



N. 3

# SEMMO DA GHENGA

Affiliati alla  
dal 1946

Periodico del "Gruppo Scarponi" anno LV° Maggio - Giugno 2019

**25 APRILE****DECINE DI BANDIERE TRICOLORE AL VENTO  
SULLA CIMA DELL'ANTOLA**

*In tanti siamo saliti in Antola portando il tricolore: anche quest'anno associazioni, gruppi, famiglie e tanti bambini, hanno risposto al richiamo di Federico e Silvia, gestori del rifugio parco Antola e dei loro collaboratori, per il 74° ANNIVERSARIO DELLA LIBERAZIONE: "per ricordare i valori della RESISTENZA per celebrare quanti si sacrificarono per la LIBERTÀ, per affermare il valore della PACE, per testimoniare la speranza nel FUTURO, per stare assieme in ALLEGRIA!"*

*Nonostante il cielo plumbeo che non prometteva nulla di buono e un fortissimo vento, alle 11 ci siamo ritrovati in vetta per la COMMEMORAZIONE dei Partigiani, delle Popolazioni delle valli Trebbia, Scrivia e Borbera e di quanti combatterono e caddero su questi monti tra il 1943 il 1945; è seguita la benedizione e la deposizione della corona al monumento e alla targa restaurata dedicata a Guido Rossa.*

**ELEZIONI COMITATO FIE LIGURIA**

Presidente: Paolo Puddu (Atl Coop)

Vice Presidente: Emanuele Roccatagliata (Contrin)

Consiglieri: Claudio Monteverde (Osservatorio Raffaelli)  
Santina Timossi (Croce del Sud) - Guido Zampieri (GREG) -  
GianCarla Casagrande (G.A.U) -  
Gianbattista Debillio (Contrin) - Antonio Venezia (Atl Coop)  
- Graziano Valenti (G.E. Scarponi)

Consiglio dei revisori dei Conti: Dr. Giorgio Medicina Revisore Ufficiale, Agostino Colombo

**ELEZIONI FIE****CONSIGLIO FEDERALE****Presidente Federale:**

Domenico Pandolfo

**La Giunta:**

Bonavero Germano

Duglio Giovanni

Garofalo Giulia

Mandelli Massimo

Chiesa Lorenzo

Pedrosi Grazia

**CONSIGLIERI :**

Negri Giuseppina

Peli Marco

Rocci Fabrizio

Munaretti Antonio

Corgi Enrico

De Bortoli Mariagrazia

Gallotti Gianfranco

Ragnoli Roberto

Dalla Barba Vittorino

Capanni Alessio

Manetti Cinzia

Silveri Pierangelo

Puddori Arcangelo

Pedrosi Grazia

Romeo Elvira

Donnarumma Salvatore

**Collegio Federale dei Revisori**

Riva Angelo Presidente

Fasano Raffaele Revisore

Falcioni Candido Revisore

**Collegio Federale dei Probiviri**

Ziliotto Tarcisio

D'Onofrio Bruno

Sala Romeo

# Da Portofino Vetta a Cala degli Inglesi

20 - 02 - 2019

Quante volte abbiamo dovuto rimandare la sortita sul monte di Portofino a causa del maltempo?

Si pensava già a qualche sortilegio ma, finalmente abbiamo potuto calpestare i suoi prestigiosi sentieri in una giornata di tempo perfetto, che di meglio non si poteva pretendere.

La sterrata, in parte ghiaiosa, ci ha portato dritti dritti alle Pietre Strette. Un cane pastore maremmano ci ha fatto compagnia zigzagando fra le nostre gambe, richiamato con tempismo dal suo padrone che ci seguiva.

Intorno erano evidentissimi i danni causati dalla bufera di vento che si era abbattuta sulla riviera ligure.

La televisione aveva fatto vedere i danni sulla costa; altrettanti sono successi sul promontorio dove ancora si possono vedere a terra una moltitudine di alberi aggrovigliati.

Come è noto, sul promontorio la tipologia degli alberi è suddivisa naturalmente a zone: i Castagni, le Acacie, i Pini marittimi e, come insolito rimboschimento degli anni '50, delle querce americane come la Quercia rossa e le Sequoie che, ora altissime, fiancheggiano lo sterrato che porta ripidamente alla località della Cappelletta.

