

Domenica 20 marzo 2011
Grotte di San Ponzo - Monte Vallassa - Guardamonte (PV)

le grotte, i fossili marini, il castelliere preistorico, i panorami

Dal grazioso borgo medievale di San Ponzo, in media Valle Staffora, si sale inoltrandosi nei rigogliosi castagneti della Valle del rio Semola. Per comoda sterrata si raggiunge la Grotta di San Ponzo, dove la leggenda vuole che il santo, perseguitato dai Romani, vi trovò rifugio fino a che non venne scoperto e qui decapitato.



Dalla grotta si prosegue per mulattiera, sempre all'ombra delle fronde boschive, verso il Monte Vallassa, dalla cui sommità rocciosa si godono splendidi panorami sulle Valli Staffora e Curone. Le arenarie affioranti contengono numerose conchiglie fossili. Qui si trovano anche i resti del "Castelliere del Guardamonte", villaggio preistorico abitato fin dall'Età del Ferro.

Durante la camminata la guida ambientale escursionistica dell'Associazione Via del Mare, naturalista e profondo conoscitore del territorio oltrepadano, illustrerà le caratteristiche essenziali della Natura che si attraverserà, ricca di elementi di grande interesse e bellezza, dalla botanica alla zoologia, dalla geologia alla paleontologia.



PROGRAMMA

Località di ritrovo: San Ponzo di Semola, piazza della chiesa, ore 9:00

Località di partenza: San Ponzo di Semola.

Ora di partenza: 9:30

Località di arrivo: San Ponzo di Semola, con sosta alle Grotte di San Ponzo e al Guardamonte.

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti).

Tempo di percorrenza: 3 h all'andata, 2 h 30 min al ritorno.

Dislivello: 400 m - Sviluppo: 10 km (andata e ritorno)

Portare il pranzo al sacco, una borraccia, una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking.

Partecipazione gratuita per i soci AVM (tessera annuale 15 €). Per i non soci è chiesto un contributo a offerta minimo di 5 €. Per tutti è previsto un contributo per assicurazione di 2 €.

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 18 marzo 2011.



In collaborazione con Assessorato al Turismo e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
 email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
 Codice Fiscale 960609950183

Domenica 27 marzo 2011
Il Sentiero di Sant'Alberto (PV)

Percorso di grande suggestione, sia per gli ambienti naturali attraversati, sia per la bellezza dell'Abbazia di Sant'Alberto di Butrio. Partendo dal piccolo abitato di Moglie ci si immerge nei suggestivi boschi della stretta valle del Rio Begna. Si segue il corso del torrente che ha scavato la vallecola nelle arenarie, ricche di fossili marini. Raggiunta l'Abbazia ci si riposa all'ombra della grande quercia secolare che le sta innanzi, si visita l'ermo, vecchio di mille anni. Poi si consuma il pranzo al sacco comodamente seduti ai tavoli all'esterno dell'Abbazia.

L'escursione prosegue passando per la cosiddetta "Grotta di Sant'Alberto" e immergendosi poi nei castagneti che conducono sino a Pizzocorno, lungo un'antica mulattiera percorsa da Federico Barbarossa. In questi boschi sarà possibile raccogliere abbondantemente gustose castagne. Da Pizzocorno si scende in breve a Moglie.

Durante la camminata la guida ambientale escursionistica dell'Associazione Via del Mare, naturalista e profondo conoscitore del territorio oltrepadano, illustrerà le caratteristiche essenziali della Natura che si attraverserà, ricca di elementi di grande interesse e bellezza, dalla botanica alla zoologia, dalla geologia alla paleontologia.



PROGRAMMA

Località di ritrovo: Ponte Nizza, angolo Via Roma-Via Stazione, ore 9:30

Località di partenza: Moglie.

Ora di partenza: 10:00

Località di arrivo: Moglie, con sosta all'Abbazia di Sant'Alberto di Butrio.

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti).

