



## DOMENICA **23** MAGGIO

### 2021

*Riprendiamo a camminare  
nel rispetto delle precauzioni*

*L'escursione si svolge sulle alture di  
Bogliasco  
tra due crinali che risalgono al M. Cordona  
con ampie vedute della città di Genova  
e delle due coste liguri.  
Non presenta difficoltà tecniche  
sarà condotta a passo moderato  
con frequenti soste  
per le consuete note illustrative  
storiche di colore e curiosità.*

Cröse di fatiche, lastricati viottoli, muri spanciati con conci sporgenti; salsapariglia che trattiene e odorosa ginestra che invita, pozze inaspettate in aridi pendii. Sentieri di Signori e verdurai, strade nostre e nostri rumori, silenzi di abbandoni e crolli durevoli, dove fu fatica natura agile ricopre. Liguria di dentro intima e ritrosa, lì ma distante, bellezza sporcata.

Voi portateci un sorriso, il bel tempo ed una buona visibilità noi mettiamo il mugugno, qualche storia e bei panorami.



**Escursione di tipo: E****Zona:** Liguria, Appennino Settentrionale Ligure**Ritrovo** Sessarego alle ore 8,15**Partenza escursione** : alle ore 8,30**Tempo di percorrenza escluso soste:** ore 4 30'**Quota minima:** 225 m**Quota massima:** 803 m**Dislivello salita:** 690 m**Dislivello discesa:** 690 m**Sviluppo:** ad anello**Lunghezza:** 11,100 km circa**Cammino effettivo** : ore 5,30**Durata complessiva:** ore 7,00 < 7,30**Fine escursione:** prevista ore 15,30 / 16,00 salvo intoppi**Impegno fisico max:** ■■□□□ 2/5**Segnavia:** vari FIE , ed altri mai segnalati dal CAI**Ambiente:** oh belin, il nostro di collina, bosco gariga, prateria sommitale e tante tante ciappe.**Esposizione:** ai quattro venti**Cartografia:** Le Vie del Sale N° 4 1:25000 - I Monti del Paradiso 1:15000 e altre**Acqua:** presente solo nella prima ora poi assente !!  
è consigliata una scorta di almeno 1,5/2 litri**Punti di appoggio:** nessuno**Pranzo:** al sacco**Copertura cellulare:** buona**Viaggio:** auto propria... e propria responsabilità secondo direttive anti covid19**Indicazioni stradali** Voghera, Casei Gerola, Autostrada A 7 direzione Genova e poi A12 direzione Livorno . Uscita Nervi. Direzione levante-Recco. Terminato Corso Europa a 4 corsie proseguire sempre sull'Aurelia sino a Bogliasco dove alla stazione appena passata la breve galleria, si svolta a sinistra per Sessarego. Tra i caotici palazzi tenere sempre la sinistra e salire sino alla frazione.**Viaggio auto** Km 107**Andata mattino tempo stimato** : ore 1 40'**Rientro del pomeriggio tempo stimato** : ore 2 20'

A Sessarego ampio parcheggio subito a sinistra per non residenti. Ci si prepara osservando un buon distanziamento e poi ci si raduna per la partenza dell'escursione.

**Costi:****per i Soci** nessuno**per i non Socio** € 10 per assicurazione obbligatoria**Equipaggiamento:** si raccomanda

-abbigliamento idoneo alla stagione, alla quota ed

Alle previsioni meteo di vigilia,

-pantaloni lunghi e se possibile anche la camicia a maniche lunghe,

-scarponi alti alla caviglia e con suola ben scolpita.

-zaino completo per l'escursione

-acqua almeno 1,5/2 litri

**Per direttive anti Covid19 obbligo avere con se :**1 mascherina **INDOSSATA CORRETTAMENTE**

e almeno 1 di riserva

1 flaconcino di disinfettante

assai consigliati qualche paio guanti monouso

la Autodichiarazione compilata da consegnarsi alla partenza.

Accompagnatori a vostra disposizione.

Donatella Pagella tel. 3337113567

Mario Panizza tel. 3356541022

**Posti disponibili 20****Iscrizioni entro venerdì 21 maggio****[donatellapagella@gmail.com](mailto:donatellapagella@gmail.com)****tel. 3337113567**