



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Seregno via
San Carlo, 47
20831 SEREGNO MB

Gruppo Tempo Libero - Uscite del mercoledì

DATA	10 Aprile 2019
PARTENZA	da Seregno ore 6:00 dal parcheggio di Santa Valeria
DURATA	ore 3,00 circa
DISLIVELLO	265 mt. circa - percorso 7 Km. circa
DIFFICOLTÀ	E
EQUIPAGGIAMENTO	da escursionismo – utili i bastoncini da escursione
ACCESSO	In autobus da Seregno, A7 per Genova, poi Genova-Livorno, uscita Sestri Levante

DESCRIZIONE ITINERARIO

Dal centro di Sestri Levante – zona pedonale, in via XXV Aprile – imboccare “vicolo del bottone” (piccolo voltino all’ingresso del vicolo con indicazioni per Punta Manara). Appena entrati nel vicolo, sulla sinistra, si prende “Salita della Mandrella”, ripida salita stretta tra due alte mura che porta sulle alture di Sestri Levante. Superata una zona tra uliveti ed orti e la località Mandre, il sentiero prosegue in gran parte gradinato, con segnavia 2 quadrati rossi e con un bel panorama su Sestri e la Baia del Silenzio.

Il percorso si fa per lo più pianeggiante e senza troppa fatica si raggiunge un primo bivio, si prosegue dritti ed al secondo bivio, proseguendo a sinistra, il sentiero conduce in vetta al Monte Castello, a quota 265 mt. (30 minuti dal bivio). La vista da qui non offre molto e riprendendo il cammino in discesa in direzione di Riva Trigoso si arriva ad uno spiazzo con panchine e con vista su Riva Trigoso coi cantieri navali. Qui si prende il sentiero a destra in direzione di Punta Manara e con percorso in prevalenza pianeggiante si giunge ad una vecchia casermetta denominata “Bivacco Manara”.

Dal bivacco una scalinata con corrimano in corda permette di arrivare a Punta Manara (quota 166 mt.) dove troviamo i resti di una torretta ed un ampio panorama: a levante la costa delle 5 Terre con le Alpi Apuane sullo sfondo; a ponente Capo Mele con alle spalle le Alpi Liguri. Dopo la sosta, si ritorna sul sentiero in direzione Sestri Levante con uno splendido scenario sul mare e su Sestri e in meno di un’ora si arriva in paese.

E’ possibile 5 minuti dopo la partenza, allungare il percorso di rientro, scendendo per un ripido sentiero alla “Ciappa del Lupo” una grossa piastra che si allunga verso il mare. Il percorso inizialmente non presenta difficoltà, ma poco dopo diventa più ripido con fondo poco regolare. E’ comunque un sentiero breve (1/2 ora di discesa e altrettanto di salita) percorribile con le dovute cautele, ma senza estreme difficoltà. Lo spettacolare scenario che si trova alla fine del percorso, ripaga delle fatiche per arrivarci.

Arrivati in via XXV Aprile, girando a sinistra in direzione della chiesa, si arriva alla Baia del Silenzio, luogo caratteristico di Sestri L. che avevamo già ammirato dall'alto e qui termina l'escursione.

N.B. Il ritrovo e l'orario per la partenza con l'autobus verrà comunicato all'inizio dell'escursione.



Telefono e Fax +39 0362 638236
Posta Elettronica caiseregno@gmail.com
Sito internet www.caiseregno.it
Apertura Sede: Martedì e Venerdì ore 21-23

Cell. Erminio 347 405 3812
Angelo 349 865 0261
Gianpaolo 334 965 8759

Prossima escursione: 22 Maggio - VALSERIANA: Colzate-S.Patrizio-M.Tisa