

**LIGURIA: da Lavagna a Sestri Levante**

**Domenica 7 maggio 2017**

<b>Partenza:</b>	domenica 7 maggio 2017 dalla sede del CAI Brugherio – ore 6.00
<b>Difficoltà:</b>	<b>percorso A:</b> T (turistica – facile escursione) <b>percorso B:</b> E (escursionistica)
<b>Tempo totale di cammino</b>	<b>percorso A:</b> 4 ore tot. <b>percorso B:</b> 6 ore tot.
<b>Dislivello/lunghezza tot</b>	<b>percorso A:</b> m. 400 circa in salita ed altrettanti in discesa <b>percorso B:</b> m. 750 circa in salita ed altrettanti in discesa
<b>Materiale necessario:</b>	Equipaggiamento ( <u>scarponcini</u> )/abbigliamento adeguati alla stagione - <b>Pranzo al sacco</b>
<b>Mezzi:</b>	PULLMAN se raggiunto sufficiente numero di iscritti (altrimenti auto proprie, con spese auto rimborsate agli autisti e ritorno alle auto in treno);
<b>Rientro:</b>	domenica 7 maggio 2017 ore 20.00 circa alla sede CAI di Brugherio
<b>Referenti:</b>	Chiara 345/8992394 – Silvia: 338/3278251
<b>Costi:</b>	<b>Soci: Eur. 20   Non Soci: Eur. 30   Ragazzi: Eur. 15</b> <i><u>Il prezzo comprende le spese di trasporto (pullman o auto) e l'assicurazione infortuni.</u></i> <i><u>SCONTI 25% PER FAMIGLIE - <b>TERMINE ISCRIZIONI: MARTEDI' 02.05.2017</b></u></i>

**Il percorso potrà essere modificato in funzione delle condizioni ambientali**  
**per la sicurezza del gruppo**

## Sezione di Brugherio

### DESCRIZIONE ITINERARIO – PERCORSO A

Partenza di buon'ora da Brugherio, speriamo in pullman, per la Liguria, per percorrere una parte dell'ultimo tratto del Sentiero Verdazzurro nel levante ligure.

Dalla stazione ferroviaria di **Lavagna** procediamo fino ad incrociare Piazza della Libertà ed il municipio. Prendiamo via Roma, e la percorriamo interamente fino ad arrivare a Piazza Vittorio Veneto. Da qui si prosegue dritti sulla stessa via, fino a giungere alla piazza prospiciente la chiesa di S. Stefano. Proseguiamo a destra dell'ingresso della piazza, lungo Via Dante e poi lungo via Sanguineti, che valica il Torrente Fravega. Incrociamo Corso Mazzini e proseguiamo dritti per circa 60 metri. A questo punto abbandoniamo il centro di Lavagna e percorriamo una via pedonale in salita, indicata con un cartello metallico "Pedonale per S. Giulia ". Saliamo lungo una via lastricata piuttosto ripida e stretta tra due muri. Il paesaggio cambia e gli ulivi diventano i grandi protagonisti di questo sentiero. Dopo un tratto con grossi gradini si arriva sulla dorsale; qui il sentiero prosegue verso un gruppo di case che si adagiano lungo il costone, si continua quasi in piano sulla destra, tra case e orti. Raggiunta la cappella di S. Benedetto perdiamo un po' di quota su una strada. Terminato l'uliveto la zona diventa più selvaggia, predominano la macchia e i pini. Dopo una svolta confluiamo su una strada più ampia per un ottantina di metri fino ad arrivare ad un tornante. A questo punto prendiamo un sentiero che si stacca sulla destra e guadagna velocemente quota. Ritroviamo la classica pavimentazione a lastra centrale in pietra. Continuiamo tra stupendi uliveti terrazzati, e attraversiamo la rotabile, dopo averla affiancata per qualche metro. Arrivati in località Rigone troviamo a destra un tabernacolo con iscrizione, e poco dopo il sentiero incrocia per l'ultima volta la rotabile per S. Giulia. Dopo una scalinata si arriva alla chiesa di **S. Giulia**, con un bel piazzale panoramico prospiciente il sagrato (250 m – **1h 10' di cammino dalla stazione di Lavagna**).