Persino uno di questi giganti giace ora a terra, abbattuto dalla furia del vento. C'è stato un grande lavoro, ultimamente, per il perfetto ripristino di tutti i sentieri tanto che non abbiamo trovato nessuna difficoltà nel transito verso la nostra meta.

Nella zona della Cappelletta i terreni, tutti rigorosamente cintati a difesa dall'invasione dei cinghiali, sono molto curati con le colture in prevalenza di ulivi e vigneti, terrazzati e con le case che nei tempi erano di contadini, ora diventate lussuose ville per pochi eletti. Dalla zona della Cappelletta si gode una bella vista verso la sottostante Portofino mare e, lontano, tutta la riviera di levante.

Noi invertiamo la direzione di marcia e incominciamo a scendere verso la Cala degli Inglesi. Ora il sentiero si fa stretto e andiamo in fila indiana, incanalati tra muri a secco a monte e reti di termosaldato a mare.

Oltrepassiamo una zona cintata con all'interno delle strane architetture in legno alle quali non sappiamo dare un significato.

Giù, ora sempre più ripidamente, fermandoci sui dei pianerottoli di pietra a goderci la bella vista del

mare sottostante, ancora lontano. Nei punti più ripidi e senza riparo a valle sono posizionate delle catene, provvidenziali per la sicurezza.

Il sentiero a tratti corre sotto la galleria formata dalla macchia mediterranea e sempre più vicino si sente l'infrangere delle onde.

Ci avviciniamo all'acqua aggirando enormi massi di puddinga anche qui aiutati dalle provvidenziali catene. Ah, finalmente ci liberiamo degli zaini ... degli scarponi, mettendo al fresco i piedi nell'acqua cristallina del mare.

Pare d'essere nel paradiso terrestre. Una rilassante sosta ricca di chiacchiere; poi sveltamente, per quanto la salita ce lo ha permesso, siamo tornati sui nostri passi a guadagnare la zona fornita di tavoli, adatta per il pranzo.

Un elicottero sopra di noi faceva la spola a portare il materiale per la riparazione ancora in corso della strada costiera di Paraggi.

L'incontro fortuito con l'ingegnere che coordina i lavori di manutenzione del promontorio ci ha finalmente chiarito l'arcano di cui ho accennato.

Hai visto il luppolo? ... mi chiede. Cosa è? ... Non siete passati vicino alla zona con dei pali alti? ... Sì, e ci siamo chiesti che cosa fossero.

Allora ci ha spiegato che da alcuni anni è in corso, su una vasta area del promontorio, un progetto sperimentale per la coltivazione del luppolo per la produzione di una birra artigianale.

Ora le piante non si vedono perché sono "in letargo" ma appena incominceranno a svegliarsi, in poco tempo si svilupperanno in altezza fino a sei metri producendo la preziosa materia prima per la birra, con "risultati confortanti".

Riprendiamo la via del ritorno con una deviazione in località Crocetta verso la Costa dei Ghidelli per risalire verso Castelluccio, Pietre Strette e il ritorno a Gaixella, alle auto. Evviva il terzo tempo. Geniale!

bias





**GRUPPO SCARPONI**  
tel. 010 - 726.10.04 - www.grupposcarponi.it

affiliato  
alla



**PROGRAMMA Maggio - Giugno e anteprime mesi successivi**

**A.A.A.** Le escursioni potranno subire variazioni a causa del maltempo che ha martoriato la Liguria: potrebbero esserci zone interdette o inagibili. Verificheremo al più presto. Chiedere preventivamente informazioni ai capogita.

**MERCOLEDÌ 1 MAGGIO 2019 - VOLTAGGIO - CASA CAROSSINA - MOLINI DI FRACONALTO - (GITA E media)**

**Ritrovo:** Posteggio piscine ponte x

**Viaggio in auto:** Pontedecimo- Campomorone - Passo della Bocchetta - Voltaggio

**Itinerario escursionistico:** Voltaggio passo della Dagliola casa Carrossina ponte di San Giorgio Molini di Fraconalto  
**Salita/Discesa Totali** 600/500 m.

