



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE LIGURE

COMMISSIONE ESCURSIONISMO



Escursione sociale del 4 ottobre 2020

Monte Antola (m. 1597) da Donetta di Torriglia (m. 1001) (Appennino Ligure)

Dislivello 650 metri la salita

Tempo di Marcia circa 4-5 ore (soste escluse) per un percorso totale di circa km 14

Difficoltà **E** Il primo tratto sino al Passo dei Colletti si svolge su mulattiera in gran parte acciottolata
Il resto del percorso su facile sentiero molto ben tracciato

Accesso Da Genova si percorre la Valbisagno e la strada statale 45 fino a Torriglia
Superato l'abitato di Torriglia si svolta a sinistra sulla SP 15 con diversi cartelli stradali indicatori fra cui quello per Donetta. Superate le località di Acquabona Inferiore e Superiore si lascia la SP 15 e si svolta a sinistra per Donetta. Giunti alle prime case di Donetta si può parcheggiare in prossimità del campo sportivo. Arrivo previsto ore 8,30 con sosta caffè a Torriglia. Percorso stradale circa 40 km.

Attrezzatura Abbigliamento da escursionismo , adeguato alla quota ed alla stagione.
Scarponi idonei alla progressione su sentieri fangosi, consigliato l'uso dei bastoncini.
Obbligatori accessori anti-Covid: Autocertificazione, mascherina chirurgica, gel disinfettante a base alcolica

Mezzi di Trasporto Auto private con massimo 4 persone a bordo con mascherina sempre indossata

Ritrovo Piazza della Vittoria: lato Caravelle: ore 7

Iscrizione e norme COVID La partecipazione all'escursione è limitata, come previsto dalle norme CAI, a **20 persone** più i due direttori di escursione. Saranno accettate le prime 20 iscrizioni pervenute facendo fede la data e l'ora di ricezione della email.
L'iscrizione dev'essere effettuata obbligatoriamente per email ai seguenti nominativi:
Pietro Nieddu (ziopietrino@gmail.com)
Giacomo Bruzzo (paolo24210@gmail.com)
entro e non oltre le ore 21 di giovedì 1 ottobre 2020 indicando:
1 Se si ha la disponibilità di un'auto
2 Avendo la disponibilità dell'auto, la possibilità a trasportare passeggeri ed eventualmente se si ha un equipaggio già precostituito
Scaricare la scheda obbligatoria di autocertificazione Covid dal sito Cai Ligure Escursionismo alla voce Escursioni Sociali 2020 da compilare e consegnare ai responsabili Covid al momento della partenza escursione

Quota soci: contributo per spese organizzazione € 1,00

Da Donetta si segue il segnavia due bolli gialli e T, giunti ad un bivio, si trascura la strada a sinistra con indicazione per Pentema per proseguire invece dritti fra le ultime case seguendo sempre i segnavia bolli gialli e T. Procedendo poi su bella mulattiera lastricata si approda in breve ad un altro bivio con palina, dove si trascura la mulattiera in piano a sinistra che conduce a Pentema, e ci si mantiene su quella di destra con indicazione per il Monte Antola. La mulattiera sale

<p>Descrizione</p> <p>del</p> <p>Percorso</p>	<p>ora fra prati terrazzati e rado boschetto salendo moderatamente con alcuni tornantini per poi aumentare via via la pendenza e diventare abbastanza ripida nel tratto finale prima del Passo dei Colletti mt. 1350, che si raggiunge in 35 min. circa. Qui si trascura la deviazione a sinistra con indicazione per il Passo di Pentema e si continua a destra. La mulattiera diventa sentierino in falsopiano in bella faggeta che taglia il versante ovest del Monte Prela' raggiungendo poi la Sella Nord del Monte Prela', in altri 5 min. circa. Da qui, scendendo di pochi metri, si trascura la deviazione a destra che ne conduce appunto in vetta. Ora il sentiero procede sul versante opposto, mantenendosi lungamente in falsopiano puntando verso Nord-Ovest. Superato un cancelletto il bosco diviene meno fitto e, sempre in falsopiano, si giunge ad un bivio dove si trascura la deviazione a destra con indicazione per Bavastri e quella a sinistra verso la Cappelletta dei Bucci, in altri 10 min. (50 min. totali). Si procede in moderata salita nuovamente nel fitto del bosco e puntando verso Nord-Est si tagliano le pendici Est del Monte Duso fino al raggiungimento di un altro cancelletto in legno, oltrepassato il quale il sentiero punta decisamente verso Nord-Ovest. Dopo altri 15 min. circa si giunge ad un bivio, dove bisogna trascurare la deviazione a sinistra che conduce ai Buoni di Pentema e Avosso, per procedere ancora dritti sul con indicazione per il Monte Antola. Ora in piano si giunge in breve ai ruderi delle Case del Piccetto mt. 1386, dove il bosco si dirada leggermente e permette di ammirare la sottostante Valbrevenna. Con modesta discesa si giunge, in 10 min. dal precedente bivio e 1 ora 15 min. totali, alla Colletta delle Cianazze, dove si trascura dapprima la deviazione a destra per la Cappella N.S. della Guardia e Bavastrelli, quindi quella a sinistra per Lavazzuoli. Si procede ancora sul sentiero principale, contrassegnato dai ai quali ora si aggiunge il proveniente appunto da Lavazzuoli, puntando a lungo verso Nord all'interno del fitto bosco di faggi in costante ma non eccessivamente ripida salita andando poi ad incontrare il primo bivio per il Rifugio Parco Antola col sentiero contrassegnato da una R . Procedendo invece dritti si sale con maggiore decisione raggiungendo poi la Sella del Cremado, oltre la quale il sentiero torna a farsi pianeggiante fino ad intercettare la sterrata a destra che conduce anch'essa il Rifugio, in 20 min. dalla Colletta delle Cianazze. Mantenendosi a sinistra si giunge in breve nei pressi di alcuni ruderi, quindi un altro bivio a sinistra da trascurare (conduce alla Costa dei Fontanin) e poi ai ruderi dell'ex Rifugio Musante, in altri 10 min. (1 ora 45 min. totali) . Una volta superato si e' alle pendici del cupolone sommitale dove e' posta la Cappella di San Pietro, al fianco della quale, superata una staccionata in legno, una traccia evidente taglia il pendio andando a raggiungere la grande croce in vetta al Monte Antola mt. 1597, in 5 min. dall'ex Rifugio (1 ora 50 min. totali). Dalle vetta, con buona visibilita, `si possono ammirare a Nord Ebro, Chiappo e Legna`, a Nord-Est Lesima, Carmo e Alfeo, a Est Ragola, Maggiorasca, Penna e Aiona, a Sud-Est Zatta, Ramaceto e Caucaso, a Sud la Corsica, Prela`, Duso, Cremado e Fasce, a Sud-Ovest le Alpi Liguri, a Ovest le Alpi Marittime e Cozie (Argentera e Monviso su tutte) , a Nord-Ovest Gran Paradiso, Gran Combin, Cervino e Rosa. Ritorno sullo stesso percorso dell'andata con breve deviazione al Rifugio</p>
<p>Direttori di escursione e Responsabili COVID</p>	<p>Pietro Nieddu (ziopietrino@gmail.com) cell.: 3803186370</p> <p>Giacomo Bruzzo (paolo24210@gmail.com) cell.:3472328593</p>
<p>Note</p>	<p>A causa della situazione di emergenza COVID la usuale riunione del giovedì precedente l'escursione è ovviamente annullata. Pertanto la procedura di</p>

