



# CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Parma

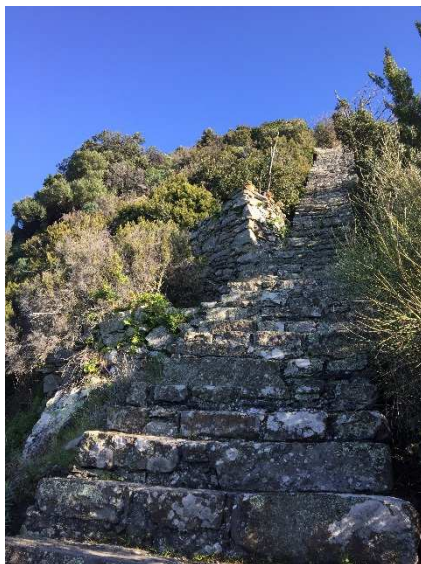


## La Scalinata di Monesteroli (SP)

D.E.: Valentina Balocchi, Daniele Iaschi – Collaboratore: Kateryna Corsi

**23 FEBBRAIO 2020**

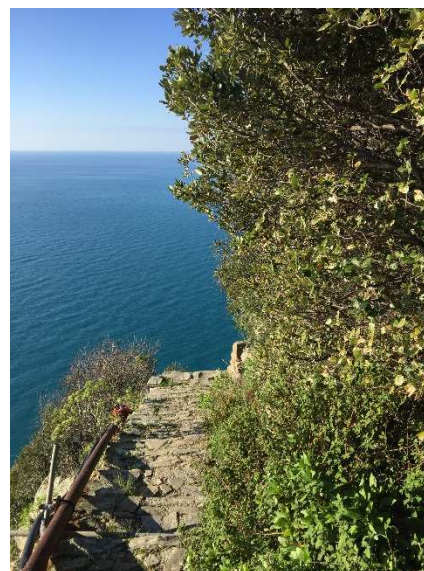
Informazioni organizzative	
Ritrovo	Parceggio Palasport
Orario ritrovo	06.45
Orario partenza	07.00
Apertura iscrizioni	23-01-2020
Chiusura iscrizioni	19-02-2020
Posti disponibili	35 + lista d'attesa
Quote Iscrizione	
Solo Soci CAI	€ 25,00
comprende: viaggio A/R in pullman, spese organizzative.	
Informazioni Tecniche	
Difficoltà (scala CAI)	E
Tempi di percorrenza (soste escluse)	5 h
Dislivelli	Mt 650 In salita e discesa
Equipaggiamento richiesto:	
Scarponi da montagna con suola tipo Vibram. abbigliamento adeguato all'escursionismo in ambiente collinare, giacca a vento, zaino, borraccia con almeno 1 lt. di acqua o thè già riempita alla partenza, pranzo al sacco, occhiali da sole e crema solare, berretto e guanti, consigliati i bastoncini telescopici.	



*Monesteroli è un minuscolo borgo della Liguria a picco sul mare, accessibile soltanto in barca oppure a piedi, percorrendo i 1100 scalini della "Scala Grande", che con le sue vertiginose pendenze ci permette di visitare un angolo di paradiso incontaminato sospeso tra il blu del mare e il verde della macchia mediterranea, con un panorama incredibilmente ampio che spazia dalle isole del Golfo di La Spezia, dalle falesie del Muzzerone fino a Punta Mesco ed al Monte di Portofino.*

Da Biassa 316 m, percorrendo una bella mulattiera scalinata, si sale in circa mezz'ora alla chiesetta alpina di Sant'Antonio, a m 511 s.l.m, nel territorio di Tramonti, nel Parco Nazionale delle Cinque Terre.

Qui attraversiamo un bosco di lecci deviando dal percorso principale e prendendo il sentiero che scende lungo la Costa dei Pozai.



Giunti ad un incrocio di sentieri a quota 256 m, inizia la parte più spettacolare della scalinata, da percorrere con costante attenzione a causa dei gradini diseguali e dell'elevata pendenza. Sospesi sull'azzurro del mare, giungeremo alle "cantine" che costituiscono il piccolo abitato di Monesteroli, tra terrazze, viti e muretti a secco, fermandoci a pochi metri dal mare, davanti allo scoglio Montonao.

Dopo adeguata sosta per ammirare il panorama, prenderemo lentamente a risalire la ripidissima scalinata, fino a tornare al bivio a quota 256 m. Seguiremo quindi un sentiero a mezzacosta che con qualche saliscendi ci porterà a Campiglia, dove faremo la pausa pranzo nella bellissima piazza con ampia vista sul mare.

Il rientro avviene con un sentiero che ci riporta a Biassa passando dal versante rivolto verso il Golfo di La Spezia.

NB: IN CASO DI PAGAMENTO CON BONIFICO BANCARIO INDICARE NELLA CAUSALE "NOME COGNOME MONESTEROLI" ED INVIARE COPIA A [SEGRETERIA@CAIPARMA.IT](mailto:SEGRETERIA@CAIPARMA.IT)

**Club Alpino Italiano**  
Sezione di Parma  
V.le Piacenza, 40  
tel. 0521 984901  
IBAN:  
[IT67W0306909606100000150681](http://IT67W0306909606100000150681)

Il Regolamento delle Escursioni Sociali è visionabile presso la Sede Sociale o sul sito [www.caiparma.it](http://www.caiparma.it) a cui si rimanda anche per eventuali aggiornamenti o modifiche del programma.  
Gli organizzatori si riservano di variare le date, i percorsi e/o il programma della gita anche in fase di svolgimento.

### Avvertenze specifiche e note importanti

L'escursione non prevede dislivelli o percorrenze impegnative, si consiglia comunque una buona preparazione fisica e passo fermo per la percorrenza della "Scala Grande".

Si prega di lasciare un recapito telefonico al momento dell'iscrizione.

### Per informazioni:

**Valentina Balocchi** 3396330329 [valeblocchi@gmail.com](mailto:valeblocchi@gmail.com)  
**Daniele Iaschi** 3203498360 [danieleiaschi@libero.it](mailto:danieleiaschi@libero.it)  
**Kateryna Corsi** 3273912908 [katiaby91@hotmail.it](mailto:katiaby91@hotmail.it)