

# CLUB ALPINO ITALIANO

## SEZIONE DI BARGA – "VAL DI SERCHIO"

Via di Mezzo, 49 Barga (LU) 55051 e-mail [info@caibarga.it](mailto:info@caibarga.it)  
Aperti il venerdì dalle 21.00 alle 22.30



## BALCONE DI TRAMONTI

### DOMENICA 10 OTTOBRE 2021

#### Descrizione itinerario:

Escursione vertiginosa e molto impegnativa premiata con la bellezza assoluta di un paesaggio incredibile; due paesini a picco sul mare raggiungibili attraverso una serie infinita di scalini che si tuffano nel blu sottostante. Quasi 4000 scalini, tra andata e ritorno, oltre 600 metri di dislivello, per visitare luoghi incantati, appesi sul mare in modo inspiegabile... Schiara e Monesteroli, che assieme a Fossola, Persico e Navone formano le "cinque terre nascoste", chiamate Tramonti, proprio perchè si trovano al di là del monte che separa i due capoluoghi dal mare.

Viaggio autostradale, in pullman, fino a Fossola m. 284 (SP). Dal piazzale del paese imbocchiamo la scalinata, sentiero 535, che scende tra i vigneti terrazzati fino alla chiesetta degli Angeli Custodi, giriamo a sinistra e proseguiamo in pari, fino ad intersecare (m. 270) la monumentale scalinata di 1100 gradini che scende a Monesteroli ed al mare (1H). Percorriamo CON ATTENZIONE la scalinata fino alle prime case (m. 100) e poi torniamo sul sentiero (1H). Proseguiamo sullo stretto viottolo fino alla fontana di Nozzano m. 344 (30 MIN). Raggiungiamo la strada asfaltata ed imbocchiamo sulla destra una lunga via selciata (sentiero 504) che scende gradualmente in direzione mare di nuovo fra viti e muretti a secco fino alla chiesetta di Schiara m. 150 (45 MIN). Dopo un breve tratto in pari fra le case del paese imbocchiamo sulla sinistra la ripida scalinata che attraversa la frazione Costa, usciti dal nucleo abitato entriamo in un bosco di pini e macchia mediterranea fino a raggiungere con fatica il sentiero di collegamento Nozzano/Campiglia, da questo punto in pochi minuti raggiungiamo Campiglia m. 400 (45 MIN) dove pranziamo presso la locanda "Piccolo Blu" (antipasto, primo e dolce). Dopo esserci rinfocillati riprenderemo il cammino e dal paese seguiremo il sentiero dell'Alta Via delle 5 Terre e attraverso un piccolo bosco residuo di quercia da sughero si raggiunge il valico di S. Antonio m. 508 (1 ORA) nei pressi di una minuscola cappella. Dal valico percorriamo a sinistra la bella mulattiera selciata (sentiero 534) che scende sul versante a mare. La scalinata attraversa un lembo di folta macchia mediterranea ricca di corbezzoli e lecci. Man mano che si scende il paesaggio si apre magnificamente sulla costa. Giunti sul piazzale panoramico di Fossola si lascia la mulattiera per svoltare a destra e ritornare al punto da dove era iniziato il nostro percorso (45 MIN).

#### Informazioni organizzative

<b>Ritrovo</b>	<b>Mologno – Stazione Barga-Gallicano</b>
<b>Orario Ritrovo</b>	<b>ore 6.50</b>
<b>Orario Partenza</b>	<b>ore 7.00</b>
<b>Orario rientro</b>	<b>serata</b>
<b>Viaggio</b>	<b>Pullman</b>
<b>Termine iscrizione</b>	<b>7 Ottobre</b>
<b>Pranzo</b>	<b>Presso la Locanda "Piccolo Blu" - Campiglia</b>



#### Informazioni tecniche

<b>Lunghezza</b>	<b>10 km circa</b>
<b>Dislivello in salita</b>	<b>600 m. circa</b>
<b>Tempo percorrenza</b>	<b>6 ore circa soste escluse</b>
<b>Difficoltà</b>	<b>E L'escursione, a causa dell'elevato dislivello e del numero di scalini, è adatta solo a chi non soffre di vertigini ed ha un buon allenamento.</b>

#### Quota iscrizione

<b>Soci</b>	<b>€ 40,00</b>
<b>Non Soci</b>	<b>€ 47,50</b>
<b>A seguito delle disposizioni anti covid per poter partecipare è richiesto il GREEN PASS e l'uso della mascherina.</b>	

#### Equipaggiamento

**Obbligatori scarponi da trekking – consigliati bastoncini – abbigliamento adeguato**

#### Info / iscrizioni

**Di Riccio Franca 3476649298 - Di Riccio Ilaria 3282187999 - Santi Annalisa 3207257325**

I non soci dovranno comunicare i dati per l'attivazione dell'assicurazione pena l'esclusione dall'attività