iscrizione avviene come sopra indicato



SEZIONE DI

MODULO DI AUTODICHIARAZIONE

Il/la Sottoscritto/a

nato/a a (.....) il/...../.....

recapito telefonico

nel chiedere di essere ammesso a partecipare alla Escursione/Cicloescursione organizzata

dalla Sezione di in data/...../.....

in località

consapevole che chiunque rilascia dichiarazioni mendaci è punito ai sensi del codice penale e delle leggi speciali in materia, ai sensi e per gli effetti dell'art. 46 D.P.R. n. 445/2000

DICHIARA

- 1) di aver preso visione delle disposizioni operative impartite ai partecipanti dalla Sezione organizzatrice nonché delle condizioni legittimanti l'iscrizione e la partecipazione all'escursione in premessa e di accettarle integralmente senza riserve, impegnandosi a rispettare scrupolosamente, durante l'escursione, le direttive impartite dagli accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid, designati dalla Sezione organizzatrice;
- 2) di essere consapevole e di accettare che, in caso di violazione di uno dei punti richiamati, potrà essere escluso dall'escursione;
- 3) di non presentare sintomi influenzali riconducibili alla malattia COVID-19 (temperatura corporea oltre 37,5 °C e sintomi di infezione respiratoria quali la tosse), di non essere a conoscenza di aver avuto negli ultimi 14 giorni contatti con soggetti positivi al COVID-19, di non essere sottoposto a regime di quarantena (isolamento domiciliare).

Data:

Firma

INFORMATIVA SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI - ART. 13 REGOLAMENTO UE 2016/679

La Sezione di La informa che ai sensi Regolamento (UE) 2016/679 (di seguito "Regolamento") il trattamento dei Suoi dati personali sarà improntato ai principi di correttezza, liceità, trasparenza e di tutela della Sua riservatezza e dei Suoi diritti.

Oggetto del trattamento. Raccogliamo dati personali da Lei forniti in occasione dell'iscrizione all'escursione in premessa.

Finalità e basi giuridiche del trattamento dei dati. I Suoi Dati sono trattati con il Suo preventivo consenso, ai fini dell'applicazioni delle Decreto del 23/02/2020, n.06 recante "Misure urgenti in materia di contenimento e gestione dell'emergenza epidemiologica da COVID-19".

Modalità del trattamento dei dati. Il trattamento dei Suoi Dati è effettuato sia in modalità cartacea che informatizzata, conservati per il periodo di tempo necessario allo svolgimento delle procedure di gestione dell'escursione. Il conferimento dei Dati per le finalità di cui sopra è necessario e obbligatorio e l'eventuale rifiuto di fornire tali dati comporta l'impossibilità di partecipare all'escursione. I Dati non saranno diffusi né trasferiti in Paesi extra UE.

Diritti dell'interessato. Lei si può rivolgere, se non ricorrono le limitazioni previste dalla legge, in qualsiasi momento al Titolare del trattamento (sig.) ai recapiti sotto indicati per l'esercizio dei Suoi diritti cui agli art. 15 ss. del Regolamento. Potrà in qualsiasi momento esercitare tali diritti: inviando una raccomandata a.r. all'indirizzo del Titolare o inviando una mail a.....

Per conoscenza e accettazione.

Firma