



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE LIGURE
GRUPPO SENIORES



Escursione sociale del 24 marzo 2022

Vernazza – Corniglia – Volastra - Manarola

Dislivello	650 m circa
Lunghezza	10 km circa
Tempo di marcia	4,5 ore circa
Difficoltà	E (Il sito del Parco 5 Terre definisce molti sentieri come EE, ciò è dovuto più alla loro pendenza e alla presenza di scalinate che a vere difficoltà escursionistiche)
Attrezzatura	Abbigliamento adeguato alla stagione ed alla quota, scarponcini e, consigliati, bastoncini da trekking.
Precauzioni per COVID	Green Pass rafforzato obbligatorio- Autocertificazione già compilata- Mascherina- Gel disinfettante a base alcolica. Se avremo più di 20 iscrizioni, saranno composti due gruppi di non più di 20 partecipanti (+ i coordinatori). Si potranno quindi accettare fino a 40 iscrizioni (+ i coordinatori).
Ritrovo	Alla stazione FFSS di Vernazza alle ore 9:30
Accesso	Consigliato treno R 12219 in partenza da GE Brignole alle ore 7:20. Tempo di trasferimento : 2h circa
Iscrizione gita	Rispondendo alla mail di convocazione entro martedì 22 marzo 2022 alle ore 15.

Descrizione: Usciti dalla stazione di Vernazza si percorre Via Roma fino a che a sinistra si trova un arco con l'indicazione per Corniglia. Si tratta del famoso sentiero verde-azzurro SVA (592 e 593) molto panoramico che si percorre seguendo le indicazioni fino a Corniglia (2 ore circa). Si imbocca, dietro la Chiesa di San Pietro e Paolo, il sentiero 587 per Case Pianca (250 m) lo si percorre fino ad incontrare il sentiero 586 proveniente da Volastra. Si percorre questo sentiero fino alla Chiesa di Volastra sul cui sagrato si trova posto per il pranzo.(1,5 ore da Corniglia, 3,5 ore da Vernazza). Da Volastra si scende ripidamente a Manarola dove si raggiunge la stazione FFSS.

Coordinatori gita e responsabili misure anticovid (ac)

Giorgio Aquila cell.: 338 1410216

Giampaolo Negrini cell: 335 7192064

I secondi coordinatori dei gruppi saranno individuati, se necessario, dopo la raccolta delle iscrizioni.

Note

Orario dei possibili treni per il ritorno: 15:27, 16:27, 17:27.