Sosta ristoratrice e panorama sul Golfo del Tigullio e la Riviera di Ponente.

Cominciamo ora a scendere verso Cavi, seguendo la strada d'accesso ad est della chiesa, fino a confluire con la rotabile che collega S. Giulia con il mare. Attraversata la strada si prende quasi subito una breve scalinata che porta ad una via che affianca poco sotto la rotabile stessa. Dopo qualche centinaio di metri incrociamo una strada asfaltata che scende verso mare. La seguiamo per circa 80 metri, fino ad una curva, dove prendiamo un sentiero che affianca alcune case. Ben presto le case lasciano lo spazio ad alti muraglioni in pietra, che terminano nei pressi della cappella di S. Cecilia, ormai ridotta a rudere. Poco oltre il tracciato incrocia una strada asfaltata che percorreremo per una ventina di metri verso sinistra. Ritroviamo il tracciato che scende velocemente lungo la Costa di Centaura, stretta tra muri a secco alti anche 2 – 3 metri.

### Sezione di Brugherio

Arrivati a quota 105 metri il sentiero diventa improvvisamente pianeggiante, con bella vista verso il Golfo del Tigullio e il Promontorio di Portofino. Dopo 80 metri il lastricato piega improvvisamente a destra e scende a precipizio tra gli orti e la case di campagna. Attraversiamo una strada rotabile e scendiamo tra le case di **Cavi di Lavagna**, fino a sbucare sulla stradina che porta verso la chiesa. Prendiamo quest'ultima e giungiamo nel cuore del paese (**2h di cammino da Lavagna**). Ci manteniamo sul marciapiede lato monte, per proseguire fino ad arrivare al piazzale – copertura sul torrente Barassi. Da qui si distacca la rotabile che sale a S. Giulia, che seguiremo mantenendoci sulla destra, prendiamo una scalinata quasi nascosta tra le case, dove un cartello indicatore segnala la salita pedonale verso S. Anna. Questa procede prima su asfalto tra le villette e prosegue come largo sentiero tra i pini e la macchia. Lo stradone dopo una curva confluisce su una strada asfaltata, ancora una curva e arriviamo dopo 150 metri all'attacco del sentiero vero e proprio per S. Anna. Finalmente ritroviamo un tratto selvaggio e lontano dal centro abitato, dove si guadagna quota, tra i pini e la macchia. Si tratta di un tracciato panoramico sulla costa e su Sestri L., molto riparato ed assolato. Giunti nel punto più elevato ammiriamo il panorama su uno sperone roccioso, dove sono state messe delle panchine. Più avanti troviamo i ruderi della chiesa di **S. Anna** (103 m – **30' di cammino dal centro di Cavi**).

In seguito la strada torna a perdere quota lungo un tratto roccioso. Ad un certo punto confluiamo col sentiero che scende dal Monte Capenardo (segnava un cerchio con taglio orizzontale). Prendiamo il tracciato che scende immediatamente sulla destra tra rocce e scarsa vegetazione. Un terrazzino panoramico si stacca sulla destra, mentre la strada accerchia una cava trasformata ora in campeggio. Siamo giunti così alla periferia ovest di **Sestri Levante**, poco sopra il tracciato della ferrovia Genova – La Spezia. Occorre percorrere un buon tratto per sottopassare la ferrovia e giungere sull'Aurelia, seguirla per qualche centinaio di metri fino ad incrociare la via che porta alla stazione ferroviaria, oppure proseguire per il lungomare e godersi un meritato riposo in riva.

Per il percorso **PERCORSO B**, è prevista sempre la traversata Lavagna – Sestri Levante, ma non lungo la tratta di antica strada romana bensì più in quota, toccando i monti del primo entroterra ligure (Monte Costello mt. 498 – Monte Zucchetto mt. 614 – Monte Capenardo mt. 693 - Monte Le Rocchette mt. 701) .

Capo gita: Maurizio e Chiara (CAI Brugherio) – Enrico e Francesco (CAI Bizzarone)