**Ore di cammino:** 5 - **Lunghezza:** km 12

**Capigita:** Guido Mauro 333 6013738  
Pino Bruzzi 3494372935

**SABATO 4 MAGGIO 2019 - BASANATA A PIANSAO**

Per informazioni e prenotazioni con caparra rivolgersi in sede entro e NON OLTRE venerdì 26 aprile 2019

**DOMENICA 5 MAGGIO 2019 - ANELLO VARIGOTTI NOLI - (GITA E media)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto:** da Genova autostrada A10 e uscita a Finale Ligure. Dall'uscita autostradale si scende sino alla S.S. Aurelia e si prosegue per Varigotti.

**Itinerario escursionistico:** Varigotti - Sentiero dei "Pellegrini" - Noli - Varigotti (percorso ad anello)

**Salita/Discesa:** 630 m circa

**Ore di cammino:** 6 circa - **Lunghezza:** km 12 circa

**Capigita:** Sergio Nivoi 331 3670408 -  
- Eligio Delogu 340 2659568 - Angelo Podda 347 0346420

**DOMENICA 5 MAGGIO 2019 - MOSTRA LEONARDO DA VINCI (GITA TURISTICA)**

**Ritrovo:** Bolzaneto (Locomotiva) ore 7.15

**Viaggio:** Autopullman GT per Vinci

**Capogita:** Raffa M. Antonietta 349 6714931

**MERCOLEDÌ 8 MAGGIO 2019 - ANELLO CALANCHI DI MERANA - (GITA- E- impegnativa)**

**Ritrovo:** posteggio presso la chiesa di Merana [ore 9.00] - San Biagio [ore 7.00].

**Viaggio in auto:** Autostrada uscita Altare - SP29 fino a Pontevicchio poi SP30 fino a Merana.

**Itinerario escursionistico:** Merana (297 m.)- Bric del Rocco (497 m.) - Passo Tappe (540 m.) - Tappe (540 m.) - Bric del Castello (628 m.) - Merana.

**Salita/Discesa Totali:** 582 m. - **Altitudini** da 297 a 643 m.

**Ore di cammino:** 6 - **Lunghezza:** km 18

**Capigita:** Renzo "il Cigno" 328 5483003 -  
Ivano Dessì 333 6116881 - Paolo Santi 3470369131.

**DOMENICA 12 MAGGIO 2019 - BOCCO DI LEIVI - SANT. DI MONTALLEGRO - (GITA E. breve)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto:** Autostrada Ge- Bolzaneto - Chiavari poi si

prosegue per Bocco di Leivi

**Itin. escursionistico:** Bocco di Leivi - Santuario di Montallegro

**Salita/Discesa:** 340 m. - **Ore di cammino:** 4

**Capigita:** Silvana Scotto 349 0890948

Gianfranco Rigo 347 2408994

**DOMENICA 12 MAGGIO 2019 - CAPRAUNA - MONTE ARMETTA - (Gita - E- Media)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto:** Cornigliano - Albenga - Ponte sul Neva - Colle di Caprauna.

**Itinerario escursionistico:** Colle di Caprauna 1379 m.-

Mad.della Guardia 1654 m. - Monte Armetta 1739 m. - Colle San Bartolomeo di Ormea 1439 m. - Mad. Guarneri 1260 m. - Colle di Caprauna

