



**CLUB ALPINO ITALIANO
GRUPPO REGIONALE LIGURIA**



CAMMINA ITALIA CAI 2019

Eventi ed Escursioni sul Sentiero Italia della Liguria

dal 07 al 16 luglio 2019



Il Club Alpino Italiano nel 2019 anno del cammino lento presenta il nuovo Sentiero Italia, oltre 6000 km di sentiero che attraversa e unisce tutte le regioni italiane. Il Camminaitalia 2019 organizzato per il lancio del percorso attraverserà la Regione Liguria nel mese di luglio, lungo lo sparticque montano, tra cielo e mare, proponendo diverse iniziative organizzate dalle sezioni liguri.

PROGRAMMA DELLE INIZIATIVE

07 Luglio – Staffetta Sentiero Italia – dal Passo di Lagastrello a Prato Spilla. Incontro tra le sezioni CAI Spezzine e le sezioni CAI Emiliane.

Riferimento/Accompagnatori: Erica Morelli 3336768684; Laila Ciardelli 3487478928; Michele Sarcinelli 3477032513.

Difficoltà: E

Tempo percorrenza: 4 ore circa

Trasporto: con mezzo privato

Quota totale per persona: gratuita

Descrizione: ore 7.30 ritrovo e partenza dal Palazzetto dello Sport di La Spezia con mezzi propri; ore 9.30 incontro al Ponte Lagastrello tra le Sezioni Spezzine (CAI La Spezia, CAI Sarzana) e le Sezioni Emiliane (CAI Parma, CAI Reggio Emilia) ed inizio escursione in direzione Prato Spilla. Ore 13 arrivo staffetta a Prato Spilla; ore 13.30 saluti delle Autorità. Ore 14.00 consegna testimone al CAI gruppo Regione Liguria, a seguire spuntino. Ore 15.00 concerto del Coro CAI Mariotti.

13 Luglio – Alba sul Monte Gottero - CAI sezione La Spezia

Riferimento/Accompagnatori: Alessandro Bacchioni 3471634537; Alfredo Gattai 3472326283; Cristina Maddaluno 3477287104.

Difficoltà: E - lunghezza totale circa 23,5km per un totale di circa 800mt di saliscendi.

Tempo percorrenza: Circa 8km di sentiero con un gradevole saliscendi di circa 300mt di dislivello.

Trasporto: con mezzo privato

Quota totale per persona: gratuita

Descrizione: Ritrovo al Palazzetto dello Sport di La Spezia alle ore 23:59 di Sabato 13 Luglio e partenza alle 00:10 di Domenica 14 Luglio. Con mezzi propri si raggiungerà il piazzale del Passo dei Due Santi (già del Faggio Crociato), in pratica il piazzale di Zum Zeri. Circa 1:15 di auto compreso tratto autostradale fino a Pontremoli. Da lì si prosegue sul rinnovato SI che ripercorre il vecchio attacco dell'Alta Via dei Monti Liguri fino alla Foce dei Tre Confini. Circa 8km di sentiero con un gradevole saliscendi di circa 300mt di dislivello. Dalla Foce dei 3 Confini si devia sulla moderna Alta Via dei Monti Liguri e si sale sul Monte Gottero dove si attende l'alba. Meno di 1Km per 200 mt di dislivello. Una volta vista l'alba e fatta colazione (al sacco) si scende lungo l'AV in direzione del Passo della Cappelletta, fino ad arrivare al bivio con l'SI nei pressi del Passo del Lupo. Circa 2,6 km abbassandosi di 300mt rispetto alla vetta del Gottero. Da qui si imbocca l'SI per tornare indietro alla Foce dei Tre Confini. Circa 3km per 100mt di dislivello. Dalla Foce dei 3 Confini si ripercorre a ritroso l'SI fino a ritornare al Passo dei Due Santi. E' possibile fare una versione più corta (circa 18km) tornando indietro dalla vetta del Gottero per la stessa strada fatta all'andata.

