



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di FIRENZE

Sottosezione di SCANDICCI

via Pisana 36/B Scandicci - tel. 320.9098602

www.caiscandicci.it - scandicci@caifirenze.it



ALTA VIA da MONTEROSSO a RIOMAGGIORE - domenica 5 novembre 2017



Parco Nazionale delle 5 TERRE

Per la nostra tradizionale escursione "al mare in autunno" proponiamo una giornata nel **Parco Nazionale delle Cinque Terre**. Il Parco fu istituito nel **1999** su un'estensione di 3.860 ettari e interessa i comuni di Riomaggiore, Vernazza, Monterosso e parzialmente La Spezia e Levanto. Il parco è oggi Patrimonio Mondiale dell'Umanità dell'UNESCO. Un territorio di alto valore paesaggistico e ambientale, dove il millenario intervento dell'uomo ha modificato e valorizzato il

luogo modellando le montagne a picco sul mare, con arditi terrazzamenti che hanno permesso lo sviluppo di aree coltivabili, altrimenti impensabili. Il Parco è un'oasi naturalistica dove il paesaggio è contrassegnato dalla quasi mancanza di tratti pianeggianti. La costa, alta e frastagliata, è scavata dal mare in suggestive insenature e grotte. Il Parco è caratterizzato da una varietà di microclimi con significativa diversificazione della vegetazione, ma con grande presenza delle piante tipiche della macchia mediterranea. Importante anche la fauna, sia avicola (gabbiano, falco pellegrino, corvo) che mammiferi (ghiro, la donnola, la talpa, la faina, il tasso, la volpe e il cinghiale) e rettili. Come noto, alcuni paesi del parco sono raggiungibili solo dal mare e con il treno, oppure con la ricca rete sentieristica, della quale fa parte l'Alta Via delle 5 Terre (AV5T), così nel 2009 è stato rinominato il sentiero 1 del CAI de La Spezia che unisce Porto Venere a Levanto, percorrendo la parte più alta dei monti che proteggono la costa del parco. Noi, nella primavera di quest'anno, abbiamo percorso, in 3 giorni di trekking, l'estensione di AV5T verso l'Appennino, fino ad incontrare l'Alta Via dei Monti Liguri, oggi invece proponiamo una buona parte del percorso classico, quello fra "cielo e mare".

Percorso - Arriveremo con il pullman alla stazione de **La Spezia** e prenderemo il treno fino a **Monterosso**. Dal centro del paese inizieremo a salire (sentiero 508) verso il **Santuario Madonna di Soviore** (472m), primo stupendo balcone panoramico. Tratto di circa 1Km fino al **Termine** (542m) dove cominceremo a percorrere **AV5T**. Saliremo leggermente fino alla sella **Schisarola** (575m) dove potremo deviare verso la chiesetta di Santa Croce (619m) con altro bel balcone sulla costa. Riprenderemo AV5T verso fino alla **Foce di Drignana** (527m) e poi Pian di Corno (764m) sotto il monte **Malpertuso** (815 m) il punto più alto del parco. Il sentiero AV5T si ora mantiene a una quota fra 750 e 790 metri e delimita il confine est del parco. Si scende quindi, fra castagneti, cerreti, latifoglie varie e pineta, fino a la **Cigoletta** (612m), siamo alle spalle di Vernazza e Corniglia. Il sentiero prosegue fra le selle ovest ed est del monte **Marvede**, poco dopo, sulla destra, un sentiero non segnato, ma evidente, porta sul monte **Le Croci** (721m), con spettacolare panorama a 360 gradi. Si rimane in quota fra la sella del monte **Capri** (735m) e il monte **Galera** (726m) imbattendoci in un **Menhir**, riverso al suolo, probabilmente dell'età del bronzo. Discesa fino a **sella la Croce** (637m) dove abbandoneremo AV5T e prenderemo il sentiero **501** verso sud-ovest che in circa un'ora e mezzo ci farà scendere a **Riomaggiore**. Treno per La Spezia.



Difficoltà: **E** - **Dislivello totale:** **900** m, circa - **Tempo di cammino:** **7.00** ore, circa - **Pranzo:** a sacco

Abbigliamento: Adatto ad un'escursione in collina - Scarpe da trekking leggere, ma alte e con suola in VIBRAM o simile.

Si consiglia di partire già pronti per camminare, per evitare perdite di tempo alla stazione di La Spezia.

Quota di adesione: **Soci CAI 4,00€** - **Non soci CAI 12,00€** - **Minorenni gratis.**

La quota comprende: l'organizzazione, gli accompagnatori e la copertura assicurativa per i non soci.

Viaggio: Con Pullman fino a La Spezia, se si raggiungeranno 25 iscritti, altrimenti il viaggio sarà fatto con auto proprie, con posti condivisi ed il costo totale del viaggio verrà diviso in parti uguali fra tutti i partecipanti.

Treno and.: La Spezia – Monterosso (ore **8.15** biglietto **2,80€**) – **Treno rit.:** Riomaggiore – La Spezia (ore **17.35** biglietto **2,20€**)

Costo del Viaggio in Pullman: **17,00€**, se saremo almeno **35**, altrimenti **20,00€** - **Minorenni: pagano la metà**

Chi cancella la prenotazione, dopo giovedì 2 novembre, dovrà pagare un parziale rimborso delle spese del viaggio (se fatto in pullman) e i non soci anche **8,00 €** per le spese dell'assicurazione.

Partenza: **p.za Togliatti** (Scandicci) ore **5.30** – **Fermata:** **Firenze Nord** (BAR nei pressi del casello A1) ore **5.45**.

Informazioni ed iscrizioni - presso **CAI di Scandicci**; **via Pisana 36/B** (interno), nel seguente orario: Mercoledì (18.00-19.30); Giovedì (21.15 - 22.45); oppure dal sito www.caiscandicci.it o email: scandicci@caifirenze.it o tel. **320.9098602**.

Chi si iscrive x email dovrà comunicare: Nome e Cognome - Numero di telefono – Ritrovo - Se socio CAI (di quale sezione), altrimenti la data di nascita, per l'assicurazione.

Chiusura delle iscrizioni e riunione: **Giovedì 2 novembre** alle ore 21.15, presso la sede della sottosezione di Scandicci, sarà illustrato il programma dell'escursione e tutti gli altri dettagli organizzativi. Importante la presenza.

Accompagnatori: **AE Paolo BRANDANI** (347.5171985) - **AE Laura GIORDA** (335.7002654)

Gli accompagnatori si riservano di modificare, o annullare l'escursione, nel caso si presentassero situazioni di rischio per la sicurezza dei partecipanti.

Regolamento gite della Sottosezione di Scandicci consultabile all'indirizzo: www.caiscandicci.it/images/pdf/Regolamento_escursioni.pdf