'esempio perfetto di un territorio che ha saputo valorizzare le proprie risorse naturali e culturali trasformandole in esperienze uniche.

Oggi, questi paesi attirano visitatori da tutto il mondo grazie ad attrazioni spettacolari come il **Volo dell'Angelo**, la nuova **Slittovia delle Dolomiti Lucane** e numerose attività immerse in paesaggi mozzafiato come sentieri panoramici e vie ferrate.

### **Castelmezzano, il borgo medievale delle Dolomiti Lucane**

Tra i **Borghi più belli d'Italia**, Castelmezzano si presenta come un **gioiello incastonato tra le guglie delle Dolomiti Lucane**, dove natura, storia e leggenda si intrecciano. Il borgo conserva

ancora l'originario impianto medievale, con vicoli, piazzette e sottoportici scavati nella roccia, ieri come oggi considerati un punto di ritrovo per la vita sociale del paese.



Panorama sulle Dolomiti Lucane (Foto © Sara Panizzon).

## Storia e origini

Secondo la tradizione, il primo insediamento fu fondato da **Paolino**, un pastore che cercava rifugio tra le montagne per sfuggire alle incursioni saracene. Il nome stesso, derivato dal latino *Castrum Medianum*, richiama la funzione difensiva di questo luogo fortificato.

Nel corso dei secoli, Castelmezzano è stato attraversato da monaci basiliani, longobardi, normanni, angioini e aragonesi, lasciando stratificazioni culturali visibili ancora oggi. Particolarmente affascinante è il **legame con i Cavalieri Templari**, la cui presenza è testimoniata da elementi ricorrenti nello stemma comunale, che riproduce il celebre sigillo templare con due cavalieri su un solo cavallo, e nella toponomastica. Sulle mura accanto alla **Chiesa di Santa Maria dell'Olmo**, edificata nel XIII secolo, è visibile una croce templare. L'olmo stesso, pianta sacra per l'Ordine del Tempio, rappresentava per i cavalieri la perfezione e la forza spirituale.

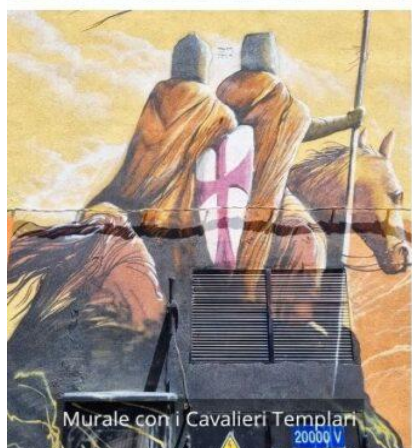


Foto © Sara Panizzon

## Arte e natura

All'interno della **Chiesa Madre**, costruita in pietra locale, si trovano importanti testimonianze artistiche come la statua lignea trecentesca della **Madonna con Bambino**, un altare in stile barocco e una pregevole **Sacra Famiglia di Girolamo Bresciano**. Questo edificio religioso è tra le principali cose da vedere a Castelmezzano, non solo per il suo valore spirituale, ma anche per l'importanza storica che conserva.

Risalendo i vicoli del borgo verso le vette delle Dolomiti Lucane si raggiunge uno dei punti panoramici più suggestivi, da cui si ammira l'**antica scalinata scavata nella roccia** che conduce ai ruderi del **Castrum Medianum**, la fortezza normanno-sveva posta nel punto più alto di Castelmezzano. Da qui, le guarnigioni controllavano la valle del Basento e sorvegliavano i passaggi lungo le vie di comunicazione tra le valli circostanti.



La scalinata normanna scavata nella roccia (Foto © Sara Panizzon).

Durante l'estate, tra i resti del castello va in scena lo spettacolo **"La Grande Madre"**, un'esperienza immersiva tra luci, suoni e parole, proiettata direttamente sulle guglie di arenaria. Un racconto che esalta il patrimonio materiale e immateriale delle Dolomiti Lucane, regalando al pubblico un'emozione sospesa tra paesaggio, mito e memoria.

Per organizzare la visita, è disponibile [l'App Vivi Castelmezzano](#), che consente di esplorare il borgo attraverso un tour virtuale e personalizzare l'itinerario in base ai propri interessi, dalle attrazioni storiche alle esperienze naturalistiche e outdoor.

## Dove dormire a Castelmezzano e dove mangiare

Per dormire, Castelmezzano offre un'accoglienza autentica in hotel come [La Locanda di Castromediano](#) e B&B panoramici dove la quiete del borgo e la vista sulle montagne completano un soggiorno da ricordare.

