

Momenti Forti del Programma Gite

Sabato 18 febbraio: Arenzano - AstroCamminata e cena in agriturismo

Partiremo in auto da Genova nel primo pomeriggio alla volta di Arenzano lasciando le auto presso il parcheggio dell'Agriturismo "Verdegioia". Da qui intraprenderemo subito il "Sentiero degli Inglesi", una miniescursione ad anello di circa 2 ore su facile sentiero.

Torneremo all'agriturismo sul far della sera. Da lì a poco sarà buio: si "accenderanno le stelle" e potremo osservare lo spettacolo delle costellazioni invernali e i pianeti ancora visibili: Marte, Giove e Venere. Concluderemo con una deliziosa cena in agriturismo godendo di un panorama notturno spettacolare su Arenzano e il mare della riviera di Ponente.

(In caso di maltempo ritenteremo la settimana successiva, sabato 25 febbraio).

Sabato 4 marzo: Visita alla Cartiera di Acquisanta

Lungo la strada che porta al paese di Acquisanta, nel comune di Mele, si incontrano parecchie fabbriche, alcune delle quali ancora in funzione: quasi tutte sono o furono cartiere. Anche in paese, a poche decine di metri dal Santuario, si trova una cartiera del XVIII secolo, la cartiera Piccardo, non più operativa ma non per questo meno importante. La sua posizione ha consentito all'Amministrazione Pubblica di poterla restaurare ed aprirla al pubblico in qualità di Museo della Carta e costituirvi un centro didattico rivolto alla produzione di questo materiale. All'interno si possono ritrovare i macchinari restaurati della macchina continua, la macchina per la pressatura dei fogli, le vasche, ed altre attrezzature.

Dopo la visita, chi vorrà potrà rifocillarsi con la rinomata focaccia al formaggio dell'Osteria "Da Dria" posta nelle vicinanze, che offre anche molte altre prelibatezze.

Domenica 26 marzo: escursione nella Valle dei Campassi da Vegni

La Valle dei Campassi è una piccola valle attraversata dal Rio dei Campassi, tributario del torrente Borbera in provincia di Alessandria, interamente compresa nel comune di Carrega Ligure e della diocesi di Tortona nel versante nord del monte Antola. La valle è lunga 4 km e



ha un dislivello di quasi mille metri dal letto del Rio dei Campassi all'Antola.

Percorrendo la valle si possono incontrare i "Villaggi di Pietra":

Campassi, Casoni di Vegni, Croso, Ferrazza, Reneuzzi, villaggi fantasma ormai quasi tutti abbandonati e disabitati. Ognuno però conserva delle peculiarità ancora visibili che ne rendono interessante la

visita. Ci addentreremo in questo mondo del passato dominato dal silenzio e dal ricordo di

un'epoca lontana ma non troppo, per non dimenticare mai come si viveva una volta e quali siano state le radici del nostro presente.

Domenica 16 aprile: Sassello (SV) - Anello della Madonna dei Partigiani e Grigliata

Il percorso inizia nelle vicinanze della Madonna dei Partigiani, chiesetta votiva dedicata a Maria Ausiliatrice ed edificata nel 1946 dopo la fine della Seconda Guerra Mondiale.

Il trekking percorrerà siti di interesse naturalistici e paesaggistici, oltre a visitare luoghi dove si sono succeduti eventi durante il periodo della Resistenza (1943-1945). Alcuni di questi avvenimenti hanno portato alla costruzione della cappella: la sua storia e alcuni eventi importanti verranno raccontati durante il percorso da Leonor Suarez, accompagnatrice di escursionismo FIE e parente del protagonista di questa vicenda di guerra. A fine gita lei stessa ed il marito Marco ci prepareranno una fantastica grigliata presso l'area pic-nic esistente attorno alla chiesetta.

Da sabato 22 a martedì 25 aprile - Isola Capraia

Aegyliion Megas (terra da capre grande), così i Greci chiamavano questa bellissima ed affascinante isola dell'Arcipelago Toscano, più vicina a Capo Corso che alla costa italiana. Abitata da tempi antichissimi (forse fin da 4000 anni fa), nei secoli più "recenti" Capraia fu possesso anche della Repubblica di Genova che, per arginare le invasioni dei pirati saraceni, edificò, nei punti strategici, torri di avvistamento che ancora oggi possiamo ammirare in tutta la loro potenza come quella dello Zenobito, che svetta sulla punta meridionale, e dalla quale si gode di un eccezionale punto di osservazione sulla magnifica Cala Rossa. Capraia è un'isola di origine vulcanica, selvaggia e affascinante per la ricchezza della vegetazione, che presenta colori, forme e aromi di un giardino mediterraneo, e della fauna prevalentemente formata da uccelli migratori e marini.