**Salita/Discesa:** 480 m.

**Ore di cammino:** 5 - **Lunghezza:** km.15

**Capigita:** Derio Dessì 377 2071195 -

Biasutti Franco 349 6665303

**MERCOLEDÌ 15 MAGGIO 2019 - FIORINO - BRIC DEL DENTE - CAMPOLIGURE (GITA EE molto impegnativa)**

**Ritrovo:** capolinea autobus a Fiorino (ore 08,30)

**Viaggio in treno e bus:** Treno, sino a Voltri, poi autobus di linea sino a Fiorino - Ritorno da campo ligure in treno

**Itinerario escursionistico:** Fiorino - Bric del Dente - Campoligure

**Salita/Discesa Totali:** 1.080 m. **Ore di cammino totali** 7/8-  
**Lunghezza:** km. 18

**Capigita:** Dessì Ivano 3336116881

Boeri Renzo 3285483003 - Santi Paolo 3890290946

**DOMENICA 19 MAGGIO 2019 - RUTA-MANICO DEL LUME- MONTE PEGGE-RAPALLO (GITA EE media)**

**Ritrovo:** Stazione f.s. Brignole ore 6.45 treno ore 07.20 per Recco

**Viaggio in treno e bus:** Brignole-Recco: capolinea Atp pullman N.75T. ore 8.15

**Itinerario escursionistico:** Passo della Ruta-Manico del Lume- M. Pegge- Rapallo

**Salita:** 723m - **Discesa** 970 m - **Ore di cammino** 6 escluse soste - **Lunghezza:** 16,8 km. - **Altitudini:** da 282 a 802m

**Capigita:** Guido Mauro 333 6013738

- Silvano Barbieri 339 4703823

**Note:** breve tratto attrezzato con catene

**MERCOLEDÌ 22 MAGGIO 2019 - COLLA SAN BERNARDO - MONTE GALERO - (GITA E (impegnativa)**

**Ritrovo:** Partenza da Genova [ore 7.00]-Autogrill Carcare est [ore 7.45]-Colle San Bernardo [9.00].

**Viaggio in auto:** Aut. Uscita Ceva-SS28 fino a Garessio-SP582 verso Colla San Bernardo (pale eoliche).

**Itinerario escursionistico:** Colle S. Bernardo (972 m.)- Bocchino delle Meraviglie (1.192 m.)-Passo delle Caranche (1.394 m.)-Passo alla Cima (1.709)-Prato del Poco (1.284 m.)-Colla S. Bernardo (972 m.).

**Salita/Discesa Totali:** 898 m. - **Ore di cammino totali:** 6

**Lunghezza:** km. 15,5 - **Altitudini** da 945 a 1.706 m.

**Capigita:** Mauro Guido 3336013738

Ivano Dessì 3336116881- Renzo "il Cigno" 3285483003

### **DOMENICA 26 MAGGIO 2019 - Sant'OLCESE – BUSALLA**

**- (GITA E media)**

**Ritrovo:** Bolzaneto Capolinea bus ATP per Sant'Olcese ( posti limitati sul bus ). In alternativa Piazza Manin con Trenino per Casella discesa a Tullo comune di Sant'Olcese

**Viaggio di andata in bus ATP per S.Olcese o trenino di Casella** discesa a Tullo comune di Sant'Olcese

**Viaggio di Ritorno:** in treno

**Itinerario escursionistico:** Sant'Olcese, Rifugio Ciaè, Crocetta d'Orero, passo dei Giovi , Busalla

**Salita/Discesa Totali** m.700

**Ore di cammino totali:** 6 **Lunghezza:** km. 14 circa

**Capigita:** Sergio Nivoi 3313670408

Graziano Valenti 335389355

### **MERCOLEDI 29 MAGGIO 2019 - MENDATICA – Monte SACCARELLO E RITORNO - GITA E (impegnativa)**

**Ritrovo:** Partenza da Genova [ore 6.00]-Mendatica (bar) [ore 8.30]-Colla San Bernardo [ore 9.00].

**Viaggio in auto:** aut. Uscita Albenga, SP 453 Ortovero, Ranzo, Vessalico, SP 3 Mendatica poi San Bernardo.

**Itinerario escursionistico:** Colle S. Bernardo (972 m.) - Pian dei prati (1.510 m.) - Margheria Garlanda (1.610 m.) - Cima Omo dell'Alpetta (2.030 m.) - Monte Cimanasso (2.070 m.) - Monte Saccarello (2.189 m.) - Altitudini da 1.257 a 2.189 m

**Salita/Discesa Totali :** 1.392 m **Ore di cammino totali:** 9

**Lunghezza:** km. 20

**Capigita:** Renzo "il Cigno" 3285483003

- Ivano Dessì 3336116881 - Paolo Santi 3470369131

### **DOMENICA 2 GIUGNO 2019 - CAPANNE DI COSOLA – Monte EBRO (GITA E breve)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto:** autostrada Ge- Bolzaneto uscita Arquata... poi si prosegue per Capanne di Cosola