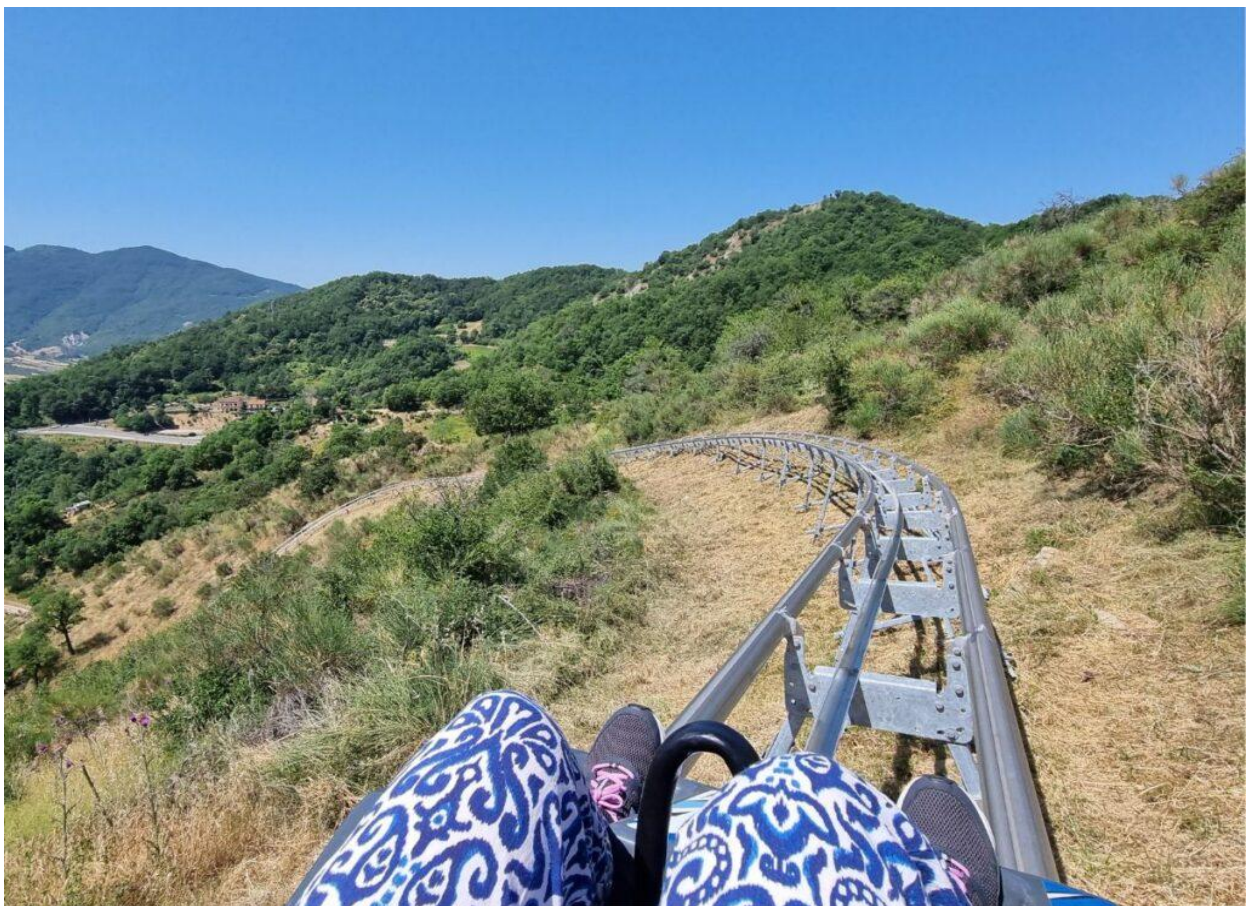
Castelmezzano è un **piccolo scrigno di sapori lucani**, dove ogni pausa a tavola diventa un viaggio nella cultura del territorio. Abbiamo già **raccontato le tappe più interessanti dove fermarsi a mangiare** ([qui l'articolo completo](#)), da **Peperusko** a **Sapori del Borgo**, dalla **pizzeria 2T** alla **Trattoria da Spadino**. Altri indirizzi imperdibile sono la **Trattoria Dal Vecchio Scarpone** e [Al Becco della Civetta](#)

. Esperienza di gusto anche al ristorante dell'[Hotel Dolomiti](#), rinnovato nel segno della qualità.

## Slittovia delle Dolomiti Lucane: divertimento e avventura per tutta la famiglia

Tra le novità che rendono ancora più affascinante una visita a Castelmezzano c'è la [Slittovia delle Dolomiti Lucane](#), una nuova attrazione pensata per chi desidera vivere il paesaggio da un punto di vista inedito. Un'esperienza adrenalinica ma sicura, adatta anche ai più piccoli, che parte direttamente dal borgo e permette di scivolare dalle montagne lucane a bordo di speciali bob.