Tempo di percorrenza: 2 h Moglie-S. Alberto, 1 h 30 min S. Alberto-Pizzocorno-Moglie

Dislivello: 300 m - Sviluppo: 8 km (l'intero anello)

Portare il pranzo al sacco, una borraccia, una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking.

Partecipazione gratuita per i soci AVM (tessera annuale 15 €). Per i non soci è chiesto un contributo a offerta minimo di 5 €. Per tutti è previsto un contributo per assicurazione di 2 €.

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 25 marzo 2011.



In collaborazione con Assessorato al Turismo
e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
Codice Fiscale 960609950183

Domenica 10 aprile 2011
Il Sentiero dei Calanchi (PV)

Dall'antico xenodochio di Cascina Cagnano (attualmente Agriturismo La Fuga), posto lungo la Via dei Malaspina, si compie una splendida escursione ai calanchi di Castello di Nivione e di Nivione e al Monte Dego. Si attraversano paesaggi molto suggestivi, caratteristici degli erosi versanti argillosi e anche rigogliosi boschi di rovere, noccioli, castagni.

È possibile apprezzare le caratteristiche ambientali e paesaggistiche del territorio attraversato, grazie anche alla presenza della guida naturalistica AVM.



PROGRAMMA

Località di ritrovo: Agriturismo "La Fuga", loc. Cascina Cagnano (Varzi), ore 9:30.

Località di partenza: Agriturismo "La Fuga" ore 10:00

Località di arrivo: Agriturismo "La Fuga", con sosta al Monte Dego.

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti)

Tempo di percorrenza: 4 h (percorso ad anello)

Dislivello: 350 m - Sviluppo: 7 km (l'intero anello)

Portare il pranzo al sacco, una borraccia, una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking. E' possibile anche acquistare un panino, della frutta e dell'acqua presso l'agriturismo.

Partecipazione gratuita per i soci AVM (tessera annuale 15 €). Per i non soci è chiesto un contributo a offerta minimo di 5 €. Per tutti è previsto un contributo per assicurazione di 2 €.

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro l'8 Aprile 2011.



In collaborazione con Assessorato al Turismo
e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
Codice Fiscale 960609950183

25 Aprile 2011

Nel Parco Naturale di Portofino, Camogli - San Fruttuoso (GE)

Al termine della Via del Mare, in uno scenario mediterraneo unico

Dal grazioso borgo marinaro di Camogli si sale, fra oliveti sino al caratteristico borgo di San Rocco, abbarbicato sulla scogliera e magnificamente affacciato sul Golfo Paradiso. Qui si potrà acquistare una delle migliori focacce della Liguria (a nostro avviso la migliore in assoluto) e ammirare indimenticabili panorami dalla piazzetta della chiesa.

Da San Rocco si prosegue per mulattiere, adombrate dai boschi, sino al Passo delle Pietre Strette, caratteristico per aprirsi fra pareti di conglomerato. Da qui si scende, sempre all'ombra del bosco, sino a San Fruttuoso, passando per un agriturismo affacciato sull'insenatura su cui guarda il piccolo borgo marinaro. San Fruttuoso è un luogo unico e spettacolare. Nessuna strada lo raggiunge, solo sentieri e i traghetti per mare. L'Abbazia che lo domina risale addirittura al X secolo d.C. Due piccole spiaggette sono bagnate da un mare blu cobalto, ricco di pesci.

È possibile apprezzare le caratteristiche ambientali e paesaggistiche del territorio attraversato, grazie alla presenza della guida naturalistica AVM.

Per il ritorno a Camogli si utilizza il traghetto.



PROGRAMMA

Località di ritrovo: Stazione Ferroviaria di Pavia, ore 7:40. Partenza treno, ore 7:56. Arrivo alla stazione di Camogli, ore 9:54.

Località di partenza: Camogli, ore 10:00

Località di arrivo: San Fruttuoso.

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti).

