



C A I
Club Alpino Italiano
Sezione BISMANTOVA, CASTELNOVO NE' MONTI (RE)
Via dei Partigiani 10
Casa del Volontariato Tel. 336 7464562
E-mail : caibismantova@alice.it
www.caibismantova.it



La scalinata di Monesteroli e lo scosceso territorio di Tramonti (Provincia di La Spezia)

Sabato 23 Aprile 2022

Ritrovo: alle ore 7.15 presso il piazzale antistante la nostra sede in Via dei Partigiani 10, Castelnuovo ne' Monti e partenza con auto proprie alla volta di Campiglia, in Provincia di La Spezia. Arrivo previsto alle ore 9.30 circa.

Itinerario: Da Campiglia, importante punto di sosta lungo l'AV5T, il percorso imbocca il vicolo Codemin. Quasi subito il fondo, dapprima cementato, si fa sentiero e, attraversando terrazzamenti ben conservati (alcuni dei quali a zafferano, coltivazione reintrodotta dall'associazione Campiglia), si giunge ad un punto panoramico attrezzato con una panca in legno. Da qui il sentiero prende a scendere in ambiente via via più boscoso (leccio) fino ad un "muro" verticale in pietra ornato da iscrizioni scolpite. Nelle immediate vicinanze, si stacca una traccia sulla sinistra, percorso 504C, che porta a Schiara. Continuando invece in leggera discesa sulla via principale si arriva ad attraversare il fosso di Schiara in ambiente boscoso molto suggestivo, pervenendo in breve al primo tornante della strada asfaltata S. Antonio-Schiara.

La strada va percorsa in discesa fino al tornante successivo, quindi si prosegue per un tratto di circa 150 metri in comune con il percorso n. 504, fino alla napoleonica Fontana di Nozzano (potabilità da verificare). Il percorso 535 ora devia a sinistra lasciando il 504, ed in breve esce dalla lecceta incontrando i primi vigneti. Al bivio successivo si segue in discesa il segnavia 536 per Monesteroli, lungo la lunga scalinata (1100 gradini), in alcuni tratti assai ripida, raggiungendo così le piccole abitazioni del suggestivo e panoramico borgo di Monesteroli. Proseguendo in discesa si potrà accedere alla deliziosa caletta sul mare (circa 2 ore da Campiglia). Dopo la sosta per un meritato riposo e spuntino al sacco intraprenderemo a ritroso la lunga e faticosa la scalinata fino al bivio con il sentiero 635. Dal bivio proseguiremo verso ovest verso il borgo di Fossola, nucleo di casette ben tenute che tradiscono l'amore degli abitanti per questo luogo difficile ma magico. Dopo aver visto il borgo, saliremo lungo il sentiero 634 al valico di Sant'Antonio (q. 508 m), dove troveremo un'area attrezzata con tavoli e panche, la chiesetta omonima dedicata agli Alpini e nelle vicinanze una fontana. Da Sant'Antonio passa anche il percorso di crinale AV5T, che seguiremo fino a Campiglia, punto di partenza della nostra escursione (circa 3 ore dalla caletta di Monesteroli).

Giunti a Campiglia, dove è possibile mangiare e bere nei locali presenti, ripartiremo alla volta di Castelnuovo ne' Monti. Lungo il percorso decideremo se fermarci per mangiare. (Ad es. pizzeria Wolfango di Fivizzano)

Tempi di percorrenza: percorso di circa 5 ore, escluso le soste
Dislivello circa 650 metri in salita e discesa
Difficoltà E (escursionistico)
Lunghezza circa 8 km

Considerazioni: l'escursione non presenta particolari difficoltà; occorre però avere una preparazione fisica adeguata, che permetta di percorrere, sia in salita che in discesa, i 1100 gradini della scalinata. In discesa inoltre ci sono alcuni punti in cui sembra veramente di essere sospesi sul mare, pertanto chi soffre di vertigini potrebbe avere qualche problema.

Abbigliamento necessario: scarpe da trekking, calzoni adeguati (ad es. in tessuto idrorepellente, no jeans) pile leggero e giacca antivento e/o K-way), cappellino per il sole, maglieria intima per il ricambio. Qualcosa da mangiare nello zaino, creme protettive, cerotti per vesciche e medicinali personali.

Attrezzatura: bastoncini da trekking, borraccia. (occorre una buona scorta d'acqua in quanto il percorso è in gran parte assolato).

Importante: I partecipanti dovranno attenersi e rispettare le norme nazionali e regionali, vigenti nel periodo, previste per il contenimento del Covid 19. **Obbligatoria l'iscrizione,**

Partecipanti: . I non soci possono partecipare all'uscita, ma devono necessariamente attivare l'assicurazione CAI contro gli infortuni (€ 7,5 o € 15, in funzione del massimale prescelto). In questo caso l'iscrizione va effettuata obbligatoriamente entro giovedì 21 aprile (serve nome cognome codice fiscale, data di nascita ed indirizzo)

Direttore dell'escursione: Enzo Rizzo.

Per informazioni e iscrizioni:

Enzo Rizzo Tel: 340 2704513

Mail: ortensia.b@alice.it e/o enzorizzo24@gmail.com