



**Club Escursionisti Arcoresi**

Sottosezione C.A.I. di Vimercate



Piazza Martiri della Libertà, 1 20862 ARCORE Tel. 039-6012956 cell. 3479471002

[www.cea-arcore.com](http://www.cea-arcore.com) e-mail: [cea.arcore@gmail.com](mailto:cea.arcore@gmail.com)

## Escursione alle Cinque Terre

### Riomaggiore-Vernazza

**Domenica 12 Maggio 2019**

**PARTENZA DA ARCORE ALLE ORE 6:00 PARCHEGGIO PIAZZA PERTINI**



*Figura 1 Vista dal sentiero Beccara verso Corniglia*

**Traversata da Riomaggiore a Vernazza toccando i borghi di Manarola, Volastra e Corniglia lungo un sentiero che sempre in vista del mare supera i vari promontori nel cuore del Parco Nazionale delle Cinque Terre. Il percorso completo parte da Riomaggiore per aspri sentieri in mezzo alla macchia mediterranea e scende ripidamente a Manarola. Per chi volesse risparmiarsi il tratto per esperti, sarà possibile unirsi al gruppo a Manarola. Si proseguirà poi per sentieri che alterneranno ripide salite e discese a tratti in falsopiano tra vigneti, uliveti e macchia mediterranea a picco sul mare. Per chi volesse godersi la bellezza del mare e dei monumenti di villaggi delle Cinque Terre senza effettuare l'escursione, è possibile fermarsi spostarsi da un paese all'altro con il servizio ferroviario navetta.**

**Iscrizioni:** in sede CEA, Piazza Martiri della Libertà, 1ad Arcore 30 Aprile, 3, 7 e 10 Maggio 2019 dalle 21:00 alle 22:30

**Mezzo di trasporto:** pullman o, in assenza di numero sufficiente di partecipanti, mezzi propri. A La Spezia si prenderà un treno regionale per Riomaggiore. Il ritorno a La Spezia avverrà sempre tramite treno regionale.

**Costi:** soci 25 €, non soci 28 €. Minorenni: soci 20 €, non soci 25 €.

**Assicurazione obbligatoria:** per i partecipanti che fossero sprovvisti di copertura assicurativa CAI o CEA Multirischi è richiesta all'atto dell'iscrizione la stipula dell'assicurazione giornaliera.

**Pranzo:** al sacco a carico del partecipante

**Partecipazione minorenni:** esclusivamente accompagnati da genitori o maggiorenni con delega.

**Direttore di escursione:** Roberto Galdini

**Condizioni di partecipazione e regolamento consultabile sul sito**

<http://www.cea-arcore.com>

### **Percorso completo**

**Dislivello in salita:** 910 m.

**Dislivello in discesa:** 910 m.

**Quota minima:** 0 m.

**Quota massima:** 410 m.

**Livello di difficoltà scala CAI:** EE

**Tempo di percorrenza:** 7 ore stimate

### **Percorso ridotto**

**Dislivello in salita:** 660 m.

**Dislivello in discesa:** 660 m.

**Quota minima:** 0 m.

**Quota massima:** 410 m.

**Livello di difficoltà scala CAI:** E

**Tempo di percorrenza:** 6 ore stimate

**Equipaggiamento:** abbigliamento per escursionismo primaverile in ambiente mediterraneo. Calzature da escursionismo obbligatorie. Consultate i nostri accompagnatori in sede per eventuali consigli!