Tempo di percorrenza: 3 h

Dislivello: 450 m - Sviluppo: 5 km

Per il ritorno in treno: da Camogli partenza alle ore 17:21 e arrivo a Pavia alle 19:26.

È possibile anche organizzare il viaggio in auto nel caso lo si preferisse.

Portare il pranzo al sacco, una borraccia, una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking.

Partecipazione gratuita per i soci AVM (tessera annuale 15 €). Per i non soci è chiesto un contributo a offerta minimo di 5 €. Per tutti è previsto un contributo per assicurazione di 2 €.

Non sono comprese le spese per il viaggio in treno, l'ingresso all'Abbazia e il biglietto per il traghetto (tutte spese da effettuarsi al momento dell'acquisto).

È consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 23 aprile 2011.



In collaborazione con Assessorato al Turismo e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
Codice Fiscale 960609950183

Domenica 8 Maggio 2011
Il Sentiero dei Canti - Anello di Oramala (PV)



Questo itinerario collega il grazioso borgo di Varzi allo splendido castello di Oramala, dell'XI secolo. Due località medievali di grande fascino inserite in un contesto paesaggistico collinare estremamente suggestivo. Varzi e Oramala sono parte di un percorso escursionistico ad anello che attraversa i campi coltivati immediatamente sopra Varzi e, più su,

i boschi di roverelle e castagni che circondano, come un grande mare verde, il cocuzzolo arenaceo su cui sorge isolato il castello di Oramala. Itinerario alla portata di tutti, che segue tratturi e mulattiere. È possibile apprezzare le caratteristiche ambientali e paesaggistiche del territorio attraversato, grazie anche alla presenza della guida naturalistica AVM, e visitare il castello.



PROGRAMMA

Località di ritrovo: Piazza del mercato di Varzi, di fronte all'Info Point, ore 9:30

Località di partenza: Via Castelletto.

Ora di partenza: 10:00

Località di arrivo: Varzi, con sosta e visita al Castello di Oramala.

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti).

Tempo di percorrenza: 2 h 30 min all'andata, 2 h al ritorno.

Dislivello: 350 m - Sviluppo: 9 km (l'intero anello)

Portare il pranzo al sacco, una borraccia, una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking.

Partecipazione gratuita per i soci AVM (tessera annuale 15 €). Per i non soci è chiesto un contributo a offerta minimo di 5 €. Per tutti è previsto un contributo per assicurazione di 2 €.

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 6 maggio 2011.



In collaborazione con Assessorato al Turismo
 e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
 email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
 Codice Fiscale 960609950183

Domenica 22 Maggio 2011
Il Sentiero dei Narcisi (Val Trebbia - GE)

Breve passeggiata in una località appenninica di straordinaria bellezza, posta nella parte alta della Val Trebbia, nei pressi di Casa del Romano, non lontano dal Monte Antola e da Torriglia. L'escursione ha inizio poco sopra il piccolo borgo montano di Fascia, patria del raviolo, e si sviluppa in una sorta di altopiano a circa 1250 m di quota, prativo e circondato da baschi di faggio. Nella radura a metà maggio fiorisce uno spettacolare mare di narcisi attraverso il quale si potrà camminare seguendo un sentiero. È uno spettacolo naturale di grande fascino. Attorno le vette del Monte Antola e del Monte Alfeo e verso sud le acque scintillanti del Golfo di Genova.



PROGRAMMA

Località di ritrovo: loc. Casa del Romano (GE) alle ore 10:00.

Località di partenza: poco sopra Fascia alle ore 10:30.

Località di arrivo: al punto di partenza, con sosta al Pian della Cavalla.

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti).

Tempo di percorrenza: 1h andata, 45 min ritorno

Dislivello: 150 m

Sviluppo: 5 km (andata e ritorno)

Portare il pranzo al sacco, una borraccia, una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking.

Partecipazione gratuita per i soci AVM (tessera annuale 15 €). Per i non soci è chiesto un contributo a offerta minimo di 5 €. Per tutti è previsto un contributo per assicurazione di 2 €.

