



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Brescia
Via Villa Glori, 13 – 25126 Brescia
tel. 030.321838 - caibrescia@cai.bs.it

GPE



Escursione n. 23/2018	Data: martedì 20-03-2018	n. partecipanti: 54
Destinazione: Sopra Riomaggiore intersezione delle strade che arrivano da La Spezia e Genova presso una curva, Campiglia-Portovenere-Parcheggio Autobus		

Gita: Riomaggiore-Campiglia-Portovenere Cinque Terre (La Spezia)

Mezzo di trasporto usato: ☒ Bus ☐ Auto ☐ Treno ☐ Altro ☐ +funivia

ORA EFFETTIVA DÌ PARTENZA: 6,20 ORA EFFETTIVA DÌ ARRIVO: 21

ESCURSIONE: 1^ Parte h. partenza	9,45	h.arrivo	11,30
2^ Parte h. partenza	12,30	h.arrivo	17

Indicare nelle caselle libere i dati reali.

Caratteristiche delle escursioni e attrezzature consigliate

H max.m	Disl.Sal.m	Disl.Dis.m	T Sal.h	T Dis.h	T.tot.h	Difficoltà	Fatica	Dist.Km	Tipo gita	Durata gg
560	500	700	3,15	3.00	6,15	E	F2	15,5	Esc	1

Scarpe trekking	scarponi	bastoncini	Altre attrezz	abbigl.bassa montagna	abbigl.alta montagna
x		x		x	

Condizioni meteo: Sole % ☒ Coperto % ☐ Pioggia % ☐

Pranzo:

☒ Solo colazione al sacco ☐ Pasto in rifugio o ristorante

Dati del rifugio/ristorante

NOME:		TELEFONO:	
INDIRIZZO:			

COSTO: € PER: ☐ PRIMO PIATTO ☐ PASTO COMPLETO

ACCOGLIENZA:

☐ FREDDA ☐ CORTESE ☐ CALOROSA

QUALITÀ DEL CIBO:

☐ SCARSA ☐ SUFFICIENTE ☐ BUONA

INFORTUNI O MALORI:

☐

NESSUNO

☒

SI

Descrivere nei commenti

Nei pressi dell'intersezione delle strade che arrivano da La Spezia e Genova ed in prossimità di una curva iniziamo a camminare, (destinazione Madonna del Montenero-Telegrafo segnavia CAI 593V), per circa 500 m su strada asfaltata per poi girare a sinistra su sentiero in decisa pendenza che poco dopo si fa più tranquillo, per giungere poi al Santuario Madonna di Montenero (m 341). Proseguiamo su sentiero panoramico fino alla località Lemmem (m 408 segnavia SVA, CAI 593), per giungere poi al Telegrafo (m 516). Dal Colle del Telegrafo seguiamo il sentiero pianeggiante con segnavia (AV5T) fino alla località S. Antonio (m 508) dove ci fermiamo per il pranzo al sacco presso un piccolo punto di ristoro (il Barlume) con tante tavoli e panche sotto un grande pergolato. Dopo un'ora si riparte per Campiglia sempre con segnaletica AV5T su mulattiera che con brevi saliscendi ci porta a Campiglia (m 400). Campiglia-Tramonti è conosciuta per la produzione del vino Sciachetrà- il Tramonti di Campiglia e per la raccolta di pregiato zafferano, un tempo di crescita spontanea ed oggi coltivato con regolarità. Da questo paese seguendo sempre il segnavia AV5T si passa accanto al vecchio Mulino del 1100, fino a giungere in leggera discesa alla Bocca del Cavalin (m 343). Qui si abbandona il segnavia AV5T e si prosegue a sinistra (Segnavia AVG) in salita prima su stradina asfaltata poi su sentiero fino a giungere al Rifugio Vigili Forestali (m 449) del Monte Castellana. Ora si scende prima su sentiero e poi su strada sterrata passando tra le Cave di Portoro che dopo una lunga dolce discesa con bellissimi panorami su il Golfo di La Spezia, incrociamo il sentiero con segnavia AV5T che insieme al AVG porta su sentieri e strade asfaltate al Rifugio Muzzerone (mt. 251), balconata con vista su Portovenere e Isola Palmaria. Dal rifugio scendendo su ripida scalinata (Segnavia 519), si arriva nella piazza di Portovenere, presso il Comune. Dopo seguendo la via Del Comune ci si porta al parcheggio dei autobus.

Malori: Un' escursionista in località San Antonio, alzandosi dalla sedia, ha accusato un problema di labirintite. Chiamato un taxi che la ha portata al parcheggio degli autobus.

Firma (leggibile) del relatore

Piergiovanni Quadri