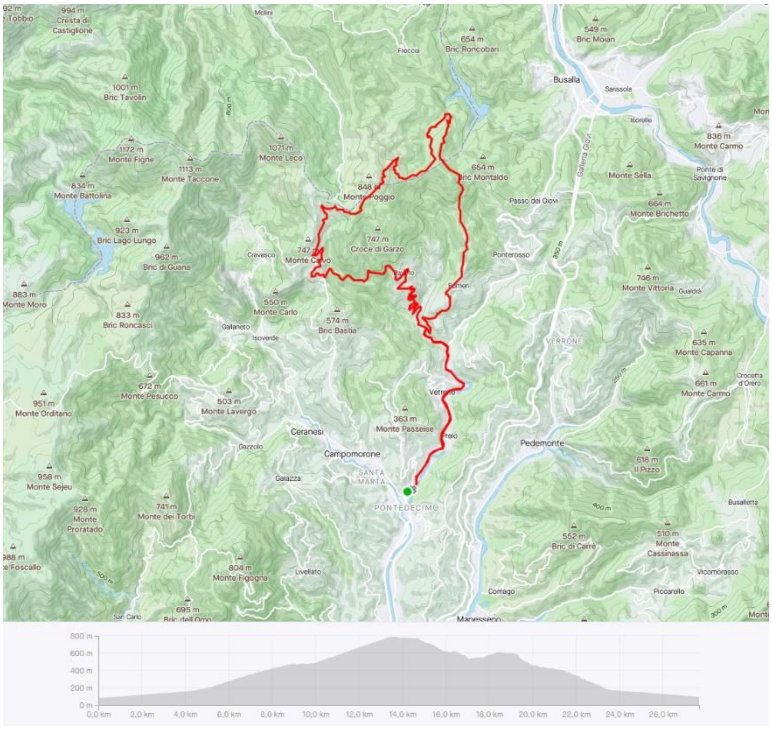
Club Alpino Italiano
Sezione "Ligure" Genova
Gruppo Ciclo escursionismo

Gita Sociale

Sabato 17 ottobre 2020

Anello Pontedecimo – Bocchetta – Alta Via dei Monti Liguri



Ritrovo e partenza: ore 08.30 Pontedecimo – Piazzale Ghiglione (piscine).

Lunghezza (km): 28 Km circa (62% asfalto, 38% sterrato);

Dislivello salita totale (m): 836 circa;
Difficoltà: MC/MC tratti BC (impegno fisico medio);
Ciclabilità: 100%;
Tempi di percorrenza: 5 ore circa;

Cartografia: Parco Naturale delle Capanne di Marcarolo - 1:25.000;
Direttore di gita:
- ASC **Lorenzo Ghiggini**
(☎ 348 7913475, ✉ l.ghiggini@softjam.it).
- ASC **Rita Safiullina:**
(☎ 339 1965820, ✉ rita.ufa11@gmail.com);

Introduzione e note tecniche:
Un giro classico sulle alture del nostro appennino, a cui abbiamo apportato una variante. Partenza da Pontedecimo, direzione nord su SP35 dei Giovi, arrivati a Mignanego si prende a sinistra la strada per Paveto dove si sale sempre su asfalto per salita pedalabile; arrivati in piazza a Paveto si prende una sterrata quasi in piano che ci porterà sino a Pietralavezzara.
Da Pietralavezzara si prosegue verso il passo della Bocchetta sulla SP5 dove si tocca quota 772 m.s.l.m. Da qui si prende a destra il sentiero dell'Alta Via dei Monti Liguri (AVML) e la si percorre sino a quando troveremo a sinistra una discesa (variante Fattoria Ansaldo) con guard otorrente e rientro sull'Alta Via e, per evitare la statale del Passo dei Giovi, rientro su Fumeri e da quindi ritorno a Pontedecimo.
Il percorso si svolge su asfalto (poche auto, a parte sulla SP35 dove bisogna fare molta attenzione) e su strade sterrate – solo una piccola parte di sentiero nella variante). Considerato lo sviluppo ed il dislivello, è necessario **un buon allenamento**.

Percorso: https://www.strava.com/activities/4176867052

Occorre:
- Stretta osservanza delle indicazioni temporanee per il riavvio dell'attività escursionistica e cicloescursionistica sezionale in emergenza Covid 19 (max 10 partecipanti + Direttori di gita)
- Tessera socio C.A.I., con bollino in corso di validità;
- MTB (almeno front) in perfette condizioni con mini kit riparazione e camere d'aria di riserva;
- Casco (obbligatoriamente indossato); protezioni non obbligatorie;
- Abbigliamento adeguato alla stagione;
- Pranzo al sacco con autosufficienza idrica.

Adesioni: dovranno essere confermate ai Direttori di gita entro martedì 13 ottobre e conferma con autocertificazione **entro le ore 18 di giovedì 15 ottobre 2020.**
I non soci che desiderassero partecipare alla gita sociale sono tenuti a stipulare l'assicurazione giornaliera obbligatoria, tramite compilazione dell'apposito modulo, presso:

Club Alpino Italiano-Sezione Ligure Genova
Galleria Mazzini, 7/3- 16121 Genova
In caso di maltempo, la gita sarà rinviata in data da definire.

Avvertenze:
Si ricorda che la frequentazione dell'ambiente montano comporta rischi. I partecipanti:
- devono essere consapevoli che nello svolgimento delle attività in montagna è sempre presente un rischio;
- si impegnano a rispettare il Codice di Autoregolamentazione, le linee guida del C.A.I. e le disposizioni impartite dal Direttore di escursione.