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 20 Maggio 2011.



In collaborazione con Assessorato al Turismo
e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
Codice Fiscale 960609950183

Sabato 4 Giugno 2011

Cielo e terra nelle vie dei pellegrini: la Via Lattea, gli ammassi di stelle, le strade dei pellegrini medievali (PV)

La natura, le stelle e la storia al Guardamonte, con visita al Planetario e Osservatorio astronomico di Ca' del Monte (Cecima, Oltrepò pavese) ed escursione notturna e osservazione del cielo con i telescopi dell'osservatorio: un'occasione unica per ripercorrere la storia con gli occhi volti alla natura e al cielo sopra le nostre teste, immedesimandosi nei viaggiatori d'un tempo.

L'escursione notturna avrà come accompagnatori una guida naturalista che illustrerà gli animali notturni dei boschi di questa zona collinare e da un astronomo che illustrerà il cielo d'inizio estate e spiegherà come nel medioevo i pellegrini che si recavano a Bobbio lungo la Via dei Malaspina (percorso alternativo in Oltrepò della Via Francigena) utilizzando le stelle per orientare il loro cammino. Sarà possibile osservare la Luna, i pianeti e le stelle con i binocoli giganti e i telescopi dell'Osservatorio.

Nei pressi dell'Osservatorio si trova l'Agriturismo Cà del Monte, presso cui è possibile cenare e soggiornare.



In collaborazione con Assessorato al Turismo e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

PROGRAMMA

Località di ritrovo: Osservatorio di Ca' del Monte, ore 20:30.

Visita dell'osservatorio planetario e conferenza astronomica e interdisciplinare sui sentieri celesti e terrestri dei pellegrini, ore 21:00.

Località di partenza: Osservatorio di Ca' del Monte ore 22:00

Località di arrivo: Osservatorio di Ca' del Monte con sosta al Guardamonte per osservazione del cielo.

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti)

Tempo di percorrenza: 1 h 30 min (andata e ritorno)

Dislivello: 60 m

Sviluppo: 2,4 km a/r

Portare una borraccia, una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking.

Soci AVM (tessera annuale 15 €): 2 € (assicurazione) + 7 € per le attività in osservatorio (ridotto 5 € per i ragazzi al di sotto dei 10 anni)

Non Soci AVM: contributo minimo di 7 € (comprensivo di assicurazione) + 7 € per le attività in osservatorio (ridotto 5 € per i ragazzi al di sotto dei 10 anni).

Tesserati del Planetario e Osservatorio di Cà del Monte: è previsto il solo versamento del contributo per l'attività condotta dall'AVM.

Le quote Osservatorio sono da pagare presso la struttura stessa.

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 2 Giugno 2011.



MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
 email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
 Codice Fiscale 960609950183

12 Giugno 2011

Caldirola - Monte Ebro (AL)

I monti più elevati, i panorami più belli

Splendida escursione in ambiente montano (tra 1200 e 1700 m), in alta Val Curone (AL). Si attraversano rigogliose faggete per alle praterie sommitali da dove si godono panorami unici sull'intero Appennino settentrionale, sulla pianura lombardo-pemontese, sulle Alpi occidentali e sul golfo di Genova. Un colpo d'occhio unico e indimenticabile, particolarmente spettacolare dalla cima del Monte Ebro (1700 m). L'escursione si svolge su comode carrarecce e mulattiere. A circa due terzi del percorso si incontra il Rifugio Orsi, posto nel bel mezzo di una radura fra le faggete. Ottima struttura per una sosta con un the o un caffè. È possibile apprezzare le caratteristiche ambientali e paesaggistiche del territorio attraversato, grazie anche alla presenza della guida naturalistica AVM.



PROGRAMMA

Località di ritrovo: sotto la Torre pentagonale di Rivanazzano, ore 8:30.

