

INFORMAZIONI

ZONA:

Levanto parco delle Cinque Terre

DIFFICOLTA':

Escursionistica

EQUIPAGGIAMENTO:

MEDIA COLLINA, scarponcini, borraccia, giacca a vento, guanti.

PARTENZA A PIEDI DA:

Da Costa di Framura

DISLIVELLO COMPLESSIVO:

salita 550 m Variante 400 m - sviluppo circa 11,5/11,00,km

SEGNAVIA: 661, SVA ciclabile delle gallerie sentiero verde azzurro

TEMPO DÌ PERCORRENZA:

4,30 ore escluse le soste

RITROVO:

Ore 6,45 al parcheggio FS - Via Dante

PARTENZA DA CREMONA:

Ore 7,00

PERCORSO STRADALE:

da CREMONA A21 per Firenzuola A1, Parma Ovest A15 uscita per A12 verso Genova, uscita Deiva Marina per SP40 poi Sp41 verso Costa di Framura

DISTANZA DA CREMONA:

Circa 200 Km

DIRETTORE DÌ ESCURSIONE:

Collini Pia

ACCOMPAGNATORI:

Bassini Gianmario

CARTINE: (Carta in volantino Open Topo Map non in scala)

Le iscrizioni sono raccolte direttamente dal capogita e/o accompagnatori incaricati, presso la segreteria durante gli orari d'apertura della sede C.A.I.

martedì ore 17.00-18.30

giovedì sera ore 21-22.30

non sono ammesse iscrizioni telefoniche.

APERTURA ISCRIZIONI	14 Gennaio 2025	
CHIUSURA ISCRIZIONI	23 Gennaio 2025	
NUMERO MAX PARTECIPANTI	30	
	SOCIO	NON SOCIO
QUOTA ISCRIZIONE	€ 4,00	€ 17,00
		al giorno
QUOTA VIAGGIO	€ 30,00	€ 30,00
TOTALE	€ 34,00	€ 47,00

Estratto del Regolamento

Art. 4/2 La partecipazione alle escursioni sociali comporta la conoscenza integrale e l'accettazione incondizionata del programma proposto e l'impegno al rispetto del presente Regolamento. Il Direttore di escursione provvede all'atto dell'iscrizione dei soci e dei non-soci alla consegna di copia del presente Regolamento ritirando contestualmente apposita firma.

Art. 5/1 L'iscrizione a ciascuna escursione sociale viene raccolta direttamente dal Direttore di escursione o dagli accompagnatori incaricati, durante gli orari di apertura della sede sociale ed entro i termini stabiliti.

Art. 8 Con l'iscrizione al C.A.I., o con il regolare rinnovo del bollino sezionale entro il 31 marzo di ogni anno, si attiva automaticamente la copertura assicurativa infortuni per tutte le attività sociali. La copertura assicurativa infortuni per i soci che non hanno rinnovato entro il 31 marzo e per i non soci è compresa nella quota di iscrizione alla escursione.

Art. 10/2 In caso di rinuncia a prendere parte alla escursione, ciascun iscritto è tenuto a darne comunicazione al Direttore di escursione, affinché questi possa eventualmente provvedere alla sua sostituzione. La quota di partecipazione versata viene restituita al rinunciataro, entro e non oltre 30 giorni, solo se un nuovo iscritto subentra in sua sostituzione.

Art. 12/2 Qualora il trasferimento da Cremona avvenga con autovetture private, gli equipaggi sono tenuti a suddividersi le spese di viaggio.

Art. 13/1 Il Direttore di escursione, anche sentito il parere degli accompagnatori, può, a suo insindacabile giudizio, modificare in qualunque momento, in toto o in parte, il programma o l'itinerario proposto, dandone tempestiva comunicazione agli interessati.

Art. 14 Ogni partecipante, iscrivendosi alla escursione, prende atto delle difficoltà che essa comporta e le commisura alle proprie capacità.