Nel nostro soggiorno cammineremo su sentieri e mulattiere immersi nel verde e, vista la stagione, arricchiti da splendide fioriture e da panorami particolari. Monte Arpagna, Monte Le Penne, il Laghetto, punta dello Zenobito, Cala Rossa sono soltanto alcune delle escursioni che si possono effettuare. Interessante, anche storicamente, la visita alla ex



Colonia Penale agricola attiva sull'isola dal 1873 e smantellata nel 1986.

Possibile, se le condizioni meteo e del mare saranno favorevoli, effettuare il giro dell'isola in barca alla scoperta di cale, grotte marine e, soprattutto, dell'indescrivibile scenario di Cala Rossa con la sua netta frattura di rocce bianche e rosse, l'acqua color cobalto e, dall'altro lato,

l'imponente promontorio dello Zenobito, calco del cratere di uno dei due vulcani che diedero vita all'isola. E poi rilassanti passeggiate tra Porto e Paese, romantici tramonti, cucina tipica, per una vacanza da veri isolani.

Sabato 22 Partenza da Genova con pullman riservato. Arrivo a Livorno e imbarco su traghetto. Durata della traversata Livorno – Capraia circa ore 2,30.
Depositati i bagagli in albergo, visita del paese e dintorni (Forte San Giorgio, Torretta, Bellavista da dove si può vedere in lontananza l'Elba).

Domenica 23 Gita: Paese - Stagnone - Monte Le Penne – ex Colonia Penale - il Dattero – Paese *Disl. 370 m ore 4.00 diff. E*

Lunedì 24 Gita: Paese - il Piano - “Alloggio del Capo” - Monte Arpagna – Piano dello Zenobito – Torre dello Zenobito (spettacolare veduta su Cala Rossa) – Paese
Disl. 700 m ore 5.30 diff. E

Martedì 25 Gita: Paese - Punta Bellavista – Cala dello Zurletto - Sentiero del Reganico - Paese.
Disl. 145m ore 2 diff. E/T

Nel pomeriggio imbarco per Livorno e rientro a Genova con pullman riservato.

Tutte le gite sono molto panoramiche ed offrono scorci di rara bellezza.

Si possono effettuare anche percorsi brevi e passeggiate nei dintorni di Porto e Paese.

Con condizioni meteo e mare favorevoli, per gli interessati sarà possibile effettuare il giro dell'isola in barca.

Sabato 17 giugno: Visita al Complesso della Cervara

La Cervara è un affascinante complesso abbaziale, oggi trasformato in una prestigiosa struttura ricettiva, situato tra i boschi del Monte di Portofino, con splendidi giardini su grandi terrazze a strapiombo sul mare. L'origine è nel lontano 1361, per l'inaugurazione del nuovo monastero dedicato a San Girolamo. Questo complesso monastico, affidato ai Benedettini, divenne presto un potentissimo monastero, che arrivò ad ospitare personaggi del calibro di Francesco Petrarca e Santa Caterina da Siena. Subì varie trasformazioni nei secoli successivi fino a diventare dimora privata nel 1937. Il complesso già nel 1912 venne riconosciuto come Monumento Nazionale, ma furono i recenti lavori di restauro ad averlo portato agli splendori di un tempo. La visita guidata sarà un vero e proprio viaggio nel tempo e nella spiritualità del luogo, alla ricerca della bellezza e della serenità interiore. Si visiteranno la Cripta, la quattrocentesca sala capitolare e il cinquecentesco chiostro, che raccontano la storia e la vita di questo straordinario monastero sul mare. Assolutamente da visitare anche la Torre Saracena e la Chiesa di San Girolamo. Infine i meravigliosi giardini Belvedere. Qui, sarà possibile passeggiare tra le aiuole verdi, le gardenie, i dolci pergolati, per ammirare la bellezza e l'infinito, che si staglia proprio dalle fantastiche terrazze sul mare.

