



GES Sala Baganza (PR)  
Gruppo territoriale CAI



# GRUPPO ESCURSIONISTICO SALESE

## Sala Baganza - Parma

### PARCO DELLE CINQUE TERRE

### MONESTEROLI

“La montagna per tutti, in gruppo”

Responsabili di escursione: Mauro Rodolfi – Cristian Tondelloni

**26 FEBBRAIO 2022**

#### Informazioni organizzative

Ritrovo	Parcheggio di via Roma a Sala Baganza 06,45
Orari di partenza	07,00
Ritorno previsto	Ore 19,00
Apertura iscrizioni.	16-02-22
Chiusura iscrizioni.	23-02-22
Posti disponibili	20 + lista d'attesa Auto Proprie

#### Quote Iscrizione

Soci GES CAI	€ 0,00
Non Soci CAI	€ 12,00

**Comprende:** assicurazione infortuni e soccorso alpino

**Non comprende:** Trasferimento e quant'altro non espressamente indicato

#### Informazioni Tecniche

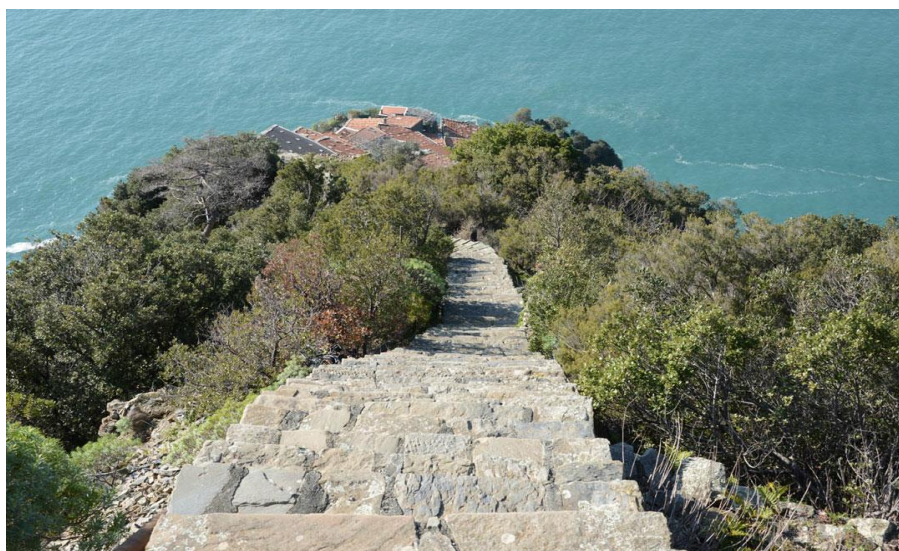
Difficoltà (secondo scala Cai)	E EE MONESTEROLI
Dislivello positivo	550 mt.
Tempi di percorrenza	5,00 ore

**Equipaggiamento** **Obbligatorio:**  
Scarponi con suola Vibram o similare, abbigliamento da trekking invernale, acqua, scarpe di ricambio e pranzo al sacco.

**Avvertenze COVID:** i partecipanti sono tenuti a rispettare le prescrizioni di sicurezza e a indossare i dispositivi di protezione individuali

#### IBAN

Crédit Agricole  
Agenzia Sala Baganza  
Gruppo Escursionistico Salese  
IT69W0623065891000057460266



Bellissimo itinerario ad anello in una zona all'interno delle 5 Terre, meno battuta dal turismo. Siamo sulla Costa dei Tramonti, ovvero quel tratto di litorale che va da Portovenere a Riomaggiore.

Punto di partenza è la piccola borgata di Campiglia (382 m.). Dal parcheggio parte il sentinella 598 che sale subito nel bosco in direzione del crinale e prosegue fino al centro del paese, nella piazza della Chiesa. Lasciato alle spalle il paese, saliamo ancora sino alla località Rocca Storti (538 m.) incontrando successivamente varie installazioni facenti parte della Palestra nel Verde.

Si scende in direzione del Valico di San Antonio (511 m.), dove troviamo una piccola Cappella dedicata a San Antonio Abate (1600-1700) e un importante crocevia di sentieri; noi prendiamo a sx il 534 diretto a Fossola (284 m.). Seguiamo in questo tratto una bella mulattiera scalinata, un tempo utilizzata dai vignaroli di Biassa per raggiungere i poderi di Schiara e Monesteroli. Il sentiero traversa a sx, districandosi tra varie case e terrazzamenti e superando la caratteristica Chiesa degli Angeli Custodi. Dopo tanto scendere riprendiamo a salire (CAI 535); da prima con una breve ma stretta scalinata e poi sempre in traversata a sx, con splendide vedute sulla rocciosa costa sottostante. Arriviamo ad un bivio: abbandoniamo temporaneamente il 535 e svoltiamo decisamente a dx sotto di noi, dove parte la spettacolare scalinata di Monesteroli...1100 gradini di passione! Si tratta di una caratteristica e ripida scalinata a picco sul mare che consente di scendere alle poche case-cantine di Monesteroli, e proseguire sino al mare. La scalinata richiede un minimo di attenzione, ma non presenta particolari problemi. Risaliamo lungo la scalinata fino al bivio; qui riprendiamo a dx sul 535 in direzione di Campiglia. Passando dalla Fontana di Nozzano (353 m.) e poco dopo troviamo un ulteriore bivio e proseguendo a sx sul 535 torniamo a Campiglia.

**PER L'ESCURSIONE E' INDISPENSABILE AVERE IL GREEN PASS VALIDO E L'AUTODICHIARAZIONE**

Gruppo Escursionistico Salese  
Sala Baganza -PR-

[www.ges-salabaganza.com](http://www.ges-salabaganza.com)  
info@ges-salabaganza.com

Il Regolamento delle Escursioni Sociali è visionabile presso la Sede Sociale del CAI di Parma o sul sito [www.cai-parma.it](http://www.cai-parma.it) per eventuali aggiornamenti e/o modifiche del programma si rimanda al sito [www.ges-salabaganza.com](http://www.ges-salabaganza.com).  
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

Per informazioni e prenotazioni contattate

Rodolfi Mauro 347 0589841