**Itinerario escursionistico:** Capanne di Cosola-Monte Ebro

**Salita/Discesa Totali** 250 m. - **Ore di cammino totali:** 3,30

- **Lunghezza:** km. 9

**Capigita:** Silvana Scotto 349 0890948

- Gianfranco Rigo 347 2408994

### **DOMENICA 2 GIUGNO 2019 - ANELLO VALLENZONA – ALPE (GITA E media)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto:** Auto : Bolzaneto– autostrada – uscita Iso-la del Cantone- Vobbia - Vallenzona

**Itinerario escursionistico:** Vallenzona - pendici sud ovest M. Buio – Alpe - Vallenzona

**Salita/Discesa Totali** 600 m. **Ore di cammino totali** 6,00

- **Lunghezza:** km. 15 circa

**Capigita:** Cogni Angelo 3405330467

- Panetta Maria 3473263439

### **MERCOLEDI 5 GIUGNO 2019 - ANELLO VENDONE - CASTELL'ERMO - GITA E (media)**

**Ritrovo:** Vendone - Fraz. Leuso - P.zzale 20 Gennaio 1945 [ore 9.00] - San Biagio [ore 7.00].

**Viaggio in auto :** Aut. uscita Albenga-SP582 fino Albenga-SP453 verso Ortovero - SP35 fino a Vendone

**Itinerario escursionistico:** Vendone (495 m.) - Bivio (495 m.) -Pendici M. Pendjno (833[921] m.) - Pendici M. Nero (878 [977] m.) - Pendici di Castell'Ermo (1.009 [1.087] m.)- Bivio -Vendone

**Salita/Discesa Totali:** 798 m. - **Ore di cammino totali:** 6

**Lunghezza:** km. 14 - Altitudini da 384 a 1.009 m.

**Capigita:** Renzo "il Cigno" 3285483003

- Ivano Dessì 3336116881, Paolo Santi 3470369131

### **DOMENICA 9 GIUGNO 2019 - ANELLO DEL LICCIORNO VENTAROLA - M.RAMACETO - (GITA E media)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio auto :** Ge Bolzaneto- Staglieno -Bargagli Ferriere – Monleone – P.so della Scogliana-Ventarola :

**Itinerario escursionistico:** Ventarola 845m.-Bivio di Cian del Nelo 889 m. Bivio M.te Rondanara 10°4 m.-P.so di Ventarola 1103 m.- Bocca di Feia 1131 m.-Cappelletta del Ramaceto 1297 m.- P.so di Feia 1131m.-Quadrivio della Crocetta 877m.-Ventarola 845 m..

**Salita/Discesa Totali:** 452 m. - **Ore di cammino totali** 5,30

-**Lunghezza:** km. 13

**Capigita:** Derio Dessì 3772071195

- Podda Angelo 3470346420 – Guido Mauro 3336013738

### **MERCOLEDI 12 GIUGNO 2019 - ANELLO PONTE NESPOLO – M.TOBPIO (GITA EE impegnativa)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto:** Auto- Praglia -Capanne Marcarolo – Benedicta - Ponte Nespolo.

**Itinerario escursionistico:** Ponte Nespolo - Case Carossina - Monte Castiglione - Passo Dagliola - Ponte Nespolo.

**Salita/Discesa Totali:** m.800 - **Ore di cammino totali** 7

- **Lunghezza:** km. 17

**Capigita:** Giorgio Cetti 3332691126

- Ivano Dessì 3336116881

**Note:** EE solo per la salita al Castiglioni fuori sentiero.

### **DOMENICA 16 GIUGNO 2019 - CAMPOCECINA – M.SAGRO (ALPI APUANE ) - (GITA E media)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto :** Ge- Bolzaneto – Carrara – Gragnana - Castelpoggio - Campocecina – Foce di Pianza.

**Itinerario escursionistico:** Foce di Pianza 1279 m. - Valico di Foce della Faggiola 1464 m. - Capanne del Sagro - Monte Sagro 1749 m.

