



**GRUPPO TREKKING BAGNO a RIPOLI**



Affiliato F.I.E

**DOMENICA 12 GENNAIO 2020**

## LERICI E DINTORNI: IL MARE D'INVERNO

Prova escursione 26.11.2019 : Claudia , Vinicio, Rita, Roberto, Mauro, Carlo, Paolo

**RITROVO:** ore 7,00 parcheggio giardino Nano Campeggi. **ore 7,15 Firenze Nord**

**LUNGHEZZA:** 11 Km **DISLIVELLO** salita 550 m. discesa 480 m.

**DIFFICOLTÀ: E**

**TRESFERIMENTO: PULLMAN**

**DURATA:** 6 ore circa (comprehensive di soste)

**PRANZO:** a sacco **E' NECESSARIO FORCHETTA E BICCHIERE**

**EQUIPAGGIAMENTO:** scarponcini con suola scolpita, abbigliamento adeguato alle condizioni meteo del momento, zaino, consigliati i bastoncini.

Il nostro percorso è una attraversata con partenza da Ameglia e arrivo al borgo di Lerici tra terrazzamenti , ulivi, corbezzoli e vegetazione varia. Da Ameglia (89m) prendiamo il sentiero 424 fino alla località Zanego (266m) e da qui il sentiero 433 e successivamente, ad un bivio, il sentiero 439 per raggiungere con una scalinata decisa il piccolo e antico borgo di Tellaro, considerato fra i borghi più belli d'Italia. Potremo percorrerne i vicoli per giungere al porticciolo e fare una piccola sosta. Proseguiamo per la bella baia di Fiascherino, goderne il panorama e riprendere il sentiero che lungo una breve salita porta ai ruderi di Barbazzano (110 m), piccolo borgo murato già menzionato nel 981. Nel XIV sec. la peste provocò l'abbandono del borgo e camminare (con attenzione) fra queste vecchie pietre suscita un senso di tristezza per l'incuria del luogo. In alcuni punti è possibile scorgere anche le piccole insenature e spiaggette. Si continua con il sentiero 464 fino al borgo di Serra (210m) che vale la pena di visitare in quanto offre un piccolo assaggio dei vicoli detti "budelli" tipico dei paesi liguri. Si inizia a scendere verso Lerici con il sentiero 433 godendo di un panorama sul Golfo dei Poeti abbracciando con lo sguardo l'isola di Palmaria con Tino e Tinetto e in lontananza il bel borgo di Portovenere. Raggiungiamo la piazza principale di Lerici percorrendo la bella scalinata in mattoni rossi.

**Coordinatori:** Claudia 3496690815 / Vinicio 3881769260 / Paolo G. 3384290262



PARCO NATURALE REGIONALE DI MONTEMARCELLO - MAGRA - VARA

PARCO NATURALE REGIONALE DI MONTEMARCELLO - MAGRA - VARA

Lerici

Ameglia

Tellaro

Fiume Magra

Montemarcello

Mezzadello

Montemarcello

Montemarcello