«Con il Volo dell'Angelo abbiamo dimostrato che Castelmezzano e le Dolomiti Lucane possono essere un riferimento esclusivo per il turismo esperienziale – spiega il **sindaco Nicola Valluzzi** – Con la Slittovia rafforziamo questa identità, offrendo un'altra attrazione emozionante adatta a tutte le età, in grado di ampliare la stagione turistica a tutto l'anno e non solo in estate».



La Slittovia delle Dolomiti Lucane (Foto © Sara Panizzon).

Il **viaggio sulla Slittovia delle Dolomiti Lucane** comincia lentamente, mentre il bob, agganciato al cavo, risale silenzioso il crinale della montagna. È un'attesa carica di emozione: si ha il tempo di osservare il paesaggio che si apre intorno, le guglie rocciose delle Dolomiti Lucane che

---

svettano verso il cielo e le case del borgo che si fanno sempre più piccole. Poi, arrivati in cima, l'adrenalina prende il sopravvento: una curva improvvisa rompe il silenzio e dà inizio alla discesa. Si acquista velocità, il vento in faccia e il cuore che batte più forte. In un attimo sospeso, tra una curva e l'altra, lo sguardo si perde nel panorama mozzafiato della valle, prima di lasciarsi andare all'ebbrezza della corsa, che in pochi minuti riporta al punto di partenza. Spettinati, con il sorriso stampato in volto, si scende con la voglia di rifarlo ancora. Un'esperienza che unisce avventura e bellezza, pensata per tutta la famiglia.

«La Slittovia di Castelmezzano è pensata per tutti: dai bambini di 4 anni fino agli adulti. È l'attrazione che mancava per rendere completa l'offerta turistica delle Dolomiti Lucane – racconta **Lorenzo Palazzo**, vicesindaco di Castelmezzano – Partenza e arrivo sono nel cuore del centro storico, senza necessità di usare l'auto. Il percorso si sviluppa per 400 metri in salita – da quota 850 a 1050 metri – e 850 metri in discesa, con la possibilità di regolare la velocità in base al proprio livello di avventura. Il costo è di 7,50 € per gli adulti, 6,50 € per i bambini, con sconti per corse multiple. Il momento più emozionante? – conclude il vicesindaco – Fermarsi in vetta e scattare un selfie con il panorama mozzafiato».

## Il Volo dell'Angelo: l'esperienza più emozionante tra le Dolomiti Lucane

Tra le esperienze più incredibili da fare sulle Dolomiti Lucane in Basilicata, c'è senza dubbio il [Volo dell'Angelo](#). Si tratta di una **zipline che collega Castelmezzano e Pietrapertosa** sospesa a oltre 400 metri di altezza, con un volo in andata e ritorno tra i due borghi, disponibili da maggio a novembre.



Il punto di partenza del Volo dell'Angelo (Foto © Sara Panizzon).

Chi sceglie di provarlo si ritrova appeso a un cavo d'acciaio, disteso in posizione orizzontale, lanciato a tutta velocità nel vuoto. Il panorama intorno si apre all'improvviso: montagne, boschi e cielo si fondono in un'unica prospettiva. Il volo raggiunge i 120 km/h e regala una scarica di adrenalina pura, difficile da dimenticare, ma anche chi resta con i piedi per terra può vivere un momento magico. Basta avvicinarsi alla stazione di arrivo, dove i "volatori" sfrecciano sospesi tra cielo e terra. Il suono del carrello anticipa il loro arrivo: un piccolo punto colorato che cresce, velocissimo, fino a fermarsi pochi metri più avanti. Un attimo di stupore e la consapevolezza di aver assistito a qualcosa di unico. Un'esperienza che non è solo per chi vola, ma anche per chi osserva.

## Le Vie Ferrate delle Dolomiti Lucane: arrampicate tra roccia e cielo

Si parte dal fondovalle, nei pressi dell'**Antro delle Streghe**, e già l'inizio è suggestivo: il **Ponte Nepalese**, sospeso a 35 metri d'altezza, segna il passaggio tra i due versanti e prepara all'avventura. Da qui, partono i due itinerari – **Salemm** e **Marcirosa** – si arrampicano lungo creste e canali, alternando camminamenti e passaggi verticali sempre in sicurezza, grazie all'attrezzatura obbligatoria e alla linea vita. Lungo il percorso, il tempo sembra rallentare: ogni sosta è un'occasione per guardarsi intorno e lasciarsi stupire dalla maestosità delle Dolomiti Lucane, dalla vista sulle vallate, dalle guglie che bucano il cielo. Non servono doti da alpinista, ma

buona forma fisica, rispetto per la natura e voglia di mettersi in gioco. L'esperienza è accessibile anche ai principianti, se accompagnati da una guida esperta, ed è un perfetto esempio di turismo attivo che unisce sport, paesaggio e avventura.

