



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di FIRENZE
Sottosezione
CASSA DI RISPARMIO DI FIRENZE



GOLFO DEI POETI LERICI - AMEGLIA MARTEDI 16 aprile 2019



Il Golfo dei Poeti è un'ampia e profonda insenatura che si affaccia sul mar Ligure nella provincia di La Spezia, così chiamata perché, nel corso dei secoli, ha ospitato diversi poeti ed altri artisti di fama mondiale che trovarono ispirazione nei borghi del golfo. Lerici Portovenere ne sono i due principali gioielli. La nostra escursione parte dal parcheggio La Vallata, 1 km circa a nord del centro di Lerici, si raggiunge il lungomare e lo si percorre fino a Piazza Garibaldi, la piazza principale di Lerici (25 min.). Dal lungomare potremo ammirare il porto turistico, le case colorate e il castello che si erge in posizione dominante sul promontorio roccioso dell'insenatura di Lerici. Da Piazza Garibaldi si

prende in salita Via Andrea Doria, un'ampia mulattiera scalinata che si sviluppa fra le case del paese. Arrivati all'asfalto si va a destra per pochi metri e si continua a salire su scalini in direzione di Verazzano e La Serra, frazione di Lerici (m 180 40 min.) Si esce dal paese scendendo su gradini, si attraversa la strada principale e si prosegue su sentiero in mezzo agli ulivi con ampi panorami su Tellaro e Portovenere. Il sentiero, a tratti selciato, inizialmente si svolge con vari saliscendi intorno a quota m 110/160 e poi con salita fino a Zanego (m 240 80 min.) si attraversa la strada principale e si scende fino ad Ameglia (m 80 25 min.) Per raggiungere il pullman, parcheggiato più sotto (m 20), dovremo scendere ancora per una scalinata e per qualche centinaio di metri sulla strada principale.



Viaggio: Pullman.

Ritrovo: ore 6:45 presso il Circolo in Via Generale della Chiesa 13, partenza ore 7:00

Difficoltà: E - dislivello 75 m **370 Km. 8,6**

Tempo di percorrenza: ore 3,10 (escluso soste)

Pranzo: in ristorante, vedi menù e prezzo nel modulo iscrizione

Quota di partecipazione: Soci CAI € 25,00 per il solo viaggio in pullman. I non soci pagheranno in loco più € 9,00 per l'assicurazione

Direttori di Escursione: Luigi Pisanelli (3384198056) Franco Tozzi (3347309920). Gli accompagnatori si riservano di modificare il presente programma nel caso si presentassero situazioni di rischio per la sicurezza dei partecipanti o per altri motivi. Informazioni: Cellulare dei direttori di escursione

Iscrizioni: entro mercoledì 10 aprile

Abbigliamento ed Attrezzatura I partecipanti dovranno essere adeguatamente equipaggiati e, in particolare, dovranno calzare scarponi (o scarpe da escursione) con suola ben scolpita e non scarpe da ginnastica o altro. Chi non avesse un'attrezzatura o abbigliamento adeguato alla tipologia di Escursione dovrà, a termine di regolamento CAI, essere escluso dalla medesima ad insindacabile giudizio del Direttore di Escursione.

Il regolamento delle escursioni deve essere consultato all'indirizzo

<https://drive.google.com/drive/folders/1WKXtcpM069olngqQY6u0sP7iERkmn9iF>

Allo stesso troverete la mappa dell'escursione. Il modulo di iscrizione che deve essere debitamente riempito e firmato, e inviato alla Segreteria del Caricentro fax **055/691260** o e-mail catia@caricentro.it o alla Sottosezione e-mail caifi.crf@gmail.com

ESCURSIONE: 16 APRILE 2019 LERICI AMEGLIA

(CON ASSICURAZIONE)

Il sottoscritto Tel. fisso e cell.

Pensionato o non dipendente/Indirizzo privato.....

Iscrive all'escursione in oggetto le seguenti persone (indicare anche il sottoscrittore, se partecipa all'escursione)

Cognome e nome Socio CAI Non Socio CAI –(Dati obbligatori solo per non Soci CAI)1) ☐ ☐ nato il .../.../... a2) ☐ ☐ nato il .../.../... a3) ☐ ☐ nato il .../.../... a4) ☐ ☐ nato il .../.../... a

La montagna è un ambiente rischioso, pertanto il sottoscritto dichiara di avere preparazione e competenza adeguate al percorso: sa che ci sono dei rischi e dichiara di accettarli. Dichiara altresì che tutti i partecipanti sopra elencati hanno preso visione della circolare esplicativa della gita, hanno preparazione e competenza adeguate ed accettano totalmente i rischi e le condizioni che regolano la gita stessa.

Se non si raggiunge il numero minimo di 25 partecipanti l'uscita sarà annullata.

☐ Saldo di € al POS del Circolo ☐ Autorizza addebito in C/C tramite il modulo sottostante

☐ Bonifico di € su IBAN IT68 Q030 6902 8871 0000 0090 033 – CAI FI Sottosezione CRF/Scuola di Alpinismo Tita Piaz

☐ Non partecipa al pranzo col seguente menù:

Antipasto (piatto unico con 3 antipastini)

Spaghetti ai muscoli

Frittura di pesce + contorno

Macedonia, acqua, vino della casa e caffè - € 25,00 a persona da pagarsi in loco

Data

Firma

Disposizione di addebito in conto corrente al costo di € 1,00 – per tutte le banche

Il sottoscritto residente in

Via n° CAP

AUTORIZZA

L'addebito di €	IBAN
	Intestato a
	Presso
Causale dell'addebito: Circolare n. LERICI AMEGLIA	

Data

Firma