**Salita/Discesa Totali** 470 m. - **Ore di cammino totali** 5

**Capigita:** Derio Dessì 3772071195

- Biasutti Franco 3496665303 – Nivoi Sergio 3313670408

### **MERCOLEDI 19 GIUGNO 2019 - ANELLO LAGO LAME M. AIONA PASSI SPINGARDA E CEREGHETTO - (GITA E. IMPEGNATIVA)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto:** autostrada Bolzaneto Genova Est Bargagli passo della Scogliana Rezzoaglio Magnasco Lago delle Lame

**Itinerario escursionistico:** lago delle Lame m.1048 - passo Pre de Lame m.1537 - cima sud M.Aiona m.1688 - passo della Spingarda m.1551 - quadrivio Dragonale m1382 - passo Cereghetto m1470 - passo Pre de Lame lago Agoraie m.1350 - lago delle Lame

**Salita/Discesa :** m 900 - **Ore di cammino:** 8

- **Lunghezza:** km 16

**Capigita:** Santi Paolo 389 0290946

- Dessi Ivano tel. 333 6116881

**DOMENICA 23 GIUGNO 2019 - FONTANIGORDA-PASSO DEL GIFARCO - (GITA E breve)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto:** autostrada Ge-est - Molassana - Torriglia - Montebruno - Fontanigorda

**Itinerario escursionistico:** Fontanigorda - Passo del Gifarco (facoltativa la salita al monte Gifarco)

**Salita/Discesa Totali:** 370 m. - **Ore di cammino totali:** 4

**Capigita:** Silvana Scotto 349 0890948

- Gianfranco Rigo 347 2408994

**DOMENICA 23 GIUGNO '19 - ANELLO PIAN DELLE GORRE: RIF.GARELLI- RIF. PIAN DELLE GORRE- (GITA E impegnativa)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio in auto:** Borzoli - Autostrada - Autogrill Carcare ore 7.15 - uscita Mondovì - pian fei - chiusa Pesio - pian delle Gorre

**Itinerario escursionistico:** Pian delle Gorre - Gias sottano - Gias di sestrera soprano-Rifugio Garelli - Laghetto Marguareis - Gias sottano Marguareis - vallone del Marguareis - rifugio Pian delle Gorre

**Salita:** 937m /**Discesa** 935 - **Ore di cammino totali:** 6 escluse le pause - **Lunghezza:** km11,670

- **Altitudini:** da 1040a 1966 m

**Capigita:** Guido Mauro 3336013738

- Silvano Barbieri 3394703823

**LUNEDI 24 GIUGNO 2019 - GIRO DEL POSTINO - (GITA E impegnativa)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop) , Bar solito di Montebruno

**Viaggio in auto:** Bolzaneto, GE est, Bargagli, Montebruno, Gorreto, Zerba, fondovalle per Belnome.

**Itinerario escursionistico:** Torrente Boreca 676m - Artana 1135m - Cappelletta San Rocco 1152m - Casa del Nitto 1115m - Bogli 1099m - Mulino di Suzzi 781m - Suzzi 965m - Pizzonero 1033m - Belnome 875m

**Salita/Discesa Totali:** 1100 m - **Ore di cammino totali:** 6

- **Lunghezza:** km. 15

**Capigita:** Biasutti Franco 349 6665303

- Tavella Gianna 347 8090659

**MERCOLEDI 26 GIUGNO 2019 - GORRETO BERTONE - Monte ALFEO - (GITA E MOLTO IMPEGNATIVA)**

**Ritrovo:** area parcheggio ex Hotel S. Biagio (ipercoop)

**Viaggio :** autostrada Bolzaneto - Genova Est - Bargagli - Torriglia - Montebruno - Gorreto

**Itinerario escursionistico:** Gorreto m 533 - Bertone m.1068

- bivio per pendici est Alfeo m 1250 - m.Alfeo m 1651 -

pendici ovest m Alfeo - Bertone - Gorreto

**Salita/Discesa Totali:** m 1350 - **Ore di cammino totali:** 7

- **Lunghezza:** km. 15

**Capigita:** Santi Paolo tel 389 0290946

Dessi Ivano tel.333 6116881

**DOMENICA 30 GIUGNO 2019 - LAGHI DEL GORZENTE (GITA E breve)**

**Ritrovo:** Piscine di Pontedecimo

**Viaggio in auto:** Pontedecimo - Praglia (Prou René)

**Itinerario escursionistico:** Prou René - Pietra del Grano - Lago Lungo - Casa del Custode - Giogo di S.Martino -Prou René