Domenica 18 giugno: Anello delle Cascate della Valle Pesio

L'itinerario, spettacolare per gli ambienti, si sviluppa all'interno del Parco naturale del Marguareis con un percorso che parte dal Pian delle Gorre. Le famose cascate del Pis del Pesio sono soprattutto visibili in primavera, quando le piogge di superficie e la neve che si scioglie nella conca delle Càrsene penetrano nelle cavità sotterranee del terreno carsico, alimentando cunicoli, sifoni e laghi sotterranei e fuoriuscendo come per magia dalle pareti rocciose sottostanti la conca. Con un anello di 10 km, in circa 3 ore toccheremo punti molto suggestivi raggiungendo dapprima la **cascata del gias Fontana** proveniente dalle sorgenti del Pesio, dirigendoci poi verso le ripide pareti rocciose da cui scaturiscono le **cascate del Pis** e

concludendo con le belle **cascate del Saut**, che raccolgono le acque provenienti dal vallone omonimo e da quello di Sestrera.

Sabato 24 e Domenica 25 giugno: Turistica – Escursionistica nel cuneese

Sabato 24: visita guidata a cura di Kalatà Srl alla cupola del Santuario di Vicoforte (CN) la cupola ellittica più grande del mondo. La visita (su prenotazione e a pagamento) si svolge con due percorsi: il primo, della durata di due ore, sale alla cupola a 60 metri di altezza con 266 gradini; il secondo, più breve, dura un'ora e prevede la salita di 130 gradini. Nel pomeriggio visita di Mondovì Piazza (centro storico) e successivo trasferimento a San Damiano Macra (eventuale attività alternativa).

Domenica 25: Pagliero (Borgata Chesta) 1379 m - Colle del Birrone (1700 m) - Monte Birrone (2131 m) *Disl. 755 m 5h E*

Possibilità di gita breve fino al Colle del Birrone oppure Giro delle borgate

Da giovedì 06 a domenica 09 luglio: Val Tanaro - Trek della Stella Alpina 2

Secondo episodio di un trek molto ben riuscito, lo scorso anno, per camminate (anche ardite) e divertimento.

Faremo sempre base al rifugio Ciarlo-Bossi della F.I.E. dal quale ci muoveremo ogni giorno su itinerari "a stella" con partenza e arrivo al rifugio. Ancora una volta ci



accoglieranno Silvio Scarrone, presidente del GES di Savona, che presidia il Rifugio assieme all'amico ed eccellente cuoco, Carlo Torelli, che ci farà trovare sempre un pasto caldo, ottimo e abbondante al nostro rientro. Pertanto potremo contare su un trattamento di mezza pensione ad un prezzo molto conveniente.

Le gite previste, nel momento in cui scriviamo sono le seguenti, con possibilità di modifiche in itinere a seconda delle condizioni meteo e di altri

eventuali imprevisti. **Richiesto un minimo di 8 presenze e un massimo di 12.**

Giovedì 06 – Balconata di Ormea 1a tappa (a/r)

Partenza da Genova per la Val Tanaro. Una deviazione nei pressi di Ormea ci porterà a S. Giacomo di Eca dove effettueremo la prima gita, andata e ritorno:

San Giacomo di Eca (859 m) - Vacieu (1021 m) - Cariò (1155 m) - Albra (1078 m) - Villaro (1038 m) Dis.: 620 m 3h30' 9,5 km E

Bellissima traversata che tocca numerose pittoresche borgate, alcune parzialmente riattate, altre abitate da una manciata di residenti, altre ormai abbandonate, ma tutte ricche di fascino e di storia. Tornati alle auto proseguiremo per Carnino e il Rif. Ciarlo Bossi.

Venerdì 07 - Monte Mongioie (2631 m) da rif. Ciarlo Bossi (anello)

Rif. C. Bossi (1530 m) – Vene del Tanaro - Rif. Mongioie (1555 m) - Pian dell'Olio (2083 m) - Bocchin dell'Aseo (2292 m) - M. Mongioie (2630 m) - Bocchin delle Scaglie (2325 m) - Cima delle Colme - Pian Comune (2401 m) - P.sso delle Saline (2174 m) - Rif. C. Bossi
Dis.: 1300 m 8h E/EE

Il "piatto forte" del nostro trek. Anello molto impegnativo per lunghezza e dislivello, ma modulare. Sarà possibile spezzarlo con tratte a/r al Rif. Mongioie, al Pian dell'Olio, al Bocchin dell'Aseo, da dove la vista spazia verso il Lago Raschera e i Laghi della Brignola.

