



Via del Sale

da Capanne di Cosola a Santa Margherita Ligure

29-30 aprile – 1 maggio 2018

Itinerario in tre tappe per un totale di circa 72 km con partenza da Capanne di Cosola ed arrivo a Santa Margherita Ligure, da effettuarsi nei giorni di domenica 29 aprile, lunedì 30 aprile e martedì 1° maggio 2018. E' prevista la sistemazione in albergo con trattamento di mezza pensione a Torriglia (Hotel Posta e Villa Tiffany) e a Colle Caprile - Uscio (Albergo Bell'Aria e Albergo Lago Nero Uscio). Durante l'escursione ognuno dovrà provvedere a piccoli rifornimenti individuali, in base alle proprie esigenze. Lungo l'intero svolgimento della nostra "impresa", potremo contare sulla presenza di un'auto e un furgone al seguito, per ogni eventuale necessità. Essa trasporterà vivande, materiale di supporto e il bagaglio dei partecipanti; quest'ultimo, per ovvie ragioni di spazio, dovrà essere limitato al minimo indispensabile, in una borsa di dimensioni contenute.

1° tappa: Capanne di Cosola – Torriglia Km. 22,700 disl.: + 630 - 1360

Partenza alle 6,45 da Voghera, sosta a Varzi per chi desidera il caffè o una grappa, arrivo a Capanne di Cosola alle 8,30 circa: qui inizia l'avventura.

Nel primo giorno si percorre un itinerario bellissimo che si snoda sui crinali fra le Valli Borbera, Boreca, Trebbia, Scrivia. Soprattutto sulle pendici del Monte Antola, il cui nome deriva dal greco "anthos" = fiore, si potrà osservare la fioritura di specie quali: l'Asfodelo, l'Arnica montana, il botton d'oro, le genziane (lutea e kochiana), i gigli (rosso e martagone), numerose orchidee ed il narciso selvatico. Quest'ultimo tappezza intere praterie ma, ad inizio maggio, non avrà ancora raggiunto la piena fioritura. Le altitudini maggiori le troviamo al Passo Cavalmurone (1600), ai monti Carmo (1640), Tre Croci (1559), Antola (1597). Dopo aver percorso circa 8 km,

s'incontra un posto di ristoro (Capanne di Carrega 1436) dove sarà possibile rifocillarsi o, in casi estremi, chiamare...un taxi e farsi riaccompagnare a casa. Il tratto che affronteremo dopo la sosta é soggetto a repentini mutamenti delle condizioni metereologiche: é indispensabile, quindi, una buona attrezzatura impermeabile. Particolare attenzione bisognerà prestare nel tratto Case Antola - Torriglia: in circa 8 km di percorso si scende da quota 1550 a quota 767, su fondo molto sconnesso e scivoloso in caso di pioggia. Calcolando alcune brevi soste ed una andatura tranquilla, si impiegheranno circa 7/8 ore per raggiungere Torriglia e l'Hotel Posta, dove si consumerà la cena e si trascorrerà la notte.

SEGNAVIA: quadrato blu - rettangolo VM bianco/rosso - due palline gialle

DISTANZE e DISL. (in salita): Cap.Cosola – Cap.Carrega: km 8,4 disl +214- Cap. Carrega- M. Antola: km 6,4 disl +351- M.Antola - Torriglia: km 7,900 disl +65

2° tappa: Torriglia – Uscio: km 23,250 dislivello totale + 852 - 1215

Sveglia alle 7, colazione, quindi partenza alle 8 per la terza tappa: le vette più alte che raggiungeremo sono il Monte Lavagnola (m 1118), punto panoramico bellissimo, a circa duecento metri dal sentiero dell'Alta Via e il Monte Bragalla (m 864). Al bivio per Colla dé Rossi, dopo circa un'ora e trenta, incontreremo l'auto con i rifornimenti. Lascieremo l'Alta Via per percorrere un bel sentiero lungo il quale, a tratti, iniziano a comparire essenze tipiche della macchia mediterranea. Quindi, ci porteremo su una scorciatoia che da Sant'Alberto conduce direttamente a Casa Cornua evitando, sulla scorta dell'esperienza delle precedenti "Vie del Sale", il Monte Croce dei Fo ed il Monte Bado. Giunti a questo punto, si entra nell'abitato di Pannesi: si raccomanda a tutti di proseguire compatti e a stretto contatto con gli organizzatori, perché alcuni tratti del percorso non sono segnalati oppure lo sono in maniera inadeguata. Dopo circa 7/8 ore di marcia "tranquilla", lungo la quale non saranno mancate le soste, raggiungeremo gli alberghi in frazione Colle Caprile di Uscio: anche qui riusciremo a cenare e a depositare in qualche letto le nostre povere ossa.

