



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Firenze
Sottosezione di Pontassieve "Romano Pini"
4 / 5 Aprile 2020

Levanto: borghi, mare, monti...e pesce



Per esigenze di prenotazione dell'ostello di Levanto si aprono le iscrizioni ai due giorni in Liguria. Alloggeremo in un edificio del '300 restaurato nel 2000 e trasformato in accogliente ostello. La struttura offre biancheria da letto e bagno e una piccola colazione al costo di 29 € (più 0,60 € di tassa di soggiorno) questo ci permette di usare uno zaino da escursione giornaliera. La sera del sabato ceneremo in un tipico locale con menù di pesce (o carne) che comprende: antipasti, primo, secondo, bevande e caffè a 25 €. Sabato la camminata si sviluppa tra i paesi di Moneglia e Riva Trigoso, sul sentiero Verde/ Azzurro, in parte in auto e treno. La domenica si può acquistare in paese l'occorrente per il pranzo a sacco nei negozi alimentari del paese e dopo, in auto, trasferimento a Sestri Levante, dove lasceremo un'auto per proseguire con le altre fino al borgo di San Salvatore e alla suggestiva Basilica dei Fieschi, gioiello in stile romanico-gotico ligure. Qui inizia il "sentiero delle portatrici d'ardesia" donne che trasportavano a valle le lastre che poi venivano lavorate. Questo sentiero è stato ripristinato dalla sezione alpina di Cogorno. Saliamo verso il monte Capenardo (693 m.) dove si vede un panorama dal golfo del Tigullio alla Corsica e Alpi Marittime. Visitiamo una cava d'ardesia dismessa (pila frontale) per poi scendere verso Sestri Levante, per la valle del Fico su antico tracciato di via romana in parte lastricato.

Partenza: ore 7.30 Pontassieve Piazza Washinton o Firenze nord chiesa Michelucci ore 8.00

Trasferimento: mezzi propri, costo viaggio diviso tra tutti.

Pranzo: a sacco; **Dislivello:** sabato m.500 circa in discesa e salita; domenica m. 700

Difficoltà: E sabato; E domenica **Durata:** Ore 5 ore sabato, 5.30 domenica, soste escluse.

Quota di adesione: gratis per soci Cai; i non soci € 18 (per 2 giorni) per assicurazione obbligatoria infortuni tipo A, comunicando nominativo, data di nascita e recapito telefonico entro giovedì 2 aprile. I non soci in caso di rinuncia all'escursione dopo attivazione dell'assicurazione saranno tenuti al pagamento della quota.

Equipaggiamento: scarpe da trekking o con suola scolpita (tipo Vibram) e abbigliamento escursionistico adeguato, pena esclusione dall'escursione, scorta d'acqua e cibo; vivamente consigliati i bastoncini telescopici.

Iscrizioni: tramite mail a info@caipontassieve.it o al n° telefonico 3389716730

Accompagnatore: ASE Giuliano Giovannini (3393159400)

L'accompagnatore si riserva di annullare o modificare l'escursione, in caso di situazioni meteo avverse o di rischio per la sicurezza dei partecipanti.