



S.E.M.

Società Escursionisti Milanesi
Via A. Volta, 22 Milano – tel. 02653842



Commissione Gite



.....quasi arrivati a Sestri

domenica 17 Febbraio 2008

Traversata Moneglia – Sestri Levante

Descrizione generale

Escursione con dislivelli contenuti e con difficoltà **E**
Percorreremo in senso contrario, ma per noi logisticamente più comodo, la sesta tappa del Sentiero Verdeazzurro.

Questo sentiero permette di percorrere a piedi in 10 giorni circa la distanza che separa Genova da La Spezia.

Logistica

Trasporto : Treno
Iscrizione : Da mercoledì 6 febbraio presso la sede sociale
Colazione : Al sacco

Appuntamento

Ore : 6.50 nell'atrio principale della Stazione di Milano Centrale, muniti del biglietto andata e ritorno Milano / Moneglia

Per il nostro viaggio utilizzeremo i seguenti treni:

andata : treno regionale n° 2181 Milano 07 : 15 / Moneglia 10 : 34

ritorno : treno regionale n° 2194 Sestri L. 18 : 17 / Milano 21 : 40

Quota di partecipazione

Soci SEM :	5,00 €
Soci CAI :	6,00 €
Non Soci :	10,00 €

(per i non soci saranno accese due assicurazioni cumulative)

Itinerario, tempi e dislivelli

- Moneglia - Riva Brigoso : circa 4 ore, circa 400 m. (quota max 360 m) x 10,2 Km
- Riva Trigoso – Sestri Levante : circa 2 ore, circa 250 m. (quota max 220 m.) x 5 Km

NOTE

Per chi arrivasse a Riva Trigoso già ampiamente soddisfatto della propria performance esiste la possibilità di evitare la seconda parte dell' escursione, e quindi di usufruire del Bus per Sestri Levante

In questo caso il ritrovo finale è fissato nell' atrio della Stazione di Sestri Levante non più tardi delle ore 18.10 (orario di partenza del treno per il ritorno ore 18.17)

Equipaggiamento minimo obbligatorio

- Scarponcini da Trekking
- Tessera del CAI (I non soci dovranno accendere una assicurazione supplementare)

Equipaggiamento consigliato :

- Zaino da 25 / 30 litri
- Borraccia
- Indumenti per ripararsi dalla pioggia
- Occhiali da sole
- Indumenti di ricambio
- Apparecchio fotografico
- Binocolo
- Colazione al sacco

Numero di telefono per eventuali comunicazioni prima o durante l' escursione

Domenico : 338 7516204

