

GIORNATE GUIDE AGAEL 6 MARZO 2021

GIULIA COZZINO

Forti di Genova: L'anello dei 2 Fratelli

Sabato 6 marzo 2021, ore 14.45

Semplice escursione naturalistica ad anello

Itinerario: Partenza dal Paese di Begato - salita al Fratello Minore - Rovine del Fratello maggiore - Crinale Val Polcevera/ Bisagno - Rientro su sentiero "Praglietta"

Mezza giornata dedicata alla scoperta dei forti "fuori dalle mura" meno conosciuti: il Fratello Minore e il Fratello Maggiore (ruderi). Cammineremo lungo l'anfiteatro naturale della Val Torbella, percorrendo un itinerario estremamente panoramico con spettacolari scorci sugli altri forti, Val Polcevera, Val Bisagno e gran parte della costa ligure, il tutto attraversando aree di elevato interesse storico-naturalistico.

**Luogo di Ritrovo: Begato Paese, piazza principale (Genova) ORE 14.45
(Capolinea bus 272)**

Servizi Inclusi e Indicazioni su Cosa Portare

In occasione della Giornata promozionale delle Guide AGAEL, l'escursione è gratuita con un massimo di 15 persone.

La prenotazione è obbligatoria e deve essere effettuata entro la giornata di giovedì 04/03 al numero 3474269118 o alla mail giulia.cozzino@icloud.com

Escursione a cura di Giulia Cozzino GAE abilitata ai sensi della L.R. 44/99

Equipaggiamento: scarpe chiuse con suola scolpita. Abbigliamento a strati. Giacca antipioggia. Zainetto con acqua, snacks. Mascherina e gel igienizzante.

Informazioni Generali

Camminata di circa 2,5 h al netto delle soste

**Requisiti necessari e/o regole da rispettare per questa esperienza/attività:
Escursione adatta a tutti, consigliata per bambini a partire dai 6 anni.**

**Leggere e firmare il regolamento di escursione e il regolamento anti contagio covid-19 che invieremo via mail o WhatsApp al momento della prenotazione.
Informazioni Utili: Parcheggio auto in paese lungo la strada. Chi utilizza i mezzi pubblici può prendere il bus 272 a Rivarolo (piazza Pallavicini) e**

scendere al Capolinea

Informazioni Tecniche dell'Attività

Livello di difficoltà (CAI): Escursionistico

Lunghezza del percorso: 6 km circa

Dislivello: 250 m circa

Stato del fondo: mulattiera, sentiero naturale

Cani ammessi: sì, al guinzaglio. Si prega di avvisare la guida.

MARINA CHELLA

“di borghi fatati, uliveti e paesi fantasma”

sabato 6 marzo 2021 ore 10.00

escursione storico naturalistica tra gli uliveti del Caprione e i suoi scorci infiniti sul mare

con partenza dal centro storico di Ameglia, percorreremo l'antica mulattiera tra lecci e corbezzoli, collegamento con Lerici, per deviare sul borgo abbandonato di Portesone tra gli uliveti e gli asparagi selvatici. Da qui scenderemo a Tellaro e dopo una visita tra leggende e bellezze di “uno dei borghi più belli d'italia”, risaliremo tramite l'antica scalinata vista mare che ci condurrà nuovamente in quota.

si tratta di un'escursione che darà molto spazio alla storia e alla leggenda di cui è ricco il Golfo dei Poeti e i borghi del promontorio del Caprione, attraverso colpi d'occhio incredibili sull'arcipelago di Palmaria a ovest, e sulle Apuane a est.

Luogo di Ritrovo

**piazza della Libertà, in prossimità del ristorante “locanda Ameglia Alta”
Ameglia (SP)**

Servizi Inclusi e Indicazioni su Cosa Portare

accompagnamento con g.a.e. , gratuito per la giornata della guida , ma con prenotazione obbligatoria entro 2 giorni prima al numero 366 1963361

equipaggiamento: scarpa chiusa con suola scolpita, un litro di acqua, abbigliamento a strati, pranzo leggero, giacca anti vento, num 2 mascherine per persona e gel igienizzante per mani (accettato uno per gruppo o nucleo)

Informazioni Generali

Durata dell'attività e durata totale : tutto il giorno

Requisiti necessari : attività indicata per adulti e bambini sopra gli 8 anni di età abituati a camminare.

