



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

GRUPPO SENIORES

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
grupposeniores@caimilano.eu - cai.milano@tiscali.it - www.caimilano.eu



Il CAI GS è aperto al martedì dalle 14.30 alle 17.00 - Per informazioni e comunicazioni urgenti contattare il numero : 331 3028859

mercoledì 8 marzo 2017

Monte Rama

Liguria di Ponente - Parco del Beigua

Gita Breve : **Rifugio Argentea**

Il Monte Rama (1149 m) è la cima più frequentata e conosciuta nell'entroterra di Cogoleto ed Arenzano. Infatti, nonostante non sia la più alta (primato spettante al Monte Beigua) è sicuramente la più ardua ed "alpina", presentando alti versanti scoscesi sui quali si svolgono svariati itinerari. Il versante Nord della cima, incombente sulla conca terminale del Vallone del Rio di Lerca, è costituito da una bella bastionata rocciosa, frantumata in molti torrioni e canalini.

L'escursione ha inizio al Passo del Faiallo m.1049 e per sentiero attraverseremo una zona boschiva per poi portarci sul crinale e alla cima del Monte Reixa m.1183, proseguiremo sempre sul crinale con vista mare, raggiungeremo il Passo Vaccaria m.1115, transiteremo appena sotto la Cima Vaccaria m.1166 che volendo si può raggiungere con una decina di minuti in più, poi sempre sull'Alta Via dei Monti Liguri, transiteremo nei pressi della Cima Bricassu m.1116 e raggiungeremo il Passo Cruxeta m.1069 e in breve la Cima Pian di Lerca m.1090 dove è situato il Rifugio Argentea, qui ha termine la gita breve, volendo con circa 15/20 minuti si può raggiungere la Cima del Monte Argentea m.1086 bella vista sulla costa Ligure e con giornate terse la Corsica, in lontananza le Alpi Marittime fino al Monviso, il ritorno sarà come per l'escursione Base.

Chi farà l'escursione base proseguirà transitando per la Cima Giassetti m.1093, scenderà alla Gua Cascinassa m.1068 per risalire al Riparo Cima del Pozzo m.1104. dal Riparo si scenderà al Passo Notua m.1068 per risalire il Bric Sciuè Gianche m.1170 e ridiscendere al Passo Prato Ferretto m.1091, qui abbandoneremo l'Alta Via dei Monti Liguri e ci dirigeremo verso il Monte Rama che raggiungeremo in una mezz'ora m.1150, splendida vista a 360°.

Il ritorno si effettuerà sullo stesso percorso dell'andata fino al Passo Vaccaria, (in base al tempo magari piccola deviazione per chi vorrà, 30 minuti in tutto per raggiungere la Cima Fontanaccia m.1151) poi seguiremo l'Alta Via transitando da Tassara m.1002 e in breve risalire al Passo del Faiallo m.1049.

ATTENZIONE NUOVE FERMATE PULLMAN : In uscita al mattino P.le Medaglie d'Oro, P.le Cadorna, V.le Famagosta (fermata MM verde) - Al rientro alla sera V.le Famagosta (fermata MM verde), P.le Cadorna

programma : mezzo di trasporto : **Pullman**
durata viaggio A/R : ore **03:00+03:00**
partenze da Milano : ore **06:45 Medaglie d'Oro**
ore **07:00 Cadorna ang.Paleocapa**
ore **07:15 Famagosta - fermata M2**
previsione rientro Milano : ore **19:30**
colazione : **al sacco**

	Difficoltà :	Ore Marcia :	Dislivello Salita :	Dislivello Discesa :	Quota Max :	Impegno Fisico :	Corde Fisse :
caratteristiche gita :	E	05:30	600	600	1.183	3/5	No
caratteristiche gita breve :	E	03:30	350	350	1.183	2/5	No

Quote di partecipazione : soci CAI + GS **€ 20,00** soci CAI **€ 23,00**

iscrizioni : Tutti i Martedì in Sede dalle ore 14,30 alle ore 17,00

coordinatori : **ASE-S Bruno Scattini** / **Ferdinando Camatini**

N.B.: I Coordinatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti

La gita è riservata ai Soci CAI - per informazioni e comunicazioni urgenti contattare il numero : 331 3028859 (attivo il martedì dalle 14.30 alle 17.00. e il giorno di gita dalle 6.30 al rientro a Milano)

Ciascun partecipante alla gita, con l'atto stesso della iscrizione, si dichiara consapevole delle difficoltà che comporta la gita e si assume la responsabilità, nei confronti propri e degli altri partecipanti, di aver valutato che le proprie capacità e la propria attrezzatura sono adeguate per la partecipazione. In caso di incidente, nessuna responsabilità può essere attribuita al Coordinatore ed ai suoi eventuali coadiutori, al Gruppo Seniores, alla Sezione di Milano ed al Club Alpino Italiano, per danni che possono verificarsi a persone che partecipano, a terzi, ad animali e materiali.