**Salita/Discesa Totali:** 300 m. - **Ore di cammino totali:** 4 -

**Lunghezza:**km. 11

**Capigita:** Luciano Parodi 348 7687703

-Anna Nacinovich 348 3688843

**Note:** Alla casa del custode alle ore 11.30 si svolgerà la S.Messa. Chi vuole, potrà usufruire del pranzo allestito dalla Parrocchia di Isoverde a 15€ (prenotarsi entro il 21 giugno)

**MERCOLEDI 3 LUGLIO 2019 . VAL D'INFERNO – M. ANTO-ROTO - GITA E. (impegnativa) -**

(organizzata dal CAI – Sez. di Garessio)

**Ritrovo:** Genova [ore 7.00] - Garessio (bar) [ore 8.30/9.00]

-Valdinferno [ore 9.30].

**Viaggio in auto:** Autostrada uscita Ceva-SS 28 fino a Garessio, poi Valdinferno.

**Itinerario escursionistico:** Arzeno (587 m.) - Pian di Oneto (800 m.) - P.so della Biscia (895 m.)- M. Chiappozzo (1.086) - Piani di Chiappozzo (680 m.) - Arzeno

**Salita/Discesa Totali:** 922 m. **Ore di cammino totali:** 5.

**Lunghezza:** km. 12 - **Altitudini:** da 1.213 a 2.134m

**Capigita:** Renzo il Cigno; 3285483003

- Ivano Dessì 3336116881 - Paolo Santi 3470369131

**DOMENICA 7 LUGLIO 2019 - VALICO DEGLI EREMITI – LAGHI DELLA LAVAGNINA - (GITA E breve)**

**Ritrovo:** Area parcheggio piscine Pontedecimo

**Viaggio in auto:** Pontedecimo-Passo della Bocchetta-Voltaggio-ValicoEremiti.- ! km direzione Bosio.

**Itinerario escursionistico:** Colle Eremiti- Laghi lavagnina

**Salita/Discesa Totali** 200 m. - **Ore di cammino totali :** 3

- **Lunghezza:** km. 6

**Capigita:** Cogni Angelo 3405330467

- Panetta Maria 3473263439

**MERCOLEDI' 10 LUGLIO 2019 - ANELLO LAGO GIACOPIANE – MONTE AIONA - GITA E (media)**

**Ritrovo:** Genova [ore 7.00] - Borzonasca nei pressi della chiesa [ore 8.00] - Lago Giacopiane [ore 9.00]

**Viaggio in auto:** Autostrada uscita Lavagna – SP586 fino a Borzonasca - proseguire dopo l'acquisto dei permessi

**Itinerario escursionistico:** Lago di Giacopiane (973 m.) - allaccio con strada Perlizzi-M.Aiona (1.350 m.) - Rif.

M.Aiona (1.480 m.) - P.so della Spingarda (1.546) - M.Aiona (1.701 m.) - P.so Prè de Lame (1.550 m.).

**Salita/Discesa Totali:** 736 m. - **Ore di cammino totali:** 6

- **Lunghezza:** km. 17 - **Altitudini** da 973 a 1.683m.

**Capigita:** Renzo "il Cigno" 3285483003

- Ivano Dessì 3336116881 - Paolo Santi 3470369131

## **SOGGIORNO AL RIFUGIO GRANERO VAL PELLICE 20-21 LUGLIO 2019**

**Viaggio in auto:** Autostrada :Bolzaneto-Torino-  
Pinerolo-Torre Pellice-Villanova

**Itinerario escursionistico del 20 Luglio:** Villanova  
(1225 m) - Rif. Jervis (1732 m) - Conca del Prà (2060  
m) - Rif. Granero (2377 m)

**Salita Totali** 1152 m. **Ore di cammino totali** 4

**Itinerario escursionistico del 21 Luglio:**

escursione in zona

**Capigita:** - Luciano Parodi 348 7687703

- Anna Nacinovich 348 3688843

**Note:** Prenotazioni entro il 14 giugno 2019 con caparra di 15  
€, non restituibili, per mezza pensione (soci CAI 40€ non soci  
49€) al Rif. Granero.