Art. 15/1 Ciascun partecipante, nel rispetto del presente Regolamento, ha l'obbligo di attenersi sempre alle disposizioni del Direttore di escursione e di adeguarsi alle sue decisioni, anche quando non le condivide.

Art. 15/3 Ciascun partecipante, pena l'esclusione dalla escursione, è tenuto ad avere con sé l'equipaggiamento e l'attrezzatura indicati sul volantino di presentazione della escursione e a controllarne l'efficienza prima della partenza



Club Alpino Italiano
Sezione di Cremona

via Palestro, 32 ☎ 0372 422400

www.caicremona.it



Commissione Sezionale Escursionismo

ESCURSIONE SOCIALE

25 Gennaio 2025



Riviera di Levante nella parte meno conosciuta delle cinque terre piacevole percorso vista mare


Framura Levanto


max quota 210 m s.l.m.

tipologia



E

Dislivello

550/400

Tempo percorrenza

4,30 h

DESCRIZIONE DEL PERCORSO

Da dove ci lascia il pulman a Costa di Framura si prosegue sulla strada fino a prendere una scalinata che ci porta sulla SP4, e ad incrociare un sentiero (a destra conduce alla spiaggia rocciosa di Punta dei Marmi) proseguendo in salita sui gradoni delle rocce, con viste che si alternano tra calette e insenature, in mezzo ai pini marittimi. Si arriva quindi nella frescura della boscosa Valle di Lame, con il torrentello omonimo che forma piccole cascate, si attraversa un ponticello, si prosegue in salita e in modo abbastanza ripido attraverso un lecceto, dopo poco si intravede in alto il paese di Montarett. Si arriva alla località di Salice, si prosegue e alla curva si prende il sentierino sulla destra, si arriva sul Rio Brino e all'incrocio di sentieri e sterrate con vista sulle prime case di Bonassola, continuando si arriva alla Sella di Carpaneggio. Si prosegue quindi sulla salita a sinistra, si arriva a un incrocio, si prosegue dritti, poi si passa in discesa vicino ai resti di una costruzione che risale alla seconda guerra mondiale, si prosegue dritti e si arriva al promontorio del Salto della Lepre, con piazzole per i cannoni e ruderi di antichi bunker. Qui la vista spazia da Punta Manara al Promontorio di Portofino al blu cobalto del mare alle rocce a strapiombo (fare molta attenzione in quanto non c'è nessun tipo di protezione). Si torna ora indietro al bivio e si prosegue a destra in discesa, per arrivare al bivio alla nostra destra per via Roma, dopo alcuni tornanti, si arriva sulla strada asfaltata, e alla nostra destra si può arrivare fino al punto panoramico della cappelletta della Madonna della Punta. Ora per strada asfaltata si raggiunge Bonassola in un grande golfo risultato di un'antica piana alluvionale; subito dopo il campetto da calcio, dove inizia anche la ciclopedonale. Qui il gruppo si può dividere: chi fa più dislivello segue la traccia nera e imbocca la scalinata di via Maxinara per poi seguire il sentiero che sale sul promontorio della Guardia, raggiungendo la frazione di Poggio, per via Scernio fino alla omonima frazione per poi seguire via Valle Santa e ridiscendere a Levanto. In alternativa arrivati a Bonassola il gruppo che segue la traccia blu che ha minor dislivello può seguire la ciclopedonale che percorre le gallerie dismesse della vecchia ferrovia, che ogni tanto ha delle aperture all'esterno offrendo bellissimi scorci sulla costa e si arriva a collegarsi alla traccia nera a Levanto. Seguendola si arriva dietro al parcheggio della stazione ferroviaria punto dove dovrebbe esserci il pulman, si sarà più precisi durante l'escursione.

Prossime Escursioni:

- 08 febbraio (sabato) Ciaspolata m s.l.m. EAI
- 12 febbraio (mercoledì) Celleri 385 m s.l.m. E
- 22 febbraio (sabato) Costermano 310 m s.l.m. E

