



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO



GRUPPO SENIORES

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
gruposeniores@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 2641680

mercoledì 30 gennaio 2019

Traversata Bocca di Magra - Monte Marcello - Tellarò - Lerici

Riviera Ligure di Levante

Panoramico e vario itinerario che percorre, in un paesaggio di gran fascino, il tratto dell' Alta Via dei Monti Liguri, tra la foce del fiume Magra e il golfo di La Spezia attraversando il promontorio del Caprione .

Da Bocca di Magra, panoramica località turistica alla foce dell'omonimo fiume e punto estremo della Liguria verso Levante, si salirà lungo il sentiero n° 3 che, in moderata salita, percorre l'antica mulattiera di collegamento tra il mare e l'antico borgo di Monte Marcello, attraversando una vasta pineta a pino marittimo, con ampi scorci panoramici sulla piana del Magra, sulle Apuane occidentali e il litorale versiliano.

Dopo una breve visita al grazioso paesino di Monte Marcello, dalle case multicolore, si proseguirà, su un percorso a saliscendi, in direzione del piccolo abitato di Figarole per raggiungere poco dopo la località di Zanego, detta anche delle Quattro Strade, sul versante mare del promontorio del Caprione.

Da Zanego, si scenderà verso l'antico e pittoresco borgo di pescatori di Tellarò, godendo grandi viste sul golfo della Spezia, su Porto Venere e sulle isole Palmaria, Tino e Tinetto.

Dopo aver fatto la sosta per la colazione, da Tellarò si proseguirà verso Lerici, percorrendo la tranquilla e pianeggiante strada asfaltata che in ca 2,5 Km raggiunge la località, incontrando bei panorami sulla sottostante costa rocciosa e sul golfo di La Spezia. Arrivati a Lerici, si percorrerà la panoramica passeggiata a mare, verso La Spezia, fino alla spiaggia della Venere dove si ritroverà il pullman per il ritorno.

Per chi non si sentisse di effettuare tutto il percorso, potrà far uso degli autobus pubblici che, con fermate a Monte Marcello, Zanego e Tellarò, raggiungono Lerici

ATTENZIONE : Al rientro fermata unica del pullman in Piazzale Lodi

programma :	mezzo di trasporto :	Pullman
	durata viaggio A/R :	ore 03:00+03:00
	partenze da Milano :	ore 06:45 Cadorna ang.Paleocapa
		ore 07:00 Medaglie d'Oro
		ore
	previsione rientro Milano :	ore 20:00
	colazione :	al sacco

	Difficoltà :	Ore Marcia :	Dislivello Salita :	Dislivello Discesa :	Quota Max :	Impegno Fisico:	Corde Fisse :
caratteristiche gita :	E	05:00	350	350	260	3/5	No

Quote di partecipazione :

soci CAI + GS

€ 23,00

soci CAI

€ 26,00

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

coordinatori : **ASE_S Renato Protto** /

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 2641680 (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.