



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

09 FEBBRAIO 2020

LIGURIA 5 CAMPANILI TRA MARE E MONTI

Dal lungo mare della elegante Rapallo si sale al santuario di Sant'Ambrogio, dal cui piazzale si gode un ampissimo panorama su tutto il golfo.

La nostra via continua a salire, prima tra ulivi e prati a terrazza, poi i coltivi lasciano il passo ad una vigorosa macchia mediterranea in cui tra lecci e corbezzoli cresce l'erica arborea e la lavanda selvatica, il mare è sotto di noi diverse centinaia di metri. Non si sale più. Il sentiero aggira lentamente il fianco della collina e punta deciso verso l'interno. Il mare è alle spalle, la vegetazione cambia: il sottobosco è adorno di primule, viole, epatiche, gli alberi ora sono rappresentati dai carpini e dai castagni.

Il fondo del sentiero in questa zona è facilmente umido e richiede un po' di attenzione in più. L'itinerario cambia nuovamente, ora si ritorna verso il mare, in discesa, ben presto incontreremo delle splendide piante di mimosa in fiore. Si arriva così al bell'abitato di Zoagli, esiguo borgo nascosto in una piccola insenatura, le sue scogliere ci ospiteranno per la pausa pranzo ed un meritato relax.

Dal borgo inizia la via del ritorno che ci riporterà a Rapallo.

Dislivello circa +750 - 750

Lunghezza del percorso: 14 Km circa

Difficoltà: E

Tempi di percorrenza circa 5 ore (circa e salvo soste)

Si richiede un buon allenamento

Tratti senza copertura telefonica

**OBBLIGATORI: scarponi da montagna.**

Molto Consigliati: bastoncini, torcia o lampada frontale, una giacca impermeabile e abbigliamento adeguato alla stagione, occhiali da sole.

La TESSERA CAI va sempre portata nello zaino.

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: 7,00 Bibbiano piazzale Via Canusina, 14 (Taverna Baggins)  
7,30 Parma Parcheggio Autostrada

Organizzazione tecnica AGENZIA FONTANA VIAGGI.

**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA**

Per prenotazioni: Sandra 349 1581481

Per informazioni: Enzo Zannoni 347 0710712 - Massimo Malpeli 339 5461779