

PROGRAMMA ESCURSIONI GRUPPO SENIORES ANNO 2023

REV. 9

Gennaio	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Giov. 12 Treno	Camogli - S.Rocco - Punta Chiappa – Batterie - S.Rocco - Camogli	Oliveri, Grimaldi	Disl. 500 m, 8 km, 4 h, diff.E labter@parcodiportofino	Oliveri
Giov. 19 Auto: 45 km, 1 h	Ciaspolata Passo del Faiallo (m 1.044) - Rif. Argentea (M 1.088) Anello parziale Parco del Beigua	Faita, Picasso	Diff. EAI, disl.300 m, 5 h. La gita può essere fatta con o senza ciaspole a seconda delle condizioni di innevamento.	Faita
Giov. 26 treno	Traversata da Chiavari a Rapallo	Aquila, Cardini	Diff=E, disl.= 700 m, 14.5 km, 6 h (passando per S. Pier di Canne, Maxena, M. Castello).	Aquila
Febbraio	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Giov. 2 Auto: 50 km,1h 15'	Passo della Scogliana - M. Caucaso – Barbagelata - Passo della Scogliana	Oliveri, Pontiggia	Disl.420 m, 10 km, 4 h, diff.E Giro ad anello A13	Oliveri
Giov. 9 Auto e mezzi pubblici 2 km, 30min.	Acquedotto storico genovese, da Cavassolo a Molassana compreso l'Anello del Geirato (parte dell'acquedotto del '600)	Tincani, Lombardo Aquila	Diff. E, disl. 300 circa, ore 6, Km	Aquila Tincani
Giov. 16 Auto 10 km, 25', o bus	Nervi – Laghetti di Nervi - M. Cresta del Monte Moro (600 m) -Nervi	Cardini, Daneri	Diff=E, disl.= 700 m, 10 km, 5h e 30'	Cardini
Giov. 23 Auto e mezzi pubblici.2 Km	Acquedotto storico genovese – Da Molassana a Staglieno, Manin e Porto Antico	Aquila, Casto	Diff. E, disl mt. 300 circa, , 15 km, ore 7 circa	Aquila
Marzo	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Giov. 2 Auto: 30 km, 50'	Anello delle Giutte - Pietra di Issel	Picasso- Bonavera	Disl. 570 m, 12 km, 4 h 30'-diff.E	Picasso
Giov. 9 Treno	Bonassola - Monte Rossola - Levanto	Pontiggia - Morello	Disl. 500 m, 8.3km, 4 h-diff.E	Picasso

Giov. 16 Auto Auto a Eril 106 km, 1h 30'	Montevergine da Gazzo Erli	Negrini- Grimaldi	Diff. E, disl 590 m, 15.5 km, 6 h	Faita Cime sul Mare n 22 pag 132
Giov. 23 Auto:45 Km; tempo 1,10 h	Anello dei laghi di Lavagnina (350 m)dal Valico degli Eremiti (569 m)-Alto Ovadese	Faita, Casto	Diff. T/E , disl. 350 m, 16,5 km, 4 h 30'	Faita
Giov. 30 Auto 40 km,50'	Anello Monte Schigonzo, Monte Proventino	Picasso, Pontiggia	Disl. 460, 9 km, 4 h 15'-diff.E	Picasso
Aprile	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Giov.6 Auto: 23 km, 50'	Anello alta valle di Sorì: Case Becco - M. Becco - M. Bado–Hospitalis - Case Becco	Oiveri Morello	Diff. E, disl. 450 m, 10 Km, 5 h	Oliveri
Giov. 13 Auto 30 km 50'.	Laghi del Gorzente (885 m) da Trattoria La Chelina (680)	Grimaldi, Cardini	Diff. E, disl. 500 m, 14 km, 5 h	Cardini
Giov. 20 Auto 85 km, 1 h 45'	Caldirola - M. Giarolo - M. Pané - Caldirola (Val Curone)	Tincani, Maestroni	Diff. E, disl. 670 m, 12.5 km, 4.5 h	Tincani
Giov. 27 Auto: 33 km, 40'	Anello Ronco Scrivia	Picasso, Morello	Diff. E- ore 5,45 – Disl.510 - -km 12,3	Picasso
Maggio	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Gio 4 Auto: 30 km, 50'	Anello del Monte Maggio: da Colonia monte Maggio	Picasso, Gavotti	Disl.500 m, 8 km, 4 h 30'-diff.E	Picasso
Gio 11 Auto:60 km, 1h 15'	Faie– M. Beigua (1286 m) – Monte Sciguello - Faie (Parco del Beigua)	Aquila, Bonavera	Diff. E, disl. 870 m, 15.5 Km, 5 h	Aquila Cardini
Gio 18 Auto 90 km, 1h 50'	Anello villaggi di pietra (Val Borbera)	Picasso, Florio	Disl.400 m, 10.3 km, 4h-diff.E	Picasso
Gio 25 Auto 140 km, 1h 40'	Anello Colonnata, cava Gioia, Monte Tamburone, Vergheto, Colonnata	Aquila, Oliveri	Diff. E, Disl. Mt. 475, lungh. Km. 7,80, cammino ore 5	Aquila

