



Sottosezione CAI "Cani Sciolti" Cavriago (RE)

42025 Cavriago - Reggio Emilia

Sito Internet: www.caicanisciolti.it

7 Aprile 2024

Appenino Ligure: manico del lume m 802



PERCORSO STRADALE; autostrada fino a Recco

Descrizione :

Escursione lunga ed impegnativa che permette di attraversare tutto lo spartiacque tra il golfo del Tigullio e le valli di Uscio e di Fontanabuona.

Ben segnalata dalla FIE; manca la segnalazione solo tra il passo del Gallo ed il Passo Serra se si vuole effettuare la integrale in cresta (il sentiero segnalato con un triangolo vuoto passa più a valle a mezza costa).

Per compiere la traversata servono due auto, oppure rientro in treno da Rapallo a Recco

zione ferroviaria di Recco si scende per pochi metri costeggiano la ferrovia, si attraversa il grande ponte in cemento e si inizia a salire lungo il sentiero, in parte asfaltato, in parte a gradoni, che segnalato con un triangolo vuoto, risale l'abitato di Recco, in direzione est e poi, dopo aver incrociato più volte la strada, in direzione N-NE, sino a lasciare l'abitato e le fasce coltivate ad olivi.

Il sentiero si inoltra in un bel bosco di latifoglie e salendo in modo costante, sino ad incontrare il sentiero proveniente da Ruta di Camogli segnalato da due pallini rossi. Da qui il sentiero prosegue a mezzacosta nel bosco sul versante ovest aggirando il Monte Ampola 545 m (ma volendo c'è una traccia un po' trascurata che ne percorre la dorsale molto panoramica sul Golfo del Tigullio e ridiscende ai Prati di Caravaggio) Dai Prati di Caravaggio si hanno due possibilità, o continuare lungo il sentiero principale che continua a sinistra sotto il Santuario di Caravaggio, oppure molto consigliabile, è salire la scalinata in pietra, ripida, che un po' faticosamente porta al bellissimo santuario edificato sul Monte Orsena 614 m, grandioso panorama. Da questo si continua su una marcata traccia sul crinale boscoso, che in discesa porta al Passo del Gallo 480 m (presenti alcuni tavolini e panchine).

Si prosegue in piano per un tratto sino ad un altro colletto non nominato, alla base del crestone del Monte Bello.

Anche qui due opzioni:

per i "cacciatori" di cime si può percorrere integralmente la lunga dorsale che consente di toccare prima il Monte Bello 712 m (è presente un segnavia quadrato vuoto) e poi per tracce con vari saliscendi si tocca il Monte Borgo 732 m e quindi si prosegue in discesa al Passo Serra. Oppure più comodamente si continua sul sentiero "triangolo vuoto", che con un lunghissimo mezza costa sul versante sud, condurrà al Passo Serra; questo tratto appare forse più lungo a vedersi che a farsi, considerando che il sentiero è quasi del tutto pianeggiante; alcuni brevi passaggi potrebbero essere invasi da arbusti.

Raggiunto il Passo Serra 641 m, si riprende a salire in modo deciso, puntando all'anticima del Monte Manico del Lume, su traccia di sentiero e segnavia sempre triangolo vuoto.

Dall'anticima iniziano le "difficoltà", ovvero inizia il tratto attrezzato con catene (utili ma non sempre indispensabili), che consente di scendere una paretina rocciosa sino ad un intaglio

sotto la vetta vera e propria. Quindi si riprende a salire un muretto leggermente esposto (anche qui catena) e poi una fascia di cresta piuttosto semplice ma comunque con tratti attrezzati. Gli ultimi metri sono nuovamente su sentiero agevole 801 m..

Per proseguire nella traversata, si scende lungo la cresta orientale e si percorre lo spartiacque tra il golfo del Tigullio e la valle di Fontanabuona, con una serie di saliscendi (il sentiero ora è segnato con due X) che ci portano a toccare la cima arrotondata del Monte Lasagna 728 m e successivamente, quella più impervia del Monte Pegge 745 m ove sorge il Rifugio Margherita, proprietà della sezione A.N.A. di Rapallo.

Dalla punta del monte Pegge si scende rapidamente verso la strada asfaltata che collega Rapallo a Cicagna, nei pressi del colle della Crocetta ove sorge una piccola cappella.

Dal colle della Crocetta si riprende il sentiero di cresta, immerso nel bosco, che in circa 40 minuti, ci porta sul piazzale del Santuario di N.S. di Montallegro 600 m.

Dal santuario, se si arriva entro le 16,45, è possibile scendere con la funivia; oppure, in circa 50 minuti a Rapallo.

Lungo una strada lastricata, si raggiunge la stazione di Rapallo ove ha termine gita.

da Rapallo si ritorna a Recco in treno.

DISCESA : percorso tranquillo dal monte Pegge circa 700 m

Durata totale: 5,30 soste escluse

Dislivello: D+ 800

Difficoltà: EE

Carattere della gita: turistica ambientale e panoramica

Attrezzatura: scarponi alti, bastoncini, molta acqua, e pranzo al sacco.

Abbigliamento: adeguato al periodo

Accompagnatori: capo gita Giovanni Costi 333 3454011

Vice capo gita Roberto Nardi 349 4727847

Norme Anti-Covid: dovranno essere rispettate le norme anti-covid in vigore al momento dell'escursione.

Trasferimento: ritrovo alla Pianella ore 6,30

Tessera Cai: obbligatoria

L'escursione potrà subire variazioni di percorso su valutazione degli accompagnatori

