



**CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE LIGURE**
COMMISSIONE ESCURSIONISMO



Escursione sociale del 07/02/2026

Traversata Val di Lentro – Sori

**La presa – Viganego – Terusso – Cisiano – Sella di monte Cordona –
Monte Santa Croce – Sori**

Dislivello	950 m.
Tempo totale / salita	6 ore
Difficoltà	E
Attrezzatura	Abbigliamento idoneo alla stagione e all'itinerario Scarponcini alti, Bastoncini, <u>Torcia Frontale, pranzo al sacco</u> e idonea scorta d'acqua.
Ritrovo	Viale Caviglia (Giardini di Brignole) h 7:50 – Capolinea Autobus provinciale AMT (Per chi abitasse in val Bisagno vedi note)
Accesso	Autobus N°715 delle ore 8:00 per Gattorna – Chiavari Discesa presso la fermata di La Presa
Riunione pre-gita ed iscrizione	Giovedì 5/2/2026, dalle ore 21.00 alle ore 22.00 Non si accettano adesioni telefoniche salvo, a giudizio insindacabile dei direttori di escursione, che si tratti di Soci conosciuti, abituali frequentatori delle escursioni sociali o con eventuali attività pregresse documentate (vedi note).
Quota	Contributo per spese organizzazione 2 €

Descrizione itinerario

Sulle tracce delle antiche vie del sale, le mulattiere che dal mare portavano all'entroterra compiremo un viaggio dalla incontaminata Val di Lentro verso lo spartiacque e il mare di Sori con alternanza tra testimonianze del passato e impagabili viste sul mare.

Dalla fermata del bus in località La Presa, punto di origine dell'acquedotto storico, imboccheremo via dei partigiani ed inizieremo a salire lungo il sentiero XX rossa in direzione delle varie borgate della vallata, prima su strade asfaltate poi su antica mulattiera.

Nella salita, evitando alcuni bivi per il fondovalle che portano ad antichi mulini e laghetti, toccheremo le borgate di Fisi, Viganego, Terusso e Cisiano. La mulattiera corre generalmente sempre parallela all'attuale rotabile, intersecandola ogni tanto, ma passa lievemente più a sud nel bosco con vari saliscendi ed è quasi sempre riconoscibile.

Raggiunta Cisiano, ultima borgata della valle, si tralascerà la rotabile che riporta a fondovalle proseguendo sempre lungo il sentiero XX rossa fino alle ultime case dove, ad un bivio, si imboccherà il sentiero che scende sulla destra tralasciando la mulattiera in piano per case Becco.



**CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE LIGURE**
COMMISSIONE ESCURSIONISMO



Escursione sociale del 07/02/2026

Traversata Val di Lentro – Sori

**La presa – Viganego – Terusso – Cisiano – Sella di monte Cordona –
Monte Santa Croce – Sori**

Dopo una rapida discesa si raggiungerà il ponte sul torrente Lentro che sovrasta la cosiddetta “marmitta di Cisiano”, un laghetto naturale scavato nella roccia da millenni di erosione, vero e proprio unicum della zona. Raggiunto questo punto la mulattiera inizierà a salire decisa verso Case Cordona e l’omonima sella da cui, svalicando, si ammirerà il golfo Paradiso.

Arrivati a questo punto si percorrerà una breve parte dell’ISC verso nord fino al bocchin del Pozzuolo da cui si inizierà la discesa verso il mare lungo il sentiero “DUE QUADRI ROSSI” che ci porterà sulla vetta del monte Santa Croce con la chiesetta omonima.

Infine, dopo ulteriore discesa, ormai giunti in mezzo alle case di Pieve alta, scenderemo verso Sori per rientro in treno o autobus.

OBBLIGATORI pranzo al sacco e idonea scorta d’acqua.

NON sono presenti punti ristoro o acqua lungo tutto il percorso.

Direttori escursione

Nebiacolombo Matteo – 3337700366

Note

Per accesso all’itinerario autobus AMT n°715 delle ore 8:00 da viale caviglia (giardini di Brignole). Se qualcuno fosse più comodo può salire lungo il percorso della corriera lungo la Valbisagno (non tutte le fermate sono abilitate).

