

**Per l'itinerario 1 è fondamentale l'uso della Mountain-bike con relativa attrezzatura caschetto, scarpe MTB, guanti, occhiali, borracce ecc**

**Partenza:** 7.00  
Comando Vigili Urbani Voghera

**Viaggio:** con mezzi propri.

**Pranzo:** al sacco in località Lago superiore della Lavagnina dove è presente un'area attrezzata e dove si effettuerà il ricongiungimento dei ciclo-escursionisti dei due itinerari.

N.B.

**E' consentita la partecipazione di chi non è provvisto di mezzo a due ruote, trasformando la ciclo-escursione in una piacevole passeggiata con possibilità di bagno nelle pozze limpidissime che forma il torrente Gorzente**

**Percorso automobilistico:**

Autostrada A21 – A26 Alessandria - Voltri  
Uscita a Ovada; seguire le indicazioni turistiche per Capanne di Marcarolo, direzione: Tagliolo M.to, Lerma, Mornese, Attraversato il paese di Tagliolo M.to e passato il ponte sul torrente Piota proseguendo per la prov. N° 170 si vedranno le indicazioni per i Laghi della Lavagnina.

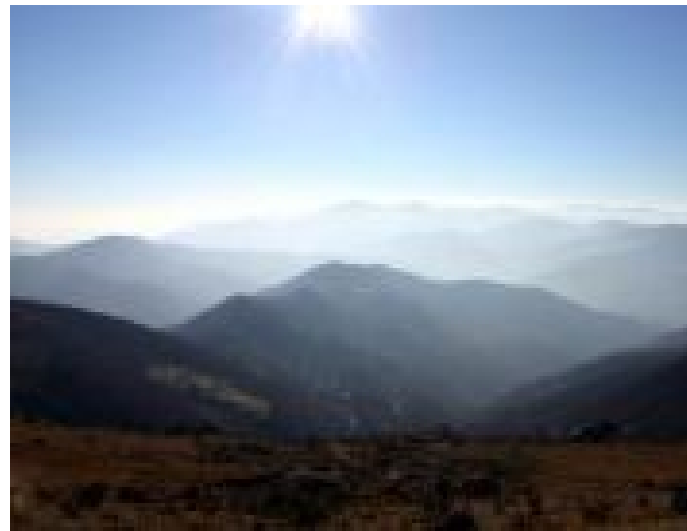
[http://www.quotazero.com/quotazero\\_old/immagini/itinerari\\_appennini/martin/martin\\_1.jpg](http://www.quotazero.com/quotazero_old/immagini/itinerari_appennini/martin/martin_1.jpg)

. Imboccata la strada che dopo alcuni km. diventa sterrata si posteggia in prossimità della diga (casa del custode)  
Tempo 1h circa.

**- Assicurazione obbligatoria x non Soci: Euro 5**

**- Iscrizione in Sede entro venerdì 2 settembre**

Panorama dal monte Tobbio



**Escursione proposta da**

**Enrico Lombardo tel. 348 8544836**

**CLUB ALPINO ITALIANO**

Sezione di Voghera

Piazza Duomo, 70

**Tel. 334-2756199**



**La Sezione C.A.I. di Voghera  
Organizza**

**ciclo-escursione**

**Parco Naturale Capanne  
Marcarolo**

**Domenica 4 settembre 2011**

**Informazioni in sede  
venerdì sera dalle 21.30 alle 23.00**

**[info@caivoghera.it](mailto:info@caivoghera.it)**

## Note tecnico-turistiche

### **Il Parco naturale delle Capanne di**

**Marcarolo**, istituito nel 1979, è una area naturale protetta situata in Piemonte (prov. AL) al confine con la Liguria, a poche decine di km dal Mar Ligure e poco lontana da Genova. Il parco è compreso tra la val Lemme, la val Polcevera e la valle Stura. Si estende per 9.551,84 ettari a un'altitudine compresa tra i 335 m s.l.m. (laghi della Lavagnina) e 1172 m (monte delle Figne). Di grande interesse **il monte Tobbio mt. 1094**) dalla cui cima in particolari giornate si gode di una vista a 360° che comprende mare, Alpi e la pianura Padana.

Gli itinerari proposti sono **due** e interessano la parte nord-est del parco fra i laghi della Lavagnina( comuni di Bosio e Mornese) e la località capoluogo del parco (appunto Capanne di Marcarolo). **Il percorso 1**, (impegnativo) parte nei pressi del Lago Inf. della Lavagnina a mt. **334** di quota e risale il monte fino alle Capanne di Marcarolo raggiungendo quota max di mt. **820** nei pressi della c.na Cornagetta. **Il percorso 2** (facile) costeggia per 4 km i laghi della Lavagnina (inf. e sup.) e non presenta dislivelli significativi. Nella zona prevale l'asprezza delle rocce (serpentine) che danno all'ambiente una connotazione selvaggia, in contrapposizione alla ricchezza di corsi d'acqua che danno invece la sensazione di un paesaggio estremamente rilassante.

## Descrizione degli itinerari

**Percorso 1** mediamente difficile (MD):

segnavia in salita: F.I.E *tre pallini colore giallo a formare un triangolo*.

*In discesa: 2 pallini colore giallo*

Lago inf. Lavagnina (diga) - C.na Ferriere- loc. Magge - c.na Cornagetta - Cap. Marcarolo (loc. Foi) - c.na Fuia – loc. Cirimilla - incrocio sp.170 - lago inf. Lavagnina - **Km 28**.

Tempo stimato 3h

Dislivello in salita mt. **450**

Dislivello in discesa **mt. 550**

**Fondo prevalente:** salita in carrareccia con presenza di pietre. Discesa per strada bianca dall'andamento ripido e tortuoso.

Tratto asfaltato nella parte finale inf. Lavagnina (diga).

**Percorso 2** (facile F) tratto costiero (destra idrografica) laghi della Lavagnina. Km 10

**Fondo prevalente:** strerrato. E' possibile l'uso della city - bike in buon stato di manutenzione

Tempo stimato 45' andata, 45' ritorno

## Note

### Buone regole di comportamento

- leggi attentamente il foglio gita e valuta le tue capacità fisiche;
- attieniti alle istruzioni del capogita;
- sii puntuale agli orari;
- non sopravanzare il conduttore di gita;
- non abbandonare il gruppo o il sentiero;
- non ti attardare per futili motivi;
- coopera al mantenimento dello spirito di gruppo ed alla sua compattezza;
- rispetta l'ambiente, non abbandonare rifiuti, non cogliere vegetali, non produrre inutili rumori molesti.
- Grazie per la collaborazione e...  
**BUONA ESCURSIONE A TUTTI!**