Portare sacco a lenzuolo e torcia. MAX 25 partecipanti

## **GIRO DEI RIFUGI DELL' ALTA VIA DELLA VAL MALENCO DAL 28/8 AL 4/9 2019**

**Itinerario escursionistico:** dalla strada per Primolo

<http://www.paesidivaltellina.it/rifbosio/index.htm>

Rif. Bosio h3,30

[http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco2/  
index2.htm](http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco2/index2.htm)

Rif. Porro h7,00

[http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/  
giorno3.htm](http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/giorno3.htm)

Rif. Chiareggio h7,00

[http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/  
giorno4.htm](http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/giorno4.htm)

Rif. Palù h7,00

[http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/  
giorno5.htm](http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/giorno5.htm)

Rif. Marinelli h8,00

[http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/  
giorno6.htm](http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/giorno6.htm)

Rif. Bignami h4,00

[http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/  
giorno7.htm](http://www.paesidivaltellina.it/altaviavalmalenco/giorno7.htm)

Rif. Cristina h6,00

[http://www.paesidivaltellina.it/caspoggio/  
prabellocaspoggio.htm](http://www.paesidivaltellina.it/caspoggio/prabellocaspoggio.htm)

auto h4,00

recupero auto a Santa Elisabetta di Caspoggio

**Salita/Discesa Totali:** 6.390 m circa

**Ore di cammino totali:** 46 circa

**Lunghezza:** km. 100 circa

**Capigita:** - Renzo "il Cigno" 3285483003

- Ivano Dessi 3336116881 -

- Franco Biasutti 3496665303

**Note:** 7 rifugi in 8 giorni (gite E EE impegnative)

**Descrizione:** anello dell'AV dei Rifugi della Valmalenco posi-  
zionati ad altitudini dai 2000 ai 3000 m.

## **MATERA CAPITALE Europea della CULTURA '19 (dal 21 al 25 Settembre)**

Per info: **Graziano Valenti** 335389355

**Aldo Bruzzone** 3492462278

## **CONCORSO DOLCE VENERDÌ 3 MAGGIO**

Si ricorda ai partecipanti che dovranno conse-  
gnare i loro dolci entro le ore 20,30 dello stesso  
giorno per concedere alla Giuria  
il tempo per la valutazione.

## **DOMENICA 12 MAGGIO IL COMUNE DI CAMPOMORONE organizza**

### **"MANGIA E CAMMINA" passeggiata enogastronomica a tappe (circa 10 km)**

Il Gruppo Scarponi accompagnerà i partecipanti  
lungo il percorso: partenze ogni 10 minuti  
con inizio alle 9,30 dal Cabannun

INFORMAZIONI presso la Biblioteca di Campomorone  
Per chi vuol partecipare: ISCRIZIONI OBBLIGATORIE  
dal 29 Aprile al 9 Maggio

## **PRANZO A BASE DI PESCE - Sabato 25 MAGGIO Ristorante "LA DARSENA" A RAPALLO**

**Prenotazioni entro Venerdì 3 Maggio con caparra**

5 antipasti - 2 primi - 1 secondo

Dolce caffè vino acqua - 36 €

## **SOGGIORNO a CA' ZENA 28 luglio - 4 agosto**

Per la partecipazione al soggiorno è neces-  
sario prenotarsi con acconto di € 50  
(comprensivo di tessera dell'Ass. Ca' Zena)  
entro il 15 Maggio

Referenti: Luisa Pedemonte 3493615249  
Silvana Scotto 349 0890948

## **SOGGIORNO A PIANETTO IN VAL SOANA PRESSO LA CASA ALPINA DON CABONA 7 - 8 SETTEMBRE 2019**

**Capigita:** Luciano Parodi 348 7687703

Anna Nacinovich 348 3688843



# **SEMMO DA GHENGA**

n° 3

Redazione e Fotocomposizione:

Maria Luisa Cassano e Giacomo Basso

**Si attende un contributo di articoli e foto !!!**

[mlcassano@alice.it](mailto:mlcassano@alice.it) oppure [giacomo.basso46@gmail.com](mailto:giacomo.basso46@gmail.com)

e-mail segreteria: **SCARPO04@grupposcarponi.191.it**