



SOTTOSEZIONE  
**CAI VAL D'ENZA**  
SEZIONE DI REGGIO EMILIA



VISITATE IL NOSTRO SITO: [www.caivaldenza.it](http://www.caivaldenza.it)

## 11 FEBBRAIO 2018

### LIGURIA DA NERVI A RECCO

Questa tappa del sentiero Verdeazzurro percorre le alture tra Nervi e Recco lungo scalinate, creuze, viottoli di campagna e qualche tratto a fondo naturale. Non si tratta quindi di un sentiero vero e proprio ma di un gradevole percorso con panorami favolosi che tocca paesini arroccati nel verde o caratteristici borghi affacciati sul mare del Golfo Paradiso.

Partiremo dal pittoresco porticciolo di Nervi e percorreremo strette vie tra le case per poi imboccare ripide scalinate che salgono tra muretti a secco alti dai quali emergono le tipiche piante di cipressi, ulivi, limoni e rosmarini fino alla chiesetta di San Rocco (206 mt).

Proseguiremo ora lungo una stradina in piano che ci offrirà un generoso panorama che spazia verso Levante fino al promontorio di Portofino e verso Ponente ove potremo scorgere il profilo delle Alpi Marittime. Giungeremo a S. Ilario Alta e da lì inizieremo a scendere lungo una creuza tra orti e piante di ulivo fino a Bogliasco. In breve arriveremo alla spiaggia, attraverseremo il ponte medioevale e affiancheremo le case che si affacciano sul mare salendo verso la parte più alta del paese. Cominceremo quindi una decisa salita che ci condurrà nella frazione di S. Bernardo (269 mt), piccolo agglomerato di case raccolte attorno alla chiesa da cui prende il nome. Una stradina mattonata prosegue in piano verso una zona ricca di ulivi, cominceremo a scendere di quota in un tratto ancora una volta molto panoramico fino al paese di Pieve Ligure Alta (168 mt). Passeremo a fianco della imponente chiesa di S. Michele per poi scendere alcuni gradini e proseguire in piano lungo una strada selciata che passa sopra agli ulivi con una bella veduta verso Camogli e ci porta alle soglie di Sori. Dal centro del paese imboccheremo una scalinata zigzagante che sale tra due muri che delimitano gli orti ed arriveremo sul piazzale erboso della chiesa medioevale di S. Apollinare (265 mt). Oltrepassato il parcheggio della stessa prenderemo un sentiero molto panoramico che scende verso il mare tra ulivi e fasce terrazzate. Lasciato il sentiero inizieremo la discesa verso il mare alternando scalinate a brevi tratti di selciato. Dopo le frazioni di Polanesi e di Mulinetti raggiungeremo il centro di Recco dove ci attenderà il pullman per il rientro.

**Difficoltà E:** escursione che richiede un minimo di allenamento

**Dislivello complessivo:** 800 mt sia in salita che in discesa

**Distanza:** 15 Km. circa

**Tempi di percorrenza:** 6 ore escluso le soste

**PRANZO AL SACCO**

**OBBLIGATORI:** scarponi o pedule da montagna; inoltre l'abbigliamento dovrà essere adeguato alla stagione.

**LA TESSERA CAI va sempre portata nello zaino, a casa non serve.**

**LA PARTECIPAZIONE** comporta la conoscenza integrale e l'accettazione del presente programma. SIETE INVITATI a prenderne visione sul nostro sito [www.caivaldenza.it](http://www.caivaldenza.it) alla voce ESCURSIONI e alla voce PER I NON ISCRITTI CAI dei regolamenti sezionali e delle condizioni assicurative del CAI Nazionale da noi applicate.

**IL TRAGITTO DELL'ESCURSIONE** potrà essere modificato ad insindacabile giudizio degli accompagnatori nel caso lo ritengano necessario. Nel caso di iniziative personali non autorizzate al di fuori dell'itinerario stabilito, gli accompagnatori saranno sollevati da qualsiasi responsabilità.

**PARTENZA ore: 6,00 dal piazzale antistante il Centro Sportivo di Bibbiano**

**6,30 Parma Parcheggio Autostrada**

Organizzazione tecnica AGENZIA FONTANA VIAGGI.

**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA**

Per prenotazioni: Sandra 349 1581481

Per informazioni: Gianluca Tagliavini 329 6908019- Stefania Benelli 339 4349844