12-13-14 Luglio - Il Sentiero Italia nel Parco dell'Aveto – trekking di 3 giorni – CAI sezione Ligure

Riferimento/Accompagnatori: Giacomo Bruzzo 3472328593; Pietro Nieddu CAI Sez. Ligure 3803186370;

1° Giorno: Chiavari – Colla Craiolo – Passo del Bocco - Pratomollo

Difficoltà: E/EE

Tempo percorrenza: ore 8,30 (soste escluse)

Trasporto: con autobus ATP in partenza da Chiavari;

Strutture ricettive: cena e pernottamento presso il Rifugio Monte Aiona

2° Giorno: Pratomollo – Passo della Spingarda – Monte Aiona – Passo delle Lame – Cabanne

Difficoltà: E

Tempo percorrenza: 6 ore (soste escluse)

Strutture ricettive: cena presso il ristorante “Paretin” e pernottamento presso il Rifugio Escursionistico Cabanne.

3° Giorno: Cabanne – Barbagelata

Difficoltà: T/E/EE

Itinerario a1) in salita circa m 1000 in discesa circa m. 200

Itinerario a2) in salita circa m 700 in discesa circa m. 200

Tempo percorrenza: a1) ore 7,00; **a2)** ore 8,30 (soste escluse)

Strutture ricettive: colazione presso Paretin;

Trasporto: con autobus ATP da Barbagelata a Chiavari;

Quota totale per persona: € 120,00 – posti disponibili n.24

Descrizione: consultare il programma completo

14 Luglio - Escursione notturna sui Giovi – CAI sezione Bolzaneto

Riferimento/Accompagnatore: Ornella Pedemonte CAI Sezione di Bolzaneto (attesa dei riferimenti)

Difficoltà: T

Tempo percorrenza: 2 ore

Trasporto: con mezzo privato

Strutture appoggio: Posto Tappa dei Giovi

Quota per persona: gratuita

Descrizione: giro ad anello con partenza alle ore 17 dal Posto Tappa A.V. al Passo dei Giovi (472 m) – Proseguimento per Santuario della Vittoria (591 m) – Versante sud-ovest del Monte Vittoria – Piano delle Barche (607 m) – Discesa in Località Castello e per mezzo di una sterrata ritorno al Santuario della Vittoria e da qui al Posto Tappa alle ore 21 ca. per ristoro con prodotti locali.

16 Luglio - Eclisse lunare parziale al rifugio Argentea sul Sentiero Italia – CAI sotto sezione Arenzano

Riferimento/Accompagnatore: Pino Toso 3477115341 CAI ss Arenzano

16/07: Passo del Faiallo - Rifugio Argentea

Difficoltà: E

Tempo percorrenza: 3 ore (A/R)

Trasporto: con mezzo privato

Strutture appoggio: Rifugio Argentea

Quota per persona: gratuita

Descrizione: partenza dal Passo del Faiallo alle ore 17 e arrivo al rifugio Argentea alle ore 18,30. Attesa del buio per guardare l'eclisse parziale di luna: quello di penombra arriva alle 20,44, quello parziale alle 22,02 e quello massimo delle 23,31. Ritorno con partenza dal rifugio Argentea alle ore 23,45 e arrivo al passo del Faiallo alle 1,00 sempre per il Sentiero Italia.

16 Luglio Escursione da “San Bernardo di Mendatica al Monte Saccarello al chiaro di luna” in notturna al Monte Saccarello – CAI sezioni Bordighera, Imperia, Sanremo

Riferimento: CAI Sezione Imperia – Elena Norzi elenaimperia@hotmail.it. Orario sede: Apertura sede Giovedì dalle 21 alle 22.30. **Tel e fax:** 0183-273509

L'attività è promossa e realizzata dalle sezioni di Imperia, Bordighera, Sanremo, Ventimiglia unitamente alle sezioni di Ormea, Garessio e Ceva.

Difficoltà: E

Trasporto: privato

Strutture di appoggio: rifugio Sanremo

Quota per persona: soci: € 9,00; non soci € 15,00; bambini da 8 a 14 anni: soci: € 5,00; non soci € 15,00.

Descrizione: ore 18.45 ritrovo a San Bernardo di Mendatica (1264m), ore 19 partenza lungo l'AVML (Sentiero Italia) incontrando Margheria Garlenda (1592m), passo Frontè (2093m), passo Garlenda (2016m) raggiungendo il rifugio Sanremo (2055m) in circa 3h e mezza e godendo del plenilunio. Al rifugio, dove è possibile pernottare con prenotazione obbligatoria entro fine giugno, pasta party e condiglione. All'alba in 1 ora si raggiunge Il monte Saccarello (2200m), poi si torna al rifugio per la colazione e successivamente si rientra al punto di partenza.