



Liguria – Traversata Finale, Varigotti, Noli

16 Aprile 2023 Gruppo Avanzato, Intermedio, Base



Costo **15,00 €** - Pagamento della quota alla partenza

PROGRAMMA

Andata

Ritrovo: Piazzale Lotto (ingresso Lido): ore **6,30**

Partenza: ore **7,00 puntuali!**

Ritorno

Arrivo: Piazzale Lotto : ore **19:00/19:30.**

Mezzo di trasporto: **Pullman privato**

Referenti: **Thea – Mario – Lollo – Aron**

EQUIPAGGIAMENTO

Abbigliamento:

scarponcini, calze di cotone e/o di lana, **pantaloni lunghi leggeri**, k-way (o mantellina anti-pioggia), maglione o pile, maglietta (meglio se traspirante).

Nello zaino:

guanti, berretto, **cappellino con visiera**, **occhiali da sole**, **crema solare protettiva**, borraccia piena d'acqua (1 litro), qualche snack, **pranzo al sacco**, sacchetto per immondizie, block notes, una penna, tessera Cai, fotocopia tessera sanitaria. Per i temerari: costume da bagno e asciugamano.

Da lasciare sul pullman:

scarpe di scorta, ricambio completo di vestiario.

Cosa faremo? Escursione nella macchia mediterranea della costiera di ponente

Le alture di Finale e di Capo Noli sono caratterizzate dalla verticalità di alcuni tratti rocciosi. Il Capo si protende in mare buttandosi nelle azzurre acque con scoscese pareti calcaree: nella nostra escursione ammireremo questi contrasti addolciti dal passaggio nella lussureggiante e selvaggia macchia mediterranea.

Da Milano raggiungeremo Finalpia, frazione di Finale Ligure, dove ci divideremo in due gruppi che percorreranno itinerari differenziati. Il primo inizierà da lì con un percorso lungo circa 15 km e 700 m di dislivello, che ci porterà a salire sull'altipiano delle Manie per poi scendere nella selvaggia macchia mediterranea lungo il versante a mare in direzione di Varigotti. All'incrocio con il Sentiero del Pellegrino, il percorso diviene comune a quello del secondo gruppo che, sceso dal pullman a Varigotti, lo avrà imboccato proprio dall'inizio, rimanendo a cavallo tra mare e monti, con panoramici scorci su tutta la costa.

La salita prosegue sino al Semaforo per poi proseguire in discesa sino a Noli, dove i gruppi si ritroveranno per mangiare una focaccia in spiaggia e... chissà, tempistiche e meteo permettendo, magari anche per un breve tuffo in mare!

ISCRIZIONI

Entro e non oltre

Lunedì 10 aprile 2023

Le iscrizioni dovranno pervenire tramite
link allegato alla mail