SEGNAVIA:

Torrighia - M. Lavagnola: triangolo bordo giallo	km. 5,5	dislivello + 306
M. Lavagnola - Colla dé Rossi: AV bianco/rosso	km. 3,2	dislivello + 44
Colla dé Rossi - Colle Bragalla: quadrato blu	km. 4,7	dislivello + 291
Colle Bragalla - Sant'Alberto: 2 righe rosse	km. 2,2	dislivello + 51

Sant'Alberto - Case Cornua: **croce rossa** km. 3,8 dislivello + 160

Case Cornua – Colle Caprile: **VM bianco/rosso** km. 3,1 senza dislivello

3° tappa: Colle Caprile – Santa Margherita Ligure

Lunghezza: km 25,500 dislivello totale + 505 - 940

Solito “menu” iniziale: sveglia alle sette, colazione, foto di rito e partenza per l’ultima tappa che sarà una “pacchia” (si spera) in quanto il percorso è più dolce rispetto a quello dei giorni precedenti e l’altimetria non rilevante. Seguiremo la “Via del Mare”, sentiero segnalato fino a Ruta (m 256), a circa km 13 circa dalla partenza, con la solita bandierina bianco – rossa e con due cerchi rossi vuoti all’interno. Il percorso é abbastanza facile e offre bellissime panoramiche sul mare: attenzione, però, ai segnavia – in alcuni tratti non sono molto evidenti - per non “incappare” in qualche piccolo errore di percorso. Da Ruta a Portofino il sentiero é segnalato dalla solita bandierina bianco – rossa e da un quadrato rosso pieno. Da Pietre Strette si scende, in poco più di un’ora, sino a Portofino, poi si percorre il sentiero dei “Baci” e per lunghi tratti il lungomare, fino al raggiungimento della meta Santa Margherita Ligure: il paesaggio che si ammira é quello tipico delle coste liguri, con viste sempre più frequenti sul mare. In tutto la camminata dovrebbe durare circa sette ore, alla consueta andatura tranquilla e prendendosi il tempo per lo scatto di immagini ricordo o didattiche. Infine tutti felici e contenti (si spera) ritorneremo, adagiati tranquillamente sui sedili dell’autopullman, a Voghera (che tristezza)

SEGNAVIA:

(attenzione non sempre evidente soprattutto nei pressi della Colonia Arnaldi)

Colle Caprile - Ruta : VM bianco/rosso - 2 cerchi rossi

Lunghezza : km. 12,600 dislivello + 270

Ruta – Portofino: VM bianco/rosso – quadrato rosso

Lunghezza : km. 8,400 dislivello + 210

Portofino - S.Margherita Ligure: Lunghezza: km. 4,600 dislivello: + 40

Ritrovo : a Voghera al parcheggio della ex Caserma di Cavalleria **ore 6.45**

Responsabili organizzativi: Beretta Piercarlo 320/1550048 - Gatti Alfredo 328/2177267 - Pasotti Pierangelo 339/8785793 - Vischi Mauro 333/3894670

DIFFICOLTA' : E = ESCURSIONISTICA (tutte le tre tappe)

Costi: quota da versare all'iscrizione: 80 Euro **le adesioni definitive devono pervenire entro il 5 aprile.** Servirà principalmente a coprire le spese relative a: auto d'appoggio, copertura assicurativa (obbligatoria), cibi e bevande per le frequenti colazioni o merende durante il percorso, servizio di autopullman per il trasporto da Voghera a Capanne di Cosole e da Santa Margherita Ligure a Voghera. Oltre i 40 partecipanti (numero raggiunto) sarà possibile aggiungersi alla lista d'attesa.

Attrezzatura consigliata: scarponi o pedule, calzettoni pesanti, mantella impermeabile, pantaloni lunghi, zaino, vestiario di ricambio (anche scarpe di ricambio) cerotti ed altri presidi per la cura di vesciche o piccole ferite.

Partecipazione: è consigliabile la partecipazione a persone in buona condizione fisica e con un minimo di allenamento su percorsi medio-lunghi. Come è nello spirito delle nostre escursioni, non ci saranno "marce forzate": il tracciato sarà percorso ad andatura tranquilla, per consentire di osservare in modo approfondito i molteplici aspetti dei vari luoghi incontrati.

Pernottamenti : Hotel Posta Torriglia 010/944050 – Villa Tiffany (1° tappa): 50 €, 1/2 pensione , in camere doppie/triple.

Albergo Bell'Aria 0185/91270 – Uscio Lago Nero (2° tappa): 50 €, 1/2 pensione, in camere doppie/triple.

Regole di comportamento: attraverseremo ambienti ricchi di stupende fioriture e territori abitati e coltivati: massimo rispetto, dunque, per la natura che ci circonda e per il lavoro altrui, evitando di lasciare "tracce" del nostro passaggio. Prudenza prima di mettere le mani nell'erba o nei cespugli e prima di sedersi su sassi o coricarsi nei prati (magari in preda ad attimi di sconforto, dovuti alla stanchezza): in questi territori sono presenti le vipere, che in questo periodo potrebbero essere già ben sveglie. È consigliabile, per la propria sicurezza, non marciare da soli: in caso di difficoltà, mettersi subito in contatto telefonico con i responsabili organizzativi dell'escursione.

Per agevolare l'organizzazione si prega di comunicare l'intento di partecipazione il più presto possibile