Giugno	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Merc. 1 Treno Busalla	Anello Busalla monte Zoccalo	Pontiggia Casto	Disl.360 m, 12.2 km, 4 h 30' - diff.E	Picasso
Gio 8 km 130 km, 1h 30'	Anello Pieve di Teco-Trovasta-Pieve di Teco	Picasso, Grimaldi	Disl.410 m, 12 km, 4 h 30'-diff.E	Picasso
Merc 14 - Gio 15 Auto km 360, 4h 30' (1 notte)	Da Passo Xomo: 52 gallerie del Pasubio Rif. Gen. Papa	Aquila, Faita	1) Diff. E, disl 700 m, 7 Km, 4h. 2) Diff.E, 6h, disl. 500m a salire e 800 m a scendere, 12 km	Aquila
Gio 22 Auto 80 km via Fontanabuona. Via Chiavari 100 km / uguale ore 2	Casermette del Penna - Incisa - M. Nero -M. Aiona - Rif. Di Pratomollo con pranzo - Incisa - Casermette	Cardini, Negrini	Di.ff E, disl. 500 m, 13 km, 5h 30'	
Merc. 28 e Gio. 29 Auto: 234 km, 2h 45'	Monte Zerbion (2722 m) da Barmasc (1897 m) Val d' Ayas	Rasoli, Gavotti	Diff. E, disl. 822 m, 12 km, 6 h - Sentiero 105	Rasoli
Luglio	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Giov. 6 Auto 175 km, 2h 30'	Palanfré - Laghi di Frisson da Vernante	Negrini, Aquila	Disl. 700 m, 5h al lago Superiore - altezza 2.127 -diff.E	
Agosto	Nessuna attività			
Settembre	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Auto, merc 6, giov. 7, venerdì 8 (2 notti) 180 km, 2h 30'	Da terme di Valdieri: Rif. Questa 1 notte + Rif. Livio Bianco 1 notte	Aquila, Faita,Oliveri, Grimaldi	1) Diff. E, disl.870 m, 10.5 km, 5 h 2) Diff. E, disl.650 salita e 1020 discesa, 16.5 km, ore 8 3) Diff. E, disl.980 m in discesa, 8 km,- ore 3	Aquila
Giov. 14 Auto 64 km, 1 h 40'	Anello Monte Berga - Val Borbera	Picasso Grimaldi	Disl. 420, 9.3 km, 4 h-diff.E	Picasso

