

Dislivello : primo giorno 568 mt
secondo giorno 400 mt

Tempo di percorrenza :

primo giorno 5/6 ore
secondo giorno 5/6 ore

Difficoltà: E con alcuni tratti ripidi

Ritrovo: ore 5.55 presso sede CAI Voghera

Partenza: ore 6. 00

Viaggio: auto fino a Sestri Levante, per la Spezia
Treno e bus per Portovenere
Ritorno treno da Levanto a Sestri Levante e quindi
auto per Voghera

Inizio escursione: 10,30

Quota massima: 568 Punta Telegrafo

Pranzo: al sacco per i 2 pasti di ½ giorno, la sera
al ristorante la colazione al bar, facoltativi ma da
prenotarsi al momento dell'iscrizione alla gita.

Ora indicativa fine escursione: rientro a Voghera
previsto per le 20, 30 / 21,00

Costi: viaggio 134 km x 0.25 tot 67 euro escluso
costo autostrada
Aggiungere vari tratti con treno e bus circa € 15

Costo affittacamere a Riomaggiore con sistemazione in
camere nello stesso edificio, 30/40 euro a persona
compresa biancheria.

Costo cena (facoltativa, in loco altre soluzioni, ma se
richiesta da prenotare al momento dell'iscrizione della
gita) 30/35 euro al ristorante di Riomaggiore .
E' possibile fare la colazione della domenica al bar
sotto l'alloggio.



Vista su Manarola

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Voghera

Via Dante 7/9



*La Sezione C.A.I. di Voghera
Organizza:*

***Liguria
Cinque Terre***

18/19 marzo 2017

Informazioni in sede
venerdì sera dalle 21.00 alle 23.00

info@caivoghera.it

Descrizione dell'itinerario

L'escursione proposta si articola in due giornate percorrendo sentieri ben segnalati, con modesti dislivelli ma con alcune forti pendenze.

A causa di frane, alcuni sentieri non sono percorribili e quindi si è dovuto optare per l'utilizzo in parte del treno per gli spostamenti.

La parte dell'itinerario proposto il sabato 18 marzo, da Portovenere a Riomaggiore, ripercorre per buona parte il sentiero alta via delle Cinque Terre contrassegnato con il numero 1.

Questo sentiero collega Portovenere alla località di Campiglia (m 400 slm) e inizia il suo percorso dalla famosa Piazzetta Bastreri. Il primo tratto è caratterizzato da una ripida scalinata che diventa meno severa lungo la salita. La passeggiata offre panorami mozzafiato sulle Isole di Palmaria e Tino e su tutta la costa. Il sentiero continua fino ad una folta macchia mediterranea che introduce alla località di Campiglia, alle cui porte ci si imbatte nella torretta di un mulino a vento. Il sentiero prosegue ora dalla località di Campiglia e si snoda lungo una pista relativamente pianeggiante tra esemplari di quercia da sughero di straordinaria bellezza.

Prosegue poi tra lievi sali-scendi fino alla località Telegrafo (m 513 slm) e da qui una discreta discesa, porta al termine del primo giorno al borgo di Riomaggiore.

Il secondo giorno, a causa dell'interruzione dovuta a più frane, si è costretti ad utilizzare il treno per raggiungere la località di Corniglia da cui parte l'itinerario che, attraverso i borghi di Vernazza, Monterosso e via punta Mesco ci condurrà a Levanto, termine questo del percorso pedonale.



Vernazza e Monterosso

Escursione proposta da:

Faccin Francesco 3386000251

Note

Abbigliamento consigliato: da trekking, indumenti ed attrezzature idonee in caso di maltempo e freddo (Kway o giacca vento, copri zaino, ricambi, copricapo e guanti).

- **Attrezzatura:** scarponcini con suola tipo Vibram, utili i bastoncini

- **Assicurazione obbligatoria x non Soci: Euro 7**

- **Iscrizione entro venerdì 22/02/2017**

- **Diritti segreteria: euro 4 non soci**

Posti limitati- Prenotazioni entro 22/02/2017 con versamento caparra di euro 40-

Buone regole di comportamento

- leggi attentamente il foglio gita e valuta le tue capacità fisiche;
- attieniti alle istruzioni del capogita;
- sii puntuale agli orari;
- non sopravanzare il conduttore di gita;
- non abbandonare il gruppo o il sentiero;
- non ti attardare per futili motivi;
- coopera al mantenimento dello spirito di gruppo ed alla sua compattezza;
- rispetta l'ambiente, non abbandonare rifiuti, non cogliere vegetali, non produrre inutili rumori molesti.
- Grazie per la collaborazione.