



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE LIGURE
GRUPPO SENIORES



Escursione sociale del 7 dicembre 2023
Campoligure-Prà del lupo-M. Pracaban-Prà della Colla-Campoligure

Dislivello	650 m
Lunghezza	12.5 km
Tempo di marcia	5 h
Difficoltà	E
Attrezzatura	Abbigliamento adeguato alla stagione ed alla quota, scarponcini e, consigliati, bastoncini da trekking.

Ritrovo	Alle 8:00 alla stazione ferroviaria di Campoligure.
Accesso	In treno delle 7:14 da GE Principe sino a Campoligure alle 7:54. In auto uscendo dall'autostrada a Masone e girando sulla statale a sinistra sino alla stazione di Campoligure

Iscrizione gita	Rispondendo a questa e-mail di convocazione entro martedì 5 dicembre alle ore 15.
PRECAUZIONI	Ricordiamo che l'attività escursionistica necessita di una discreta forma fisica, richiamiamo tutti i Soci ad una attenta autovalutazione delle proprie capacità attuali. I Coordinatori della Gita hanno l'autorità di non accettare nell'escursione coloro che, a loro giudizio, possono mettere a rischio la propria sicurezza e quella del gruppo.

Descrizione:

Dalla stazione ferroviaria di Campoligure (340 m) si va in direzione nord (in parte sulla statale con marciapiede) e poi, nel paese, dove, superati i rii Ponzema ed Angassino si giunge a via Franchizia dove inizia il segnavia "X gialla" che si seguirà fino in cima al M. Pracaban (948 m). Punti intermedi sono la sella Franchizia (658), le pendici a nord del M. Bellavista o il monte stesso (817 m) e la sella Prà del Lupo (835). La meta, le 2 cime gemelle del M. Pracaban, è molto panoramica e, con la fortuna di una giornata limpida, oltre alla valle Stura si vede parte della pianura Padana e dell'arco alpino occidentale.

Il tratto di ritorno dell'anello è una graduale discesa dal M. Pracaban. Si incontra subito il bric Nascio (939 m), su cui si può salire, essendo pochi metri sopra il sentiero che, fino a Campoligure sarà indicato da un quadrato giallo vuoto. Il percorso attraversa zone boschive e passa dal prato della Colla. L'anello si chiude al ponte sul rio Ponzema, da dove, in 800 m si arriva alla stazione di partenza.

Coordinatori Gita

Sigfrido Cardini 348.73.81.715
Marcello Faita 347.39.01.876

Note

- 1) Possibili treni di ritorno: 14:56, 16:54, 17:56, ... a 4,30 Euro.
- 2) In auto A/R Km 86 da percorrere in un'ora a tratta. Spesa € 30

Allegata l'immagine del percorso da file gpx su Open Topo Map (su base OSMaP). Il numero 1 indica la partenza/arrivo.