Merc.20-Gio 21 Auto, totali 420 km (1 notte)	1) Monte La Nuda dal Passo del Cerreto 2) Monte Cusna (2120 m) da Febbio (Pian Vallone)Appennino Tosco Emiliano (anello) 2A) Rifugio Cesare Battisti (H.1.765)+Lago Bargetana (H1800 circa) da Febbio (escursione di riserva)	Oliveri - Morello, Aquila	1) Diff.E, disl. 640m, 10 km, 5 h 2)diff.E oppure piccolo tratto EE- Disl. 850 m, 12 km, 6h- 2A) diff. E – Km 10 -Disl. 560 mt -4,45 h (sentiero 615) (al lago Bargetana + disl. 60mt- 45 minuti A/R- Km 1)	Oliveri
Giov. 28 Treno Busalla	Anello Busalla - Chiappari Busalla	Picasso Ricca	Diff.E, disl 440 m, 9 km, 4h 30'	Picasso
Ottobre	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Giov. 5 Auto 50 km, 60'	Antico cammino del Minatore e anello della Comarella in Val Graveglia: Corte di Reppia-miniere di Gambatesa-Mte Comarella -Reppia	Picasso Oliveri	Disl.300 m, 8 km, 3h-diff.E	Picasso
Giov. 12 Auto: 16 km, 30'	Viganego (480 m) – Terrusso - Colle Speranza – M. Croce di Fò (980 m) – radiofaro Bargagli – Viganego	Cardini Faita	Diff. E, disl 500 m, 8 km, 3.5 h	Cardini
Giov. 19 Auto 80 km, 1h 30'	Riserva Naturale dell'Adelasia: sentiero 3 e2 Ingresso- Rifugio Miera -Cima Chiappa – Rocca Adelasia	Oliveri Grimaldi	Disl. 400 , 9 km, 4 h-diff.E	Oliveri
Giov. 26 Auto 65 km, 1h 10'	Foresta della Deiva (Giro ad Anello Foresta di Sassello)	Tincani - Faita	Diff. E, disl.250, 11.5 km, 5h	Tincani
Novembre	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Giov. 2 Treno per Acquasanta	Anello Della Baiarda (Sentiero Frassati) Diff. E/EE-Sentiero F1: EE-Sentiero Carlo Poggio: E/EE Discesa: E	Faita - Pontiggia	Diff. E/EE (variante A), disl 520 m, 4h	Faita Appenn. Genov. n 6 , pag 30- partenza staz. Acquasanta
Giov. 9 Auto 40 km, 50'	Castagnata al Monte Reale da Minceto	Morello Florio	Diff. E, disl. 450 m, 6 km, 3 h	Faita
Giov. 16 Treno (and. Voltri /rit. Arenzano) + bus (Crevari)	Da Crevari a Arenzano	Picasso Aquila	Disl. salita 410 m / discesa 540 m, 9 km, 4 h 30'-diff.E	
Giov. 23 Auto 40 km, 1 h o treno	Campoligure - Pra del Lupo -M.te Pracaban – Prà della Colla - Campoligure	Faita Cardini	Diff. E, disl 650 m, 10 km, 5 h	Faita: Appennino Genovese n 23 pag 64

Giov. 30 Treno	Recco – Verzemma - mt Castelletto – S.Apollinare -Sori	Oliveri Bartolucci	Disl. 550 m, 10 km, 5 h	Oliveri
Dicembre	Meta	Referenti	Riferimento documentazione e note	Proponente
Giov. 7 Auto 15 km, 30' o treno	Partenza da staz. FFSS di Pontex Pontex-Gaiazza-Mad. Della Guardia	Faita Negrini	Diff. E, disl. 730m, 5 h	Faita Appennino genovese, n. 53, pag. 149.
Giov. 14 Auto 5 km, 20' o bus	Anello di Geirato-Geirato-Croce di San Siro-Colle di Creto-Castello di Pino -Geirato	Cardini Casto	Diff E, disl. 600 m, 12 km, 5 h	Cardini
Giov.21 Auto 41 km, 1 h 20'	Anello di Pentema	Aquila Tincani	Diff. E, disl. Mt. 485, Km 10 circa, 4 ore circa + ore 1,5 per la visita al Presepe di Pentema	Aquila