Località di partenza: loc. Colonia provinciale di Caldirola ore 10:00

Località di arrivo: loc. Colonia provinciale di Caldirola, con sosta al Monte Ebro e al Rifugio Orsi.

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti).

Tempo di percorrenza: 3 h all'andata, 2 h 30 min al ritorno.

Dislivello: 500 m - Sviluppo: 10 km (andata e ritorno)

Portare il pranzo al sacco, una borraccia, un pile e una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking.

Partecipazione gratuita per i soci AVM (tessera annuale 15 €). Per i non soci è chiesto un contributo a offerta minimo di 5 €. Per tutti è previsto un contributo per assicurazione di 2 €.

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 31 Maggio 2011.



In collaborazione con Assessorato al Turismo e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
Codice Fiscale 960609950183

Mercoledì 15 giugno 2011

Il Sentiero delle Stelle e l'eclissi totale di Luna al Guardamonte e al Planetario e Osservatorio Astronomico di Cà del Monte (PV)

Una serata spettacolare e unica al Planetario e Osservatorio Astronomico di Cà del Monte con la collaborazione dell'Associazione Via del Mare: escursione naturalistica con le guide AVM in prima serata per partecipare all'osservazione guidata dell'eclissi totale di Luna e della volta celeste condotta dagli operatori del Planetario e Osservatorio Astronomico di Cà del Monte.

Al rientro in Osservatorio: spettacolo al Planetario dedicato all'Eclissi e osservazione della volta celeste con la strumentazione dell'Osservatorio.

L'escursione notturna avrà come accompagnatori una guida naturalista che illustrerà gli animali notturni dei boschi di questa zona collinare e da un astronomo che illustrerà il cielo d'inizio estate e spiegherà come nel medioevo i pellegrini che si recavano a Bobbio lungo la Via dei Malaspina (percorso alternativo in Oltrepò della Via Francigena) utilizzando le stelle per orientare il loro cammino.

Al rientro dall'escursione sarà possibile osservare la Luna, i pianeti e le stelle con i binocoli giganti e i telescopi dell'Osservatorio e assistere a uno spettacolo al Planetario digitale dedicato alle eclissi.

Nei pressi dell'Osservatorio si trova l'Agriturismo Cà del Monte, presso cui è possibile cenare e soggiornare.



PROGRAMMA

Località di ritrovo: Osservatorio di Ca' del Monte, ore 20:30.

Località di partenza per l'osservazione guidata dell'eclissi e della volta stellata: Osservatorio di Ca' del Monte ore 21:15

Località di arrivo: Osservatorio di Ca' del Monte con sosta al Guardamonte per osservazione eclissi.

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti)

Tempo di percorrenza: 1 h 30 min (andata e ritorno)

Dislivello: 60 m

Sviluppo: 2,4 km a/r

Portare una borraccia, una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking.

Soci AVM (tessera annuale 15 €): 2 € (assicurazione) + 7 € per le attività in osservatorio (ridotto 5 € per i ragazzi al di sotto dei 10 anni).

Non Soci AVM: contributo minimo di 7 € (comprensivo di assicurazione) + 7 € per le attività in osservatorio (ridotto 5 € per i ragazzi al di sotto dei 10 anni).

Tesserati del Planetario e Osservatorio di Cà del Monte: è previsto il solo versamento del contributo per l'attività condotta dall'AVM.

Le quote Osservatorio sono da pagare presso la struttura stessa.

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 13 Giugno 2011.



