



Una cima per Tutte !!!



Parco di Portofino !!!

Anello del M. Grosso Varazze (m 406)
Santuario NS Signora della Guardia
(di Varazze!!)

Dislivello : in salita m 461

Sviluppo : ad anello

Km : 12.8

Tempo di cammino : 4 ore escluse le soste

DIFFICOLTA' : T/E

Viaggio in pullman

Ritrovo : ore 8.15 davanti Chiesa dei Frati

Partenza : ore 8.30

Arrivo Varazze : ore 10.00 – coffee e

Inizio escursione

Santuario : ore 12.00 – sosta e spuntino

Merenda sorpresa a Varazze : ore 16.00

Ripartenza : ore 18.00

Arrivo previsto ore 20.00

.....**Continua**..... 

Escursione proposta da :
le DONNE del CAI

Alcuni Cellulari di riferimento

Silvia Cazzola 328 2424833

Paola Cazzola 333 5244540

Anna Cedrini

Loredana Cereghini

Lorenza Cotroneo

Tiziana Giudici

Barbara Levatti

Donatella Pagella 333 7113567

Valeria Quaroni

Carolina Spairani

Elena Spagna 335 8125569

Rita Veniale

**CLUB ALPINO
ITALIANO**

Sezione di Voghera

Via Dante Alighieri, 7/9

Tel. 334 - 5986707



La Sezione C.A.I. di Voghera

Organizza:

VARAZZE in ROSA

Domenica 7 Maggio 2017

Informazioni in sede

venerdì sera dalle 21.30 alle 23.00

info@caivoghera.it

Note

Legenda Difficoltà:

T = Turistico - Percorso facile

E = Escursionismo. Attrezzatura e preparazione fisica adeguate a difficoltà e dislivello.

EE = Escursionismo esperti. Preparazione fisica e tecnica.

EEA= Escursionismo Esperti, itinerario attrezzato.

Quota di partecipazione:

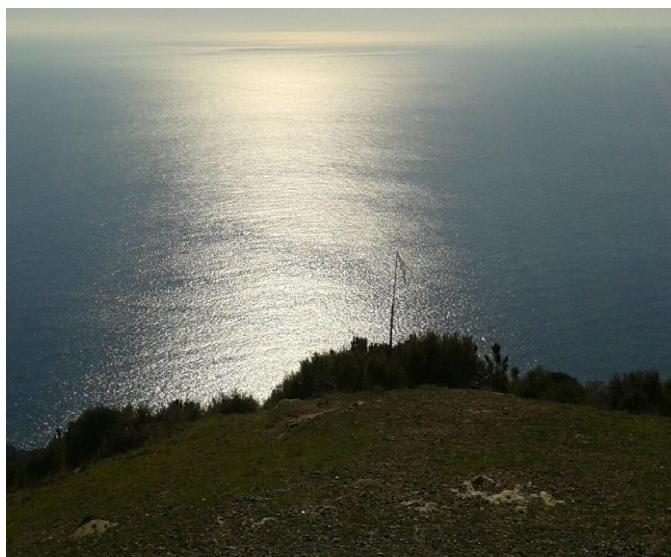
Passaggio Pullman min. 30 persone	€ 15.00
Ridotto under 16	€ 12.00
Pranzo/merenda (facoltativa)	€ 15.00
NON SOCI assicurazione obbligatoria	€ 7.00
Diritti segreteria non soci	€ 3.00

Le iscrizioni possono essere effettuate in sede ogni Venerdì sera dalle 21.30 alle 23.00 rivolgendosi ad una delle proponenti presente con versamento di una caparra di € 10.00 oppure inviando una mail a elena.spagna@risto.it

Iscrizioni entro il giorno: 21 aprile 2017

Le non socie, ai fini assicurativi, all'atto dell'iscrizione dovranno comunicare i seguenti dati: data di nascita, indirizzo e numero di telefono.

Le responsabili dell'escursione si riservano facoltà di modificare il programma e gli orari, se necessario



...non potevamo mancare a quello che è ormai diventato un atteso appuntamento di cammino e di allegria..

Vi prometto che non mancherà nemmeno Drillo, con buona pace di Rita che lo deve portare sulle spalle!!!!

Il nostro cammino prosegue ancora una volta in Liguria, Terra che offre mirabilmente una strana commistione di scorci, paesaggi, emozioni e un vago senso di nostalgia, il tutto impresso in una distesa di luce aperta e diffusa o, come direbbe Sbarbaro “..in un cielo liquido che a guardarlo si beve..”.

Il nostro è un anello breve, ma intenso ed appagante, interamente vista mare con scorci di panorama che spazia in ogni direzione. Dal Santuario abbiamo sotto di noi il mare dei Piani d'Invrea e la costa della Liguria, a Nord il Beigua (che già conosciamo!) e a ovest in Monte Fasce fino all'Antola.

Note e suggerimenti

Attrezzatura obbligatoria

scarponcini da trekking con suola scolpita.

No scarpe da tennis, tacco 12, infradito, ciabatte con pon pon.

Zaino e borraccia capiente.

Abbigliamento consigliato:

comodo da escursionismo, adeguato al trekking primaverile con strati “a cipolla”. Un ricambio, Kway antipioggia, guanti (non di pizzo), creme protettive, bastoncini

Acqua: rifornirsi prima della partenza – Consigliato almeno 1 litro

Norme di comportamento

Leggi attentamente il foglio gita e valuta le tue capacità fisiche; Ogni accompagnato ha l'obbligo di comportarsi in modo diligente e prudente nonché di adeguare il suo comportamento alle indicazioni del capo gita. Il reiterato rifiuto di ottemperare alle direttive del capo gita comporta l'esclusione immediata dall'attività; Sii puntuale agli orari e non abbandonare il gruppo o il sentiero, ma avvisa delle tue necessità; Rispetta l'ambiente, non abbandonare i rifiuti, non cogliere vegetali, non produrre rumori molesti.

*Il Mediterraneo era uno spazio di pastori
diventati capitani.*

P. Rumiz