



**SABATO 11 GENNAIO 2025**

**"Aria di mare"**

**I borghi a oriente della vallata di  
LEVANTO**

**I nuclei medievali arroccati sulle colline**

**Levanto** è una bella cittadina situata sulla **costa ligure di Levante**, al confine con le **Cinque Terre**. Oltre alla spiaggia e al mare offre l'opportunità di fare belle camminate verso l'immediato entroterra sempre in vista della distesa marina. A fine anni '90 fu riportato alla luce un intrico di sentieri e mulattiere utilizzate dai contadini ai tempi in cui l'economia della valle era basata prettamente sull'agricoltura. Grazie agli interventi pubblici e ai volontari del CAI, una parte di questi percorsi furono recuperati. Questo progetto procede da vari decenni nonostante la presenza massiccia di cinghiali che devastano i terrazzamenti coltivati a vite e ulivi. Quasi tutti gli insediamenti abitativi erano già presenti nel XIII secolo, e si svilupparono nei secoli, spesso sovrapponendosi ad elementi già esistenti. Si percorrono mulattiere storiche delimitate da muretti a secco, strade lastricate definite da tavole di ardesia, ponticelli di pietra sopra rumorosi ruscelletti, ma anche sentieri selvaggi. L'itinerario dal mare verso l'entroterra attraverserà i paesi di

**Montale, Vignana, Lerici, Pastine, San Bartolomeo, Ridarolo**

per ritornare sulle rive del mare. Le case dall'architettura complessa per il poco spazio disponibile sono ben tenute e coloratissime. I caruggi, gli archi, i passaggi coperti, i terrazzi sempre fioriti ritraggono un mondo bomboniera dove prevalgono il silenzio e i profumi. Le chiese troneggiano in posizioni privilegiate e si aprono quasi sempre su ampi terrazzi con vista mare.

**Quota di partecipazione: € 30 per trasporto pullman**

**Partenza ore 7 .00 da Viale Villetta Rientro: ore 20 traffico permettendo**

**Dislivello in salita e in discesa: m 270 Lunghezza: Km 10 circa**

**Tempo totale: 4h 30' a passo moderato Pranzo al sacco**

**Scarpe con suola vibram e abbigliamento adatto alla stagione**

**La partecipazione all'escursione richiede ai soci di essere dotati di equipaggiamento idoneo, di saper valutare le proprie capacità fisico-tecniche in relazione al percorso e di attenersi alle disposizioni del capogita che sovrintende solo agli aspetti pratico/organizzativi dell'iniziativa.**

**Per ulteriori informazioni: Valeria**



**Si ricorda che per partecipare occorre aver rinnovato la tessera associativa che scade il 31 dicembre e SOTTOSCRIVERE IL  
REGOLAMENTO 2025**