In collaborazione con Assessorato al Turismo e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
 email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
 Codice Fiscale 960609950183

17-18-19 giugno 2011

La Via del Mare da Capanne di Cosola a Portofino (PV)

Il percorso qui proposto riguarda il tratto della Via del Mare che va da Capanne di Cosola a Portofino, ovvero quel itinerario meglio conosciuto come Via del Sale, antica via commerciale utilizzata per secoli dai mulattieri per trasportare ogni tipo di mercanzia ed in particolare il sale, dai porti liguri alla Pianura Padana. Si parte dal piccolo abitato di Capanne di Cosola, posto sulle pendici meridionali del Monte Chiappo, a quasi 1500 m di quota, in corrispondenza di un passo fra le valli Borbera (AL) e Boreca (PC). La Valle Staffora dista neppure 2 Km. Da qui si intraprende il cammino seguendo il sentiero della Via del Mare che percorre il crinale in quota che porta sino a Casa del Romano (passando per Capanne di Carrega), dove si pernotta. Percorso altamente panoramico. Si prosegue il mattino seguente per raggiungere, sempre su crinale in quota, il Monte Antola (splendidi panorami sul mare sempre più vicino) per poi scendere al delizioso Lago del Brugneto. Dal lago, in auto, si raggiunge il B&B Villa Tiffany per il pernottamento, da dove, il mattino seguente, si prosegue per Uscio camminando ancora sul filo di un crinale, ora a quote più basse, che passa per il Monte Lavagnola, incrociando l'Alta Via dei Monti Liguri, e per il Monte Croce di Fo. Si giunge così ad Uscio, ormai in odor di mare, dove si pernotta presso il B&B Rifugio Uscio.

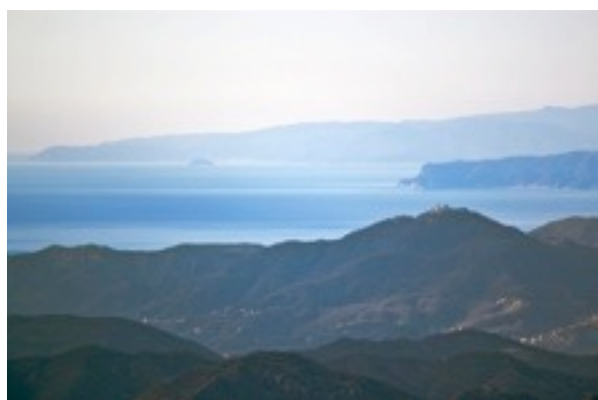


Da Uscio si intraprende l'ultima tappa incamminandosi lungo un bel sentiero che porta ad antiche e dismesse cave di ardesia, segue poi il crinale, ora boscato, ora aperto, che porta alle pendici del Monte Caravaggio, sulla cui sommità si trova la famosa chiesa della Madonna del Caravaggio, da cui si godono splendide viste sul Golfo

di Tigullio e sul Golfo Paradiso. In breve si scende a Ruta, frazione di Camogli, quindi ci si immerge nei boschi del Parco Regionale di Portofino, per raggiungere il passo Pietre Strette. Da qui si scende all'incantevole borgo marinaro di San Fruttuoso, dove la splendida Abbazia omonima (X secolo), si affaccia su una pittoresca insenatura. Da San Fruttuoso si raggiunge Portofino e successivamente Santa Margherita con un traghetto. Dalla Stazione Ferroviaria di S. Margherita si prende il treno per il ritorno a Voghera-Pavia-Milano.

Per il programma e tutte le altre informazioni:
 email: infoviadelmare@gmail.com
 cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 13 Giugno 2011.



In collaborazione con Assessorato al Turismo e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale
 Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
 email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
 Codice Fiscale 960609950183

Domenica 3 Luglio 2011
Anello della Scaparina (Alta Valle Staffora),
lungo la Via dei Malaspina (PV)

La Provincia di Pavia è attraversata da ovest a est, interessando i territori della Lomellina e del Pavese, dalla Via Francigena che da Canterbury portava a Roma. E' un itinerario della storia, una via maestra percorsa in passato (soprattutto nel medioevo) da migliaia di pellegrini in viaggio per la città eterna, luogo del martirio dei Santi Pietro e Paolo. Queste vie di pellegrinaggio erano allo stesso tempo vie di intensi scambi e commerci e venivano percorse dagli eserciti nei loro spostamenti.

