



AFFILIATO F.I.E.

Gruppo Trekking Bagno a Ripoli



DOMENICA 12 GENNAIO 2025

LA SPEZIA FOCE – RIOMAGGIORE

RITROVO: giardini Nano Campeggi Bagno a Ripoli ore 7.00 - Firenze Nord ore 7.15

TRASFERIMENTO: PULLMAN COSTO 18 + TRENO 2,70 Riomaggiore -La Spezia

COLAZIONE : AUTOGRILL VERSILIA **PRANZO AL SACCO**

DIFFICOLTA': "E " **EQUIPAGGIAMENTO:** da escursione (scarponi con suola ben scolpita, bastoncini, acqua, abbigliamento consono alla stagione).

PERCORSO: LA SPEZIA FOCE - MONTE PARODI-BIVIO
BRAMAPANE – TELEGRAFO – RIOMAGGIORE
km 12,7; salita 476 m - discesa 639 m

SENTIERI: Alta Via del Golfo (AVG), Alta Via 5 Terre, sentiero 530, Sentiero Verde Azzurro (SVA)

L'escursione inizia dalla località La Foce (230 m) percorrendo il sentiero AVG a tratti su strada asfaltata fino a raggiungere l'inizio del sentiero 523 che ci conduce al Monte Parodi con viste suggestive su tutto il Golfo e sulla corona della Alpi Apuane. Sulla cima si trova una fortezza militare risalente alla seconda guerra mondiale. Si continua poi per il bivio di Bramapane e si percorre il Alta Via Terre fino al colle del Telegrafo. Da qui si procede sul sentiero 530 sino al santuario Madonna di Monte Nero. Si prosegue su sentiero Liguria (SVA) fino all'arrivo. **All'ultimo bivio per il monte Parodi è possibile fermarsi e aspettare il gruppo che salirà sul monte risparmiando così km.1,5 e m.50 di dislivello.**

Provata da: Alberto, Claudia, Vinicio, Paolo e Lucia

Per info e prenotazioni: Claudia 3496690815, Vinicio 3881769260,
Alberto 3402254123, Paolo 3384290262 solo in presenza o whatsapp
Carta escursionistica. CINQUE TERRE GOLFO DELLA SPEZIA n. 21 Geo4map

