



Sabato 13 febbraio 2016 *Liguria: il Monte Giugo*



Durata del percorso: 5 ore a passo lento
Dislivello: 490 metri.
Difficoltà: sentiero escursionistico di livello E.

Ritrovo: ore 7.45 alla stazione dei treni di Pavia, il treno per Genova Nervi parte alle ore 7.58.
Rientro: previsto verso le ore 19:00 circa a Pavia.

Quote di partecipazione: 15 euro per i soci CRAL - 23 euro per i non soci.
E' richiesto un costo aggiuntivo di 5 euro per coloro che non hanno la tessera ANCIU (valida fino al 31/12/2016) per l'assicurazione personale e la copertura di eventuali infortuni.

Prenotazione entro giovedì 11 febbraio - Per ulteriori informazioni e adesioni contattare:
Jvonne Rampoldi - Email: jvonne.rampoldi@unipv.it - Telefono ufficio: 0382.987008

Descrizione del percorso

L'escursione comincia con una sosta nella Piazzetta di Genova Nervi per acquistare la focaccia che vi consiglio di non mangiare subito perché il nostro sentiero inizia prima con una scalinata ripida e infinita fino a San Rocco (fontana) e prosegue poi con una salita impegnativa fino al Monte Giugo. Arrivati però in vetta il panorama e la focaccia ci ripagano dello sforzo fatto!

Dal Monte Giugo seguiamo con un comodo e panoramico sentiero a mezza costa fino ad una selletta dove inizia la nostra discesa che conduce prima alla casa Gangiana, abitata da una simpatica signora. Poi, su asfalto, raggiungiamo la chiesa di S. Ilario, quella della canzone Bocca di Rosa di Fabrizio De Andrè (ahimè chiusa!). Dal paesino di S. Ilario, la tipica "scalinata genovese spacca gambe in discesa" ci riporta in riva al mare, sulla passeggiata Anita Garibaldi e ai giardini di Genova Nervi.

Attrezzatura consigliata

- Scarponcini da trekking leggeri
- Abiti comodi, soprattutto i pantaloni, maglietta di cambio e un kway
- Bastoncini telescopici (per chi è solito usarli)
- Pranzo al sacco



"Sono un camminatore lento, ma non cammino mai all'indietro" (Abraham Lincoln)