



**CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI PARMA
COMMISSIONE ESCURSIONI SOCIALI**



**"La montagna per
tutti, in gruppo"**



**Informazioni
organizzative**

Luogo ritrovo	Stazione ferroviaria di Fornovo
Ritrovo	7.50
Partenza	8.13
Trasporto	Treno regionale con cambio a La Spezia
Apertura iscrizioni	15.01.2026
Chiusura iscrizioni	28.01.2026

POSTI DISPONIBILI : 30

Quote Iscrizione

Adulti soci	€ 30,00
Bambini soci	€ 15,00
Adulti non soci	€ 43,00
Bambini non soci	€ 26,00

La quota comprende:

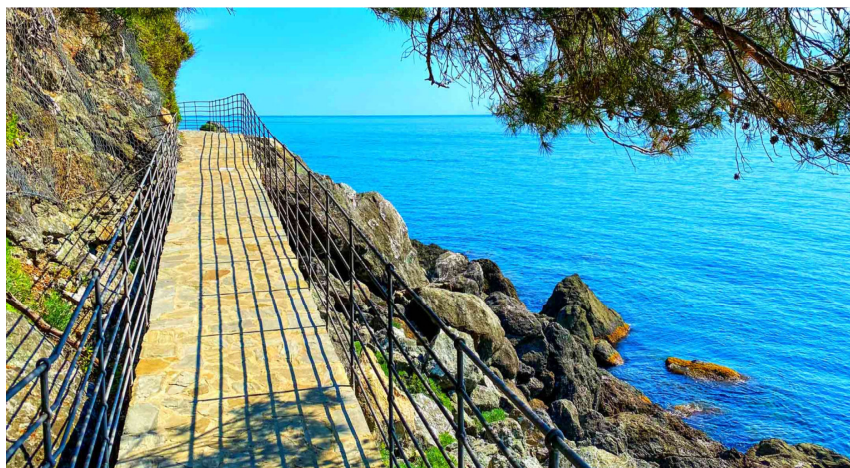
biglietto del treno sia per i soci che i non soci,
assicurazione infortuni per i non soci

Informazioni Tecniche

Difficoltà (scala Cai)	E
Età minima consigliata	4 anni
Tempo percorrenza	3 h
Lunghezza percorso	5 km
Dislivello salita	250 metri

Equipaggiamento

richiesto: scarponi suola Vibram, abbigliamento a strati da media montagna, impermeabile, pranzo al sacco, acqua almeno 1 l. per partecipante, cuffia e guanti, giacca impermeabile, pile, crema da sole, ricambi, binocolo, macchina fotografica, tessera CAI.



Direttori di escursione: Francesca Badi – Roberto Badi

Sabato 31 gennaio 2026

Parcheggeremo l'auto nei pressi della stazione di Fornovo dove partiremo con il treno con destinazione La Spezia. Qui, dopo 20 minuti, saliremo sul treno regionale che ci porterà a Framura. A pochi metri dalla stazione, inizia il nostro giro ad anello (5 km circa) che ci porterà a scoprire le diverse frazioni di Framura, piccoli insediamenti abitati tipicamente liguri con case colorate, scalini a non finire, macchia mediterranea profumata e variegata, ulivi, vigne, pini marittimi e splendidi scorci sul mare. E proprio dal mare parte l'itinerario su un sentiero adagiato su una massicciata protetta da ringhiera che tocca la spiaggia di Vallà e sale poi verso Setta, centro nevralgico di Framura. Il sentiero sale poi ancora e dopo un dislivello di 130 m, si raggiunge la frazione di Costa (287 m s.l.m) con la sua torre medievale. Si scende poi incontrando altre due piccole frazioni: Ravecca ed Anzo. Sosta in spiaggia (meteo permettendo) e ritorno in treno previsto entro le ore 19 a Fornovo (con un cambio treno a La Spezia).

IMPORTANTE:

In caso di maltempo, l'escursione verrà annullata e riprogrammata.

Per le caratteristiche del percorso non è consentito portare animali domestici.

Per info, contattare questi numeri: Francesca 368/3097660.

Per l'iscrizione è richiesta il pagamento dell'intero importo tramite bonifico seguendo le indicazioni sotto riportate.

Prima di procedere al pagamento della quota di iscrizione, attendere la conferma dal Direttore di escursione.

INFO E ISCRIZIONI

SOLO via email a:
familycaiparma@gmail.com
Per anticipi bonifico a:
CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI
PARMA IBAN:
IT44D0623012781000036408533
Causale: (26EFAMARE)

AVVERTENZA

E' richiesta l'iscrizione al CAI di almeno un componente della famiglia.

Club Alpino Italiano
Sezione di Parma
Viale Piacenza, 40
TEL.0521.984901
Fax.0521.985491