

Un itinerario agevole per rimettersi in forma dopo le feste e riprendere il cammino



Una breve scalinata tra le case di Ruta ci introduce al Parco di Portofino. Si prosegue su sentieri agevoli, che solo in alcuni brevi tratti potrebbero essere scivolosi, diretti alle Pietre Strette attraversando la zona boscosa e giungendo poi al Toca dove si imbecca il sentiero per il Semaforo nuovo e le Batterie. Dal Semaforo alle Batterie l'unico tratto in discesa mediamente impegnativo, mai difficile, che ci avvicina al mare, circondati dalla macchia mediterranea. Alternando brevi saliscendi si giunge a S. Rocco e da lì l'ultimo tratto su asfalto ci riporta a Ruta.

Ritrovo c/o sede: ore 7.30

Partenza: ore 7.45

Ritrovo a Ruta di Camogli: ore 9.45

Inizio escursione: ore 10.00

Fine escursione: ore 17.00

Rientro a Voghera: ore 19.30 circa, in base al traffico

Difficoltà: E = Itinerario *escursionistico* su evidenti tracce di passaggio in terreno vario, privo di difficoltà tecniche.

Zona: PROMONTORIO DI PORTOFINO

Ambiente: bosco, macchia mediterranea

Itinerario: ad anello.

I responsabili dell'escursione, in caso di necessità e per garantire la sicurezza del gruppo, si riservano di variare il percorso descritto.

Quota minima: 193 m.

Quota massima: 488 m.

Dislivello in salita / discesa : +/- 500 m.

Lunghezza: 10 km

Tempo percorrenza: 5.00 h escluso le soste.

Segnavia vari: quadrato rosso in campo bianco fino alle Pietre strette; triangolo rosso fino alle Batterie; due palle rosse fino a S. Rocco.

Acqua: presenti alcune fontanelle

Punto di appoggio: Ruta, San Rocco

Pranzo: al sacco

Copertura cellulare: buona

Abbigliamento adatto alla stagione: comodo e a strati, muniti di indumenti per il cambio e giacca tecnica o K way antipioggia.

Equipaggiamento: Obbligo di scarponcini con suola intagliata (no scarpe tennis), zaino, borraccia capiente, eventuali bastoncini.

Viaggio: in pullman al raggiungimento di 24 iscritti; oppure con mezzi propri nel rispetto delle disposizioni sanitarie anti-Covid.

Costi: pullman € 30,00.

Auto da Voghera: A/R 228 Km – Pedaggio A/R € 17,80.

Spese: per i soci non sono previste spese di partecipazione all'escursione. Per i non Soci è obbligatorio sottoscrivere l'assicurazione di 10 € comunicando alla mail cai.voghera@libero.it: nome, cognome e dati di nascita entro il 14 gennaio 2022

Termine iscrizioni: 12 gennaio 2022

Posti disponibili: 20 + 2 accompagnatori per gruppo. MAX 2 gruppi.

Disposizioni per la partecipazione: rispetto del disciplinare escursionistico C.A.I. in periodo di emergenza per Covid 19; possesso del **Green pass rafforzato**, autodichiarazione compilata e firmata da consegnarsi ai responsabili all'inizio dell'escursione e DPI in dotazione personale: **mascherina FFP2** e gel igienizzante.

L'accettazione della partecipazione sarà confermata a mezzo mail da parte degli organizzatori.

Proponenti escursione: Mauro Ferrari tel. 335 8334769

Rita Negri tel. 338 1799411

email: cai.voghera@libero.it

Responsabile Covid: Rita Negri

Informativa: la frequentazione dell'ambiente montano ci espone a dei rischi soggettivi, variabili in funzione della preparazione con cui si affrontano. I partecipanti all'escursione hanno l'obbligo di informarsi sulle difficoltà che l'attività comporta e pertanto le condividono e ne accettano il rischio. Non dubitare, chiedi informazioni ai responsabili dell'escursione.