



DOMENICA 22 FEBBRAIO 2009
DA CAMOGLI A SAN FRUTTUOSO
ATTRAVERSANDO IL MONTE DI PORTOFINO.

Itinerario: Camogli - San Rocco – Pietre Strette – San Fruttuoso di Camogli

Dislivello: circa 450 m. da Camogli (m 0 slm) a Pietre Strette (450 m ca).

Tempo totale di cammino: 2 ore per il percorso normale, soste escluse.

Dove rifocillarsi: agriturismo Molini: www.ilgiardinodelborgo.it

Una sgambata leggera per iniziare la stagione, in un parco marino, il Parco Regionale di Portofino, tra i più belli e rinomati del mondo.

Da Camogli il percorso ha inizio in corrispondenza della locale stazione dei Carabinieri e prosegue per un breve tratto attraversando un vialetto rettilineo alberato. Giunti in prossimità della frazione di San Rocco ha inizio una scalinata che termina di fronte all'ingresso della chiesa parrocchiale. La costruzione fu eretta a partire dal 1863 nel luogo in cui sorgeva una cappella dedicata al santo, e si trova su un poggio panoramico da cui si dominano il golfo Paradiso, Genova e



la Riviera Ligure di Ponente. La località “Pietre strette” è posta indicativamente al centro del Promontorio di Portofino e si può raggiungere a piedi, partendo da Camogli, attraverso sentieri ben segnalati. Da Pietre Strette ha inizio un sentiero



tortuoso che conduce in una piccola valle ombrosa e fresca e segue per alcuni tratti il corso di un torrente. Nei punti in cui si distanzia dal corso d'acqua, il percorso attraversa zone panoramiche dalle quali è possibile intravedere scorci di mare tra il verde intenso della vegetazione. Qua e là affioramenti di conglomerato offrono l'opportunità di osservare la caratteristica costituzione di questa roccia fatta di ciottoli cementati all'interno di una matrice. Il bosco misto che si incontra è in prevalenza costituito da lecci e più in basso, verso la fine della piccola valle, anche da carpini neri.

Il percorso prosegue su pendici assolate per poi discendere verso S. Fruttuoso di Camogli e attraversa la località delle Sorgenti Caselle, dove un tempo esistevano attività agricole e dove restano ormai soltanto alcuni ruderi a testimonianza del passato.

Da Pietre Strette a San Fruttuoso:

Segnavia: cerchio rosso

Tempo di percorrenza: 50 minuti

Tipo di sentiero: pedonabile con tratti di terra battuta e roccia in discesa



Qui i terreni sono spesso colonizzati da specie tipiche della macchia, come erica arborea, corbezzolo e [lisca](#), una pianta usata anticamente per la realizzazione di cordami. Più in basso si incontrano un piccolo lembo di lecceta ed alcuni esemplari di pino domestico, prima di giungere in una zona coltivata ad oliveto con tipiche fasce liguri a ridosso delle abitazioni del borgo

L'abbazia sulla spiaggia risale al XI secolo ed è visitabile, a pagamento, solo tra maggio e novembre. Da notare anche la torre a lato dell'abbazia la cui costruzione fu iniziata da Andrea Doria.



ORARI DI RITROVO ALLA PARTENZA (gita in pullman – vedi nota):

Andata. Ritrovo p.le Loreto h. 7.00, p.le Lotto h 7.15, Romolo h.7.30

Ritorno. Partenza in pullman da Camogli alle ore 17, rientro previsto a Milano vs le ore 20.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE euro 25.

La quota comprende: viaggio a/r con pullman e spese organizzative. Non include il battello

ISCRIZIONI e RINUNCE: Contattare il circolo al **cell 3403812708** oppure inviare un mail all'indirizzo infotiscali@arciquartiere.org ed attendere conferma. Si prega di lasciare un recapito telefonico, preferibilmente cellulare. Le prenotazioni vengono effettuate sulla parola senza anticipo. Eventuali rinunce sono accettate entro il giovedì precedente la gita. In caso contrario, se il posto lasciato libero non viene occupato da un sostituto, ci si impegna a saldare la intera quota.

NOTA: nel caso di ridotto numero di adesioni (< 25 persone) la escursione verrà effettuata in treno con il seguente programma:

Ritrovo h 7.00 Staz. Centrale piano terra salone a Sx della biglietteria Centrale. Treno IR delle 7.20 per Camogli con arrivo alle 9.52. **Ritorno** con treno IR Camogli-S.Margherita Ligure 17.25-17.31 (16.57-17.03) ed IC S.Margherita-Milano 17.39-19.55. **Quota di partecipazione 30 €.**