Dovendo prendere l’autobus si considera un numero massimo di circa 15 partecipanti.

Si raccomanda di dotarsi di pranzo al sacco e idonea scorta d’acqua, non sono presenti punti acqua se non a Terusso e poi direttamente a pieve.

Per chi lo desiderasse verrà fornita traccia GPX dell’itinerario per eventuali dispositivi.

Si accettano eventuali adesioni telefoniche di soci impossibilitati a venire al pregita conosciuti o che dimostrino di possedere consoni pregressi escursionistici tramite attività su piattaforme online tipo strava, komoot, wikiloc, ecc..

I direttori di escursione si riservano, a loro insindacabile giudizio, di apporre variazioni al percorso, qualora non si ritenesse lo stesso percorribile in condizioni di assoluta sicurezza da parte di tutti i partecipanti all’escursione.



CLUB ALPINO ITALIANO

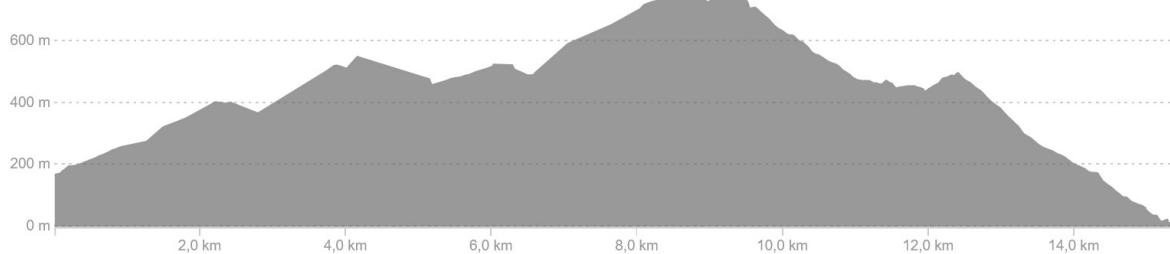
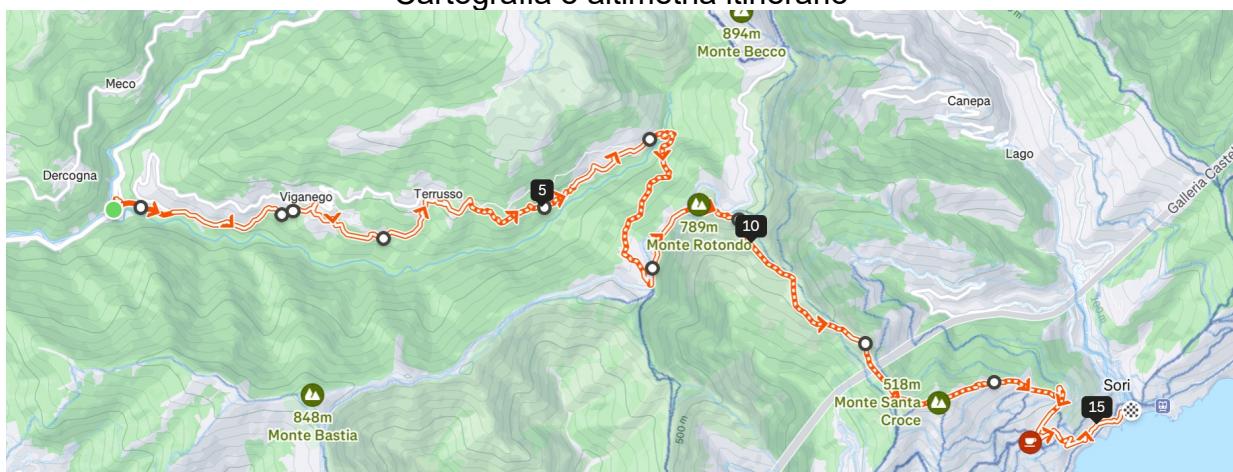
SEZIONE LIGURE