Ma esisteva anche un importante itinerario della Via Francigena che percorreva la Valle Staffora per giungere a Bobbio, in Val Trebbia, dove, nell'Abbazia di San Colombano, erano e sono tuttora custodite le spoglie di uno dei Santi più venerati nell'alto medioevo.

Questo itinerario oggi prende il nome di Via dei Malaspina per il fatto di attraversare quel territorio un tempo feudo della blasonata nobile famiglia.

I pellegrini diretti a Roma non di rado si dirigevano verso Varzi, percorrendo quasi interamente la Valle Staffora per risalire il Passo della Scaparina e scendere a Bobbio. Da qui il cammino proseguiva per Pontremoli dove si ricollegava al percorso tradizionale per raggiungere Roma.

Questa via è descritta in diversi documenti storici e approfonditi studi hanno permesso di stabilire con buona precisione il percorso e i luoghi ove i pellegrini potevano trovare ristoro e alloggio, come al Passo della Scaparina, dove esisteva uno xenodochio.

L'escursione riguarda la parte alta della Via dei Malaspina, che dal borgo montano di Costa Montemartino sale sino al Passo della Scaparina, attraversando dapprima zone coltivate e successivamente inoltrandosi negli ombrosi boschi di faggio. Al termine della salita, per chi lo volesse, ci si potrà rilassare e rifocillare presso l'Agriturismo La Pernice Rossa (costi non previsti in questa escursione).

È possibile apprezzare le caratteristiche ambientali e paesaggistiche del territorio attraversato, grazie anche alla presenza della guida naturalistica AVM.



In collaborazione con Assessorato al Turismo e alle Attività Termali della Provincia di Pavia

PROGRAMMA

Località di ritrovo: Piazza del mercato di Varzi, di fronte all'Info Point, ore 9:30

Località di partenza: Montemartino, ore 10:00

Località di arrivo: Passo della Scaparina (Agriturismo La Pernice Rossa).

Difficoltà: E (escursionistico, semplice, alla portata di tutti).

Tempo di percorrenza: 3 h andata, 2,30 h ritorno

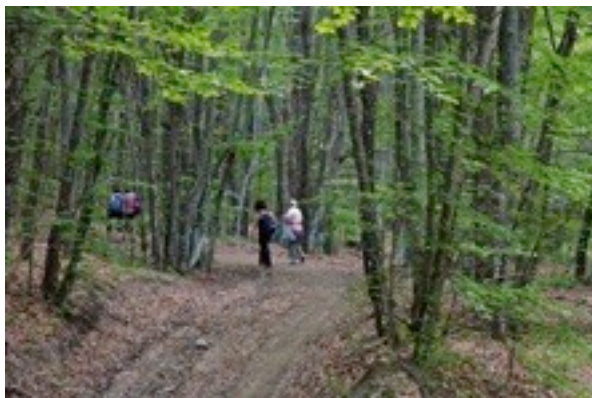
Dislivello: 500 m

Sviluppo: 10 km (andata e ritorno, è un percorso ad anello)

Portare il pranzo al sacco, una borraccia, una mantellina e indossare comode scarpe da trekking. Consigliati i bastoncini da trekking. E' possibile anche acquistare un panino, della frutta e dell'acqua presso l'agriturismo.

Partecipazione gratuita per i soci AVM (tessera annuale 15 €). Per i non soci è chiesto un contributo a offerta minimo di 5 €. Per tutti è previsto un contributo per assicurazione di 2 €.

E' consigliato iscriversi (anche on line su www.laviadelmare.eu) entro il 1 Luglio 2011.



MAGGIORI INFORMAZIONI

Associazione Via del Mare - Associazione di Promozione Sociale

Via Torre dei Torti, 15 - 27051 Cava Manara (PV) - Web: www.laviadelmare.eu
 email: infoviadelmare@gmail.com - cell. 388.1274264 (Pierre)/348.7905642 (Angela)
 Codice Fiscale 960609950183