



La Spezia



Una montagna di salute

La Commissione Medica di Liguria-Piemonte-Val d'Aosta, aderendo all'iniziativa della CCM del CAI all'interno del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2021 di ASvis, organizza l'escursione

ANELLO COLLE DEL TELEGRAFO – SANTUARIO DELLA MADONNA DI MONTENERO

con la collaborazione della Sezione CAI La Spezia
domenica 10 ottobre

Ritrovo dei partecipanti alle ore 8:45 in località Colle del Telegrafo
Partenza ore 9:00

Verrà percorso un sentiero ad anello, descritto nel libro recentemente pubblicato dalla sezione CAI della Spezia, che porta dal Colle del Telegrafo (513 m slm) al Santuario della Madonna di Montenero (collocato sopra a Riomaggiore a quota 355 m slm).

All'andata si percorre la strada vicinale a traffico limitato, denominata Via dei Santuari, in parte bianca in parte asfaltata (sentiero n. 530). Il primo tratto di circa 800 metri è in piano, quindi la strada inizia a scendere con pendenza decisa per altri 800 metri: ad un tornante, sulla sinistra (quota 395 m slm), si lascia la strada ed inizia il tratto su sentiero, per ulteriori 800 metri circa, che conduce al Santuario.

Al rientro si percorrerà un breve tratto, già percorso all'andata, e quindi si prenderà il sentiero SVA che porterà gli escursionisti alla località Lemmen e al Colle del Telegrafo (sentiero n. 530).

Soprattutto il sentiero n. 530 richiede attrezzatura da trekking, compresi bastoncini, perché vi sono scalini naturali di altezze variabili con piani di appoggio irregolari.

Sarà organizzato un trasporto con auto per eventuali persone che non si sentono in grado di percorrere il sentiero del rientro.

Si è scelto questo percorso perché molto panoramico sulle Cinque Terre (Nelle giornate particolarmente limpide è possibile vedere la Corsica, l'Arcipelago Toscano e le Alpi Marittime). Durante l'escursione si può osservare la macchia mediterranea, si passa attraverso tratti coltivati a vigneto e si ha la possibilità di visitare il Santuario con la raccolta di ex voto. Si avrà anche l'opportunità di osservare la fragilità delle Cinque Terre conseguente alla scarsa manutenzione dei muretti a secco, l'abbandono di zone precedentemente coltivate e la presenza di un'importante frana. Sarà cura degli accompagnatori CAI descrivere il territorio che si attraversa ed illustrare le emergenze sopra riportate. Si sottolinea che si è scelto questo anello perché è importante per il benessere fisico camminare, ma l'escursione deve essere anche un momento per conoscere gli altri partecipanti alla gita e il territorio con le sue peculiarità storico-naturalistiche e le emergenze ambientali.

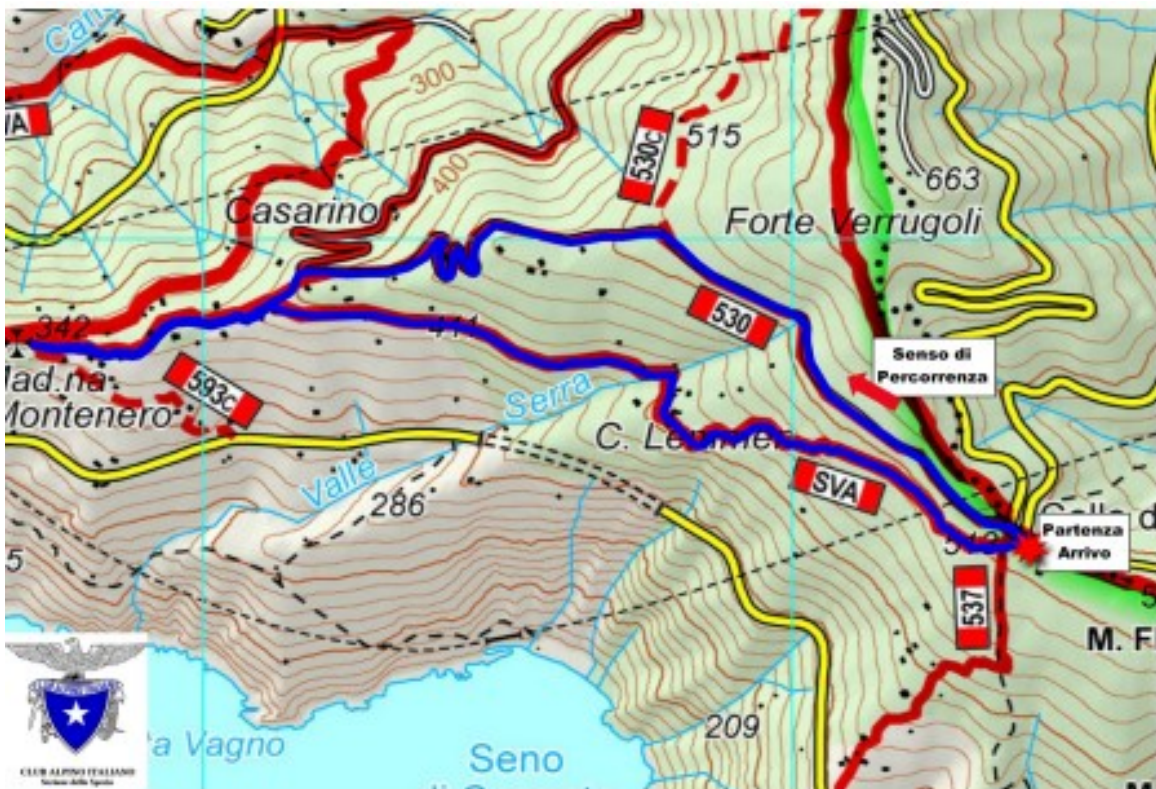
Rientro intorno alle 13:00



La Spezia



TERRITORIO collina
ZONA Parco delle 5 Terre
Numero Sentiero SVA, 530
Cartina di Riferimento Cartina CAI: 5 Terre e Golfo della Spezia N 21 Geo4Map
Classificazione Sentiero escursionistico
Valutazione difficoltà è molto impegnativa la salita da Lemmen al colle del Telegrafo
Dislivello +160
Tempo di percorrenza 160 minuti
Lunghezza percorso 5,0 Km
Copertura cellulare si
Chiamata Soccorso: 112; App Soccorso: Georesq o Where are U



La Commissione Medica CAI Liguria Piemonte Valle d'Aosta e la sezione CAI della Spezia sono gli organizzatori dell'evento, aderendo all'iniziativa della Commissione Medica Centrale del CAI e dell'ASVIS. Partecipa il Comune della Spezia, il Parco delle Cinque Terre, il Soccorso Alpino e la Commissione TAM spezzina. Gli organizzatori inviteranno soprattutto giovani che hanno già partecipato alle nostre iniziative: gli istituti scolastici 2 giugno e Piaget, gli Scout Agesci, i ragazzi autistici delle associazioni ANGSA e AGAPO onlus. E' stato inoltre invitato il Consiglio Comunale della Spezia.

Simonini Gianmarco, Presidente Commissione Medica LPV gianmarco.simonini@libero.it 335- 6181769
commissionemedicalpv@gmail.com
Bacchioni Alessandro, Presidente Sezione La Spezia cailaspezia@libero.it 347-1634537