



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 19 marzo 2025

# Lavagna - Riva Trigoso

Liguria

escursione breve : **Lavagna - Sestri Levante**

coordinatori : **Rodolfo Maggioni 3289614912 Valter Avogadri 3914984040**

**Il percorso si svolge sul sentiero Verdeazzurro che partendo da Genova si conclude a Porto Venere. Il verde della collina che si immerge nell'azzurro del mare, le coste ripide e i dolci declivi rappresentano un insieme di splendidi panorami.**

Il nostro itinerario prenderà la via da Lavagna e percorrendo un sentiero tra ulivi e muretti a secco ci condurrà alla chiesa di Santa Giulia (m.250) risalente al 1654 e da cui si gode di uno splendido panorama che spazia da Chiavari a Sestri Levante. Da qui si scende a Cavi di Lavagna, in origine piccolo borgo di pescatori. Risaliremo verso il Sentiero dei Ponti e i ruderi di Sant'Anna che sovrastano Sestri Levante a cui scenderemo. Qui si conclude l'escursione breve. L'escursione base attraverserà Sestri Levante e risalirà verso Punta Manara (m.139) dove troveremo la torre saracena risalente al cinquecento e da cui si gode di un bel panorama. Da qui, immersi nella macchia mediterranea, scenderemo a Riva Trigoso dove si concluderà l'escursione.

**indicazioni** Sono d'obbligo: calzature alte.  
**importanti** Si raccomandano: bevande (no acqua su percorso), bastoncini.

**programma** : colazione : al sacco  
mezzo di trasporto : Pullman  
durata viaggio A/R ore : 03:00+02:30  
partenze da Milano ore : 07:00 Famagosta - fermata M2  
previsione rientro Milano ore : 19:30 Famagosta - fermata M2

<b>caratteristiche</b>	Difficoltà :	Ore Marcia :	Km marcia :	Dislivello Salita :	Dislivello Discesa :	Quota Max :	Impegno Fisico :	Corde fisse
escursione base :	E	06:00	14	664	664	250	3/5	No
escursione breve :	E	04:00	7	390	390	250	2/5	No

**Quote di partecipazione :**

soci CAI + GS € 28,00

soci CAI € 30,00

**Iscrizioni : Tutti i Martedì in Sede dalle ore 14,00 alle ore 16,00**

**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

