



Associazione Alpinistica la Montagna

Alpinismo Escursionismo Natura

Via Geo Ballestri 265 - 41058 Vignola (MO) - Aperta il Giovedì dalle ore 21:00 alle ore 23:00

[www.associazionecalpinisticalamontagnavignola.it](http://www.associazionecalpinisticalamontagnavignola.it) e-mail: [info@associazionecalpinisticalamontagnavignola.it](mailto:info@associazionecalpinisticalamontagnavignola.it)



## LIGURIA - LA SPEZIA

<b>Uscita del:</b>	10 APRILE 2019	<b>Difficoltà:</b>	EE
<b>Zona:</b>	LE CINQUE TERRE - LIGURIA	<b>Partenza:</b>	06;00
<b>Durata Escursione: ore</b>	6,00 - 6,30 circa	<b>Lunghezza:</b>	
<b>Quota Massima:</b>		<b>Dislivello:</b>	400-500 mt
<b>Organizzazione:</b>	Guido Patelli 348/4106709	<b>Pranzo:</b>	al sacco
<b>Ritrovo dei partecipanti alle ore 05:45 presso la sede dell'associazione.</b>		<b>Partenza ore:</b>	06:00
<b>Attrezzatura:</b> Abbigliamento idoneo da escursione, scarponi da montagna con suola ben scolpita, capo antipioggia/antivento - Bastoncini (consigliati)			
<b>Informazioni:</b> fino al 4 Aprile antecedente l'uscita presso la sede dell'associazione, dove si terrà l'incontro dei partecipanti con l'organizzatore. Guido Patelli			
<b>Iscrizioni:</b> Entro il 20 marzo, per prenotare il pullman			
<b>Quota di partecipazione:</b> pari a 1€ quale rimborso spese.			
<b>NB. il capogruppo si riserva la possibilità di effettuare variazioni al percorso descritto in funzione delle condizioni ambientali e per la sicurezza del gruppo.</b>			
<b>La partecipazione alle uscite è caratterizzata dall'obbligo di iscrizione all'Associazione.</b>			
<b>Note:</b>	Si chiede a chi è interessato di iscriversi prima possibile per potere verificare se sia opportuno prenotare un pullman oppure usare le auto. Nel caso ci sia da prenotare il pullman, occorre versare una caparra di 20,00 euro.		
<b>PS. Si chiede ai capogita di inviare una decina di foto alla e-Mail dell'associazione come resoconto dell'escursione</b>			

SENTIERO VERDE AZZURRO - CORNIGLIA - VERNAZZA - MONTE ROSSO - LEVANTO  
Questa escursione parte dal paese di Corniglia, che raggiungeremo in treno da La Spezia.

Scesi alla stazione di Corniglia, ci aspetta una scalinata di ben 148 scalini, arrivati in cima inizia il primo tratto di percorso che ci porta in circa 2,00 ore a Vernazza. ( all'inizio del sentiero dovremo pagare il ticket ).

Il percorso non presenta particolari difficoltà, per la maggior parte del percorso potremo ammirare lo splendido panorama del mar ligure.

Arrivati a Vernazza, una breve sosta, per poi riprendere il sentiero che ci porta a Monte Rosso, il percorso inizia in ripida salita, con un dislivello di circa 400 - 450 metri.

Anche in questo caso il panorama che potremo ammirare sarà veramente splendido, arriviamo a Monte Rosso in circa 2,00 ore. Attraversiamo tutto il paese, sul lungomare, dove al termine inizia il nostro ultimo tratto della nostra escursione; Monte Rosso - Levanto.

Ci aspetta un inizio del sentiero in ripida salita, circa 450 metri, il percorso è molto suggestivo, con tratti in mezzo al bosco intervallati ad altri con una magnifica vista sul mare.

Il sentiero termina quasi all'inizio del paese di Levanto, per raggiungere la stazione dei treni avremo ancora da camminare per circa 30 minuti.

Per il rientro avremo due possibilità: se da Vignola siamo partiti in pullman, lo stesso, parcheggiato nelle vicinanze della stazione ci riporterà a Vignola.

Nel caso che il percorso dalla sede sia avvenuto in auto, dovremo prendere il treno per ritornare a La Spezia.