Sabato 08 – Balconata di Ormea 5a tappa da Viozene (a/r)

Viozene (1245m) - Pian del Fò (1309m) - Pornassino (1228m) - ev. M. Baraccone (1382m) – ev. borgata Fasce - ev. borgata Merea Dis.: 200 m 3h 5 km T/E

E' la tappa più lunga dell'intero percorso della Balconata, dominata da lunghe sterrate chiuse nel bosco. Noi la percorreremo parzialmente partendo al contrario da Viozene fino alla borgata di Pornassino ed eventualmente oltre, a piacere.

Al ritorno merita l'arrivo a Viozene, dove lo spettacolo offerto dalle pareti calcaree del Mongioie è notevole.

Domenica 09 – Cima delle Saline (2612 m) da rif. C. Bossi (1530 m) a/r

Per il Colle degli Arpetti Dis.: 1080 m 6h E/EE

La affronteremo come semplice andata e ritorno sul sentiero che parte proprio dietro al Rif. Ciarlo Bossi ed arriva ad un bivio da cui, prendendo a sinistra, ci si dirige verso il Colle degli Arpetti e la Cima delle Saline. Dalla Cima panorami spettacolari garantiti.

Da mercoledì 19 luglio a sabato 22 luglio - Trekking intorno alla Marmolada

Anello escursionistico, attorno alla regina delle Dolomiti, di grande interesse paesaggistico e storico. Durante il trekking si potranno ammirare panorami superbi e osservare testimonianze della prima guerra mondiale (ricoveri, gallerie e vari manufatti).

Da Malga Ciapela sul sentiero 610 si risale la valle Ombretta fino al rifugio Onorio Falier transitando nella bellissima zona della Malga Ombretta. Dal rifugio una decisa salita conduce

al Passo di Ombretta. Da qui, in breve, si può raggiungere il Bivacco Dal Bianco da cui si può godere di uno straordinario panorama sulla parete sud della Marmolada.

Con discesa, a tratti un po' ripida, nella val Rosalia si raggiunge il rifugio Contrin da dove, il giorno dopo, si risale il vallone delle Cirelle fino al passo omonimo da cui la vista spazia sulla conca di Fuciade, le Pale di San Martino, Cima Bocche.

Discesa su ghiaione e poi su sentiero fino allo splendido altopiano di Fuciade (sosta quasi obbligata all'omonimo rifugio) e da qui al Passo di San Pellegrino da cui, il giorno dopo, si raggiunge il passo di Forca Rossa e, scendendo alla Malga Franzendas e nell'omonima valle, si chiude l'anello arrivando a Malga Ciapela.

Mercoledì 19 luglio: partenza da Genova e arrivo a Malga Ciapela (Fraz. di Rocca Pietore – BL) Parcheggio Malga Ciapela (1459 m) - rifugio Onorio Falier (2080 m). *Disl. 520 m Ore 2 E*

Giovedì 20 luglio: Rifugio Falier (2080 m) - Passo d'Ombretta (2702 m) - Bivacco Dal Bianco (2750 m) – Passo d'Ombretta - Rifugio Contrin (2074 m). *Disl. 700 m Ore 5 E*

Venerdì 21 luglio: Rifugio Contrin (2074 m) – Passo delle Cirelle (2653 m) - Rifugio Fuciade (1982 m) - Passo di San Pellegrino (1918 m). *Disl. 650 m Ore 5 E*

Sabato 22 luglio: Passo di San Pellegrino (1918 m) - Forca Rossa (2490 m) - Forcella Franzendas (2030 m) - Malga Ciapela (1450 m) *Disl. 800 Ore 6 E*

Da sabato 22 luglio a sabato 29 luglio - Soggiorno in Val di Fassa

Settimana Verde a **Campitello di Fassa**. La località è raggiungibile anche con servizio di pullman da Genova.

Saranno possibili gite di diverso impegno, semplici passeggiate e visite turistiche a borghi e villaggi, in un contesto dolomitico fra i più spettacolari: dalla splendida Valle di San Nicolò ai sentieri del Sassolungo, del Sella, del Catinaccio, del Latemar e tutte le splendide vallate ai loro piedi.