Per chi cerca l'emozione dell'altezza e il fascino della roccia, le [Vie Ferrate](#) delle Dolomiti Lucane rappresentano un'esperienza indimenticabile. Si snodano per oltre 3,6 km lungo le pareti che dividono Castelmezzano e Pietrapertosa, regalando scorci spettacolari e l'incredibile sensazione di camminare sospesi tra terra e cielo.



Via Ferrata Marcirosa – Pietrapertosa (Foto © www.volodellangelo.com).

## Cosa vedere a Pietrapertosa, uno dei borghi più belli e alti d'Italia

Arroccato a 1088 metri d'altitudine, **Pietrapertosa** è il borgo più alto della Basilicata e uno dei più affascinanti d'Italia. Il suo nome deriva da una roccia forata, la "*pertusa*", e il suo profilo sembra quello di un cappello di luce posato sulla montagna. Inserito tra i [Borghi più belli d'Italia](#) e sul podio delle Best Hidden Gems in Europe secondo European Best Destinations, Pietrapertosa è un intreccio di pietra, storia e suggestioni. Le case sembrano nascere dalla roccia stessa, si arrampicano lungo vicoli ripidi tra minuscoli orti e pareti scoscese, con un paesaggio lunare che incanta.



Il borgo di Pietrapertosa (Foto © Sara Panizzon).

Camminando tra le stradine, non è raro incontrare anziani – anche centenari – pronti ad accogliere i visitatori con un sorriso e un caloroso “benvenuto” in dialetto. Il cuore del borgo è l’**antico quartiere dell’Arabata**, una piccola casbah scolpita nella pietra, che ogni anno a metà agosto si anima con la rievocazione storica “**Sulle tracce degli arabi**”: una festa tra musiche orientali, mercatini, danzatrici del ventre e degustazioni.



L'antico quartiere dell'Arabata (Foto © Sara Panizzon).

Alla periferia del borgo si trova il **Convento di San Francesco d'Assisi**, fondato nel 1474 e articolato intorno a un suggestivo chiostro quadrato.



Convento di San Francesco (Foto © Sara Panizzon).

La chiesa annessa, a navata unica con copertura a capriate, custodisce un **prezioso Polittico** attribuito a Giovanni Luce da Eboli e **numerosi affreschi**, tra cui un ciclo cristologico e scene della vita di San Francesco, oltre a un coro ligneo seicentesco di straordinaria bellezza.

Anche chi visita Pietrapertosa può vivere l'emozione unica del **Volo dell'Angelo**, l'esperienza adrenalinica sospesi tra cielo e roccia: si parte a oltre mille metri di quota lungo la linea di San Martino, sorvolando le Dolomiti Lucane fino a Castelmezzano, sfiorando i 110 km/h in un volo di pura libertà.

Anche l'arte ha reso omaggio a questo luogo sospeso nel tempo: il celebre fotografo **Henri Cartier-Bresson** immortalò l'Arabata nel 1973 e le sue immagini oggi accompagnano i passi dei visitatori. E persino **Stephen King**, nel romanzo *The Institute*, cita Pietrapertosa come sede segreta dell'organizzazione che imprigiona bambini con poteri paranormali. Un piccolo dettaglio narrativo, che rende questo borgo ancora più misterioso e affascinante.



Gli affreschi nella roccia dedicati a San Rocco (Foto © Sara Panizzon).

## Dove mangiare a Pietrapertosa: tradizione e sapori autentici

A Pietrapertosa, il gusto della Basilicata si scopre tra piatti genuini e location dal fascino unico. Per chi cerca l'autenticità, il **Piccolo Ristoro Le Rocce** propone ricette della tradizione come i maccheroni con mollica, noci e peperone crusco IGP, preparati a mano secondo usanze antiche. Per un'esperienza più ricercata, l'agriturismo **Casa di Caccia della Tenuta Padula** accoglie gli ospiti in un elegante chalet immerso nella natura: qui il menù stagionale valorizza selvaggina, tartufi, funghi e prodotti a km zero, celebrando i sapori delle Dolomiti Lucane in chiave creativa ( [qui altri dettagli su queste insegne](#)).

## Come arrivare a Castelmezzano e Pietrapertosa: informazioni utili

Per raggiungere Castelmezzano e Pietrapertosa in auto, si può percorrere la **Strada Statale 655** "Bradonica" e seguire le indicazioni per i borghi, situati nel cuore delle Dolomiti Lucane.

In alternativa, il treno offre un'ottima soluzione: **la stazione più vicina a Castelmezzano** è lo scalo di Albano di Lucania, collegato con treni regionali. Per chi ama l'avventura in bici, l'*Appennino Bike Tour* permette di scoprire il territorio in modo sostenibile, attraversando paesaggi mozzafiato e piccoli borghi come quelli di Pietrapertosa e Castelmezzano.

**Data di creazione**

09/07/2025

**Autore**

sara-panizzon