



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

GRUPPO SENIORES

Via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
grupposeniores@caimilano.eu - www.caimilano.org



mercoledì 11 marzo 2026

Da Uscio a Ruta di Camogli lungo la Via del Sale

Appennino Ligure

escursione breve : **Cave di ardesia del Monte Rosso**

coordinatori : **Stefano Fabi 3202658229**

AE Roberto Porta 3477030430

Il commercio del sale tra la costa della Liguria e la Pianura Padana avveniva, sin dall'epoca romana, tramite una molteplicità di direttrici di crinale che evitavano le valli paludose e insalubri, garantendo ai mercanti un viaggio più sano e una maggiore sicurezza grazie alla visibilità panoramica, fondamentale per avvistare pericoli a distanza.

Il nostro itinerario base percorrerà, con alcune varianti, una frazione dell'ultima tappa della "Via del Sale Varzi-Portofino" con un percorso che alternerà tratti di salita a una sostanziale lunga discesa verso Ruta di Camogli, nostra destinazione.

Prenderemo il via nel paese di Uscio (m. 335) e, usciti da questo, raggiungeremo il Passo del Castello Vecchio (m. 538) dove ci attenderà un primo punto panoramico sul Golfo Paradiso. L'itinerario proseguirà sulla linea di crinale fino al Monte Tugio (m. 677) con vista sulla Val Fontanabuona e poi al passo della Spinarola (m. 546).

Con alternanza di paesaggi e fondo del terreno (vista aperta, boschi, mulattiere e sentieri) seguiremo prima il tracciato della "Via del Mare" per poi staccarci da questo per raggiungere il Santuario della Madonna di Caravaggio (m. 615) dal cui piazzale la vista spazia sul Tigullio, sul Golfo Paradiso, Genova e la costa Savonese. Sul piazzale del Santuario sono presenti panche e tavoli sui quali potremo consumare il pranzo. Dopo pranzo proseguiremo il cammino verso la nostra destinazione Ruta (m. 256) che ha un bel balcone su Camogli. L'itinerario breve si mantiene invece in quota e coincide con quello base fino al Passo della Spinarola. Da quel punto, dopo un breve tratto asfaltato, entreremo nel bosco seguendo il "Sentiero dei due golfi", con alcuni punti di interesse come la cava a cielo aperto di Ardesia di Aveno, fino a Crocetta (m. 380). Ci dirigeremo quindi, in salita lungo l' "Itinerario storico Colombiano" per raggiungere l'area di crinale del Monte Rosso (m. 550), che ospita antiche cave di ardesia, ora abbandonate, ma suggestive per la formazione di laghetti e per i reperti di archeologia industriale ancora presenti. Lungo il ritorno ad Uscio incontreremo la "Panchina Gigante" nei cui pressi potremo fermarci a pranzare.

Entrambi gli itinerari non presentano difficoltà tecniche tuttavia, a causa delle giornate brevi, della distanza da Milano e della necessità di coordinare attentamente il percorso del pullman sarà necessario mantenere un passo relativamente spedito e controllare la tempistica delle pause. Per la breve inoltre gli accompagnatori in loco si riservano di optare, in base alla tempistica e alla composizione del gruppo, per una variante più corta.

indicazioni

importanti :

Sono d'obbligo: scarponi alti alla caviglia ben suolati, zaino da escursione allacciabile in vita

Si raccomandano: bastoncini telescopici e buona scorta di liquidi.

programma :

colazione : **al sacco**

mezzo di trasporto : **Pullman**

durata viaggio A/R ore : **02:30+02:00**

partenze da Milano ore : **07:00 Famagosta - fermata M2**

previsione rientro Milano ore : **19:30 Famagosta - fermata M2**

<u>caratteristiche</u>	Difficoltà :	Ore Marcia :	Km marcia :	Dislivello Salita :	Dislivello Discesa :	Quota Max :	Impegno Fisico:	Corde fisse
escursione base :	E	05:30	12	503	600	677	3/5	No
escursione breve :	E	04:30	10	490	490	677	3/5	No

Quote di partecipazione :

soci CAI + GS

€ 28,00

soci CAI

€ 30,00

Iscrizioni : Tutti i Martedì in Sede dalle 14,00 alle 16,00 o telefonando dalle 15,30 alle 16,00 al 3514143547

Per comunicazioni urgenti contattare i Coordinatori (attivi il giorno della escursione dalle 6.30 al rientro)

I coordinatori, durante l'escursione, hanno la prerogativa di effettuare le scelte di percorso e di orario che si rendono più opportune in base alle condizioni locali e allo stato del tracciato. Ciascun partecipante all'escursione, con l'atto stesso della iscrizione, si dichiara consapevole delle caratteristiche dell'escursione e si assume la responsabilità, nei confronti propri e degli altri partecipanti, di aver valutato che le proprie capacità, condizioni di salute, allenamento e la propria attrezzatura sono adeguate alla partecipazione. In caso di incidente, nessuna responsabilità può essere attribuita al coordinatore e 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, a animali e materiali