Regole da rispettare per questa esperienza/attività:

leggere e firmare il regolamento di escursione e il regolamento anti contagio covid-19 che invieremo via mail o whatsapp al momento della prenotazione

Informazioni Utili:

il borgo di Ameglia da cui partiremo, gode di un ampio parcheggio gratuito a piani, ai non residenti è riservato il piano terzo e quarto,

non c'è la certezza che il bar stagionale sia aperto ad ameglia, comunque salendo in paese in auto si trova sulla sinistra un alimentari "la bottega di simona", molto fornito a cui spesso mi appoggio, e un alimentari sulla strada del borgo.

giunti a Tellaro troveremo attività funzionanti, una farmacia e sicuramente la fontana pubblica.

Informazioni Tecniche dell'Attività

escursionistico

lunghezza 10 km

dislivello 500mt

stato del fondo : sentiero in terra battuta, mulattiera

cani ammessi solo al guinzaglio e con museruola e dopo colloquio preventivo con il conduttore

VIVIANA BOBBIO

Escursione al Forte Richelieu (metri 415)

Sabato 6 marzo 2021 ore 10

Scopriamo da vicino una delle fortificazioni che protessero Genova e il suo porto dagli invasori.

Saliremo le mattonate per arrivare sopra al quartiere di Borgoratti. Da qui un ripido sentiero tra mirti e corbezzoli punta diretto al Richelieu oltre i 410 metri di altezza. Faremo merenda sul pianoro erboso da cui la vista spazia sui forti di Ponente. Un facile percorso che scende nel bosco ci porterà poi fino ai Camaldoli da dove in pochi minuti raggiunto il Santa Tecla prenderemo la tipica creuza che ci riconduce a San Martino.

Il profumo dell'elicriso e del timo ci accompagnerà fino al forte che fu edificato in posizione strategica, rivelatasi fondamentale durante l'assedio austriaco del 1747 e che venne intitolato al maresciallo di Francia, responsabile della difesa della città, Armando Duplessis di Richelieu. Il duca che si sposò tre volte, ebbe fama di gran seduttore, due nobildonne si batterono a duello per lui ed ispirò il personaggio di Valmont de Les Liaisons dangereuses.

Luogo di Ritrovo

Appuntamento sul sagrato della chiesa di San Rocco di Vernazza in Via del Sole, 16132 Genova (GE) alle ore 9,40; partenza alle ore 10.

In occasione della Giornata Guida Agael l'escursione è gratuita, prenotazione obbligatoria al numero 3930637090 entro le ore 17 di venerdì 5 marzo. Escursione a cura di Viviana Bobbio Guida Ambientale Escursionistica Abilitata ai sensi della L.R.44/99.

Per l'escursione sono indispensabili scarpe da trekking con suola scolpita, giacca antipioggia, mascherina e gel igienizzante, merenda pranzo al sacco e borraccia con acqua, sono consigliati i bastoncini.

Informazioni Generali

Durata dell'attività e durata totale circa 4 ore

Requisiti necessari e/o regole da rispettare buon allenamento leggere e firmare il regolamento di escursione e il regolamento anti contagio covid-19 che invieremo via mail o whatsapp al momento della prenotazione

Informazioni Utili

rientro alle 14 alla rotonda di San Martino.

Informazioni Tecniche dell'Attività

Livello di Difficoltà (CAI)

L'escursione è di difficoltà media E, Escursionistica,

Lunghezza del Percorso

6 km di lunghezza

Dislivello

350 metri di dislivello

Stato del Fondo

asfalto, sterrato roccioso, mattonata

Cani Ammessi al guinzaglio

INGE THORWART

Parco Nazionale delle Cinque Terre - Anello di Monterosso

Sabato 6 marzo 2021 - ore