COMMISSIONE ESCURSIONISMO

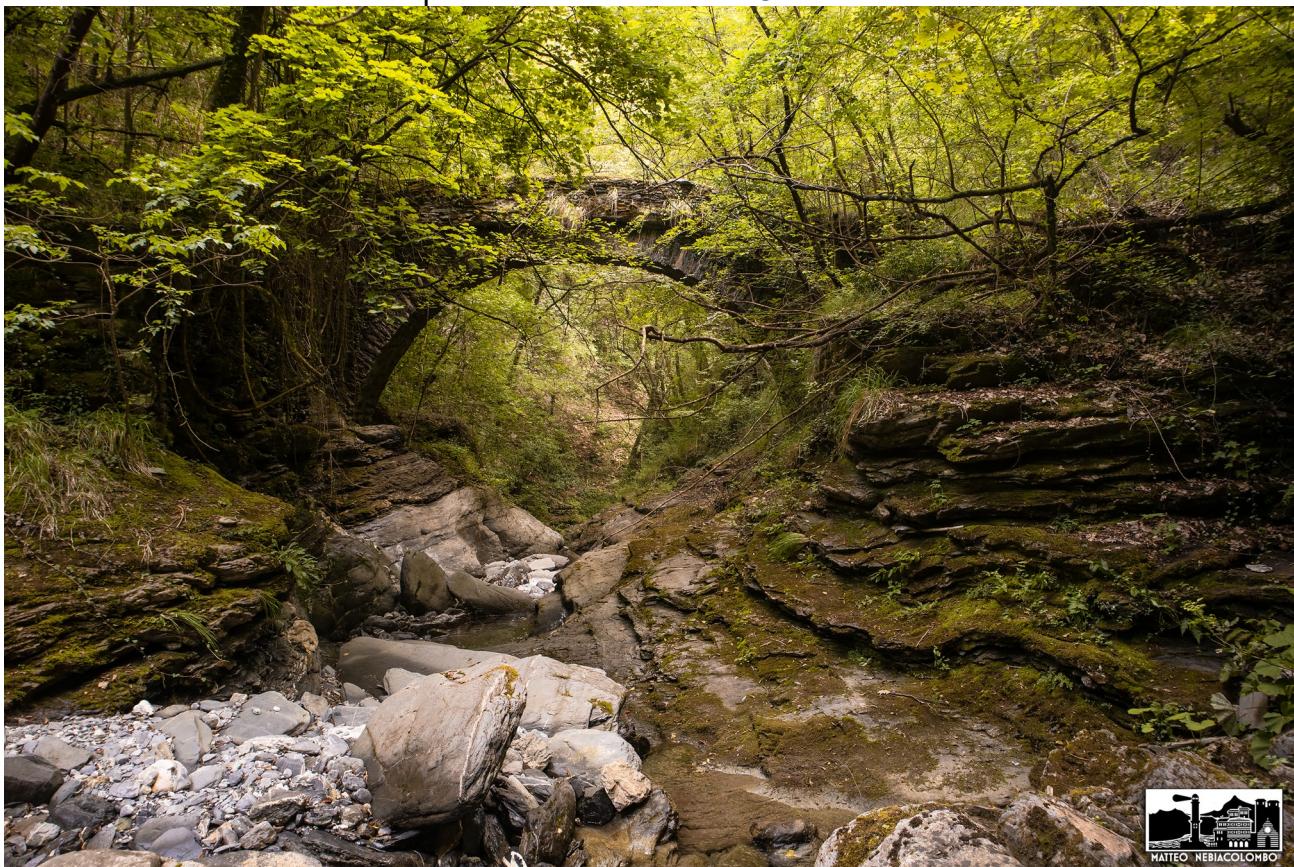


Cartografia

Cartografia e altimetria itinerario



Il ponte sulla Marmitta di Cisiano





**CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE LIGURE**
COMMISSIONE ESCURSIONISMO



Cartografia

Vista dal bocchin del Pozzuolo sulla Riviera



Il borgo di Cisiano

