



Club Alpino Italiano
SEZIONE DI RAPALLO

GITA 57
2023

COMMISSIONE GITE ESCURSIONISTICHE

"La via del Sale da Varzi a Sori".

4 Giorni di trekking lungo antichi sentieri dell'Appennino ligure

Da Giovedì 12 a Domenica 15 Ottobre 2023

Programma gita con mezzi pubblici. Partenza 12 ottobre con treno per Genova Principe e prosecuzione per Voghera. Poi corriera da Voghera per Varzi.



"La VIA DEL SALE da Varzi a Sori"- DESCRIZIONE E PROGRAMMA

Andrea Parodi, guida escursionistica, alpinista e scrittore, propone un trekking di quattro giorni attraverso le dolci montagne dell'Appennino Ligure, stupende con i colori dell'autunno, lungo un'antica via del sale che percorre panoramici crinali alternati a zone coperte di vegetazione, passando dalle faggete alla macchia mediterranea.

Si parte da **Varzi**, antico borgo dell'Oltrepò famoso per il salame che vi si produce, e, attraversando il Parco naturale dell'Antola e l'Alta Via dei Monti Liguri, si arriva a Sori sulla Riviera ligure di Levante. Il cammino si svolge in gran parte su sentieri segnalati, tranne brevi tratti su strade per altro poco trafficate.

Primo giorno

Partenza in treno per Voghera e poi in corriera per Varzi.

Itinerario: Varzi – Castellaro – Monte Bogleglio – Monte Chiappo – Capanne di Cosola

Tempo di percorrenza: 6-7 ore

Dislivello in salita: 1400 m circa

Secondo giorno

Itinerario: Capanne di Cosola – Monte Cavalmurone – Monte Carmo – Capanne di Carrega – Casa del Romano – Rifugio Parco Antola

Tempo di percorrenza: 4.30-5.30 ore

Dislivello in salita: 750 m circa

Terzo giorno

Itinerario: Rifugio Parco Antola – Torriglia – Monte Lavagnola – Colla dei Rossi – Colle di Mea – Sant'Alberto

Tempo di percorrenza: 5.30-6.30 ore

Dislivello in salita: 550 m circa

Quarto giorno

Itinerario: Sant'Alberto – Case Cornua – Monte Castelletto – Sori

Tempo di percorrenza: 3-4 ore

Dislivello in salita: 300 m circa

Da Sori si prende il treno per Genova o La Spezia.

EQUIPAGGIAMENTO NECESSARIO:

Abbigliamento da escursionismo autunnale, scarponi, bastoncini e lampada frontale.

CIBI: 4 Colazion1 al sacco.

NOTA IMPORTANTE: Il trekking verrà effettuato con tre pernottamenti in albergo o rifugio: a Capanne di Cosola, Rifugio Parco Antola e Sant'Alberto e sarà effettuato ai costi sotto indicati solo con un minimo di 8 partecipanti.

GITA RISERVATA AI SOCI IN REGOLA CON IL BOLLINO 2023. NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI : 10

QUOTA DI PARTECIPAZIONE A PERSONA : EURO 250 +10 CONTRIBUTO CAI.

LA QUOTA COMPRENDE SOLO LE 1/2 PENSIONI IN HOTEL O RIFUGIO E L'ACCOMPAGNAMENTO DELLA GUIDA.

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA CON VERSAMENTO CAPARRA 50 EURO ENTRO IL 30 GIUGNO 2023 SUL CC DI SEZIONE (IBAN : IT71G 03015 03200 000003737319 FINECO BANK).

I NON SOCI DEVONO VERSARE UNA QUOTA ASSICURATIVA DI EURO 7.5 AL GIORNO INDICANDO NOME, COGNOME E DATA DI NASCITA.

Responsabili di gita

Roberto Basso (Logistica)

Andrea Parodi (Guida)

Segreteria CAI:

Mobile

348 285 7586

347 670 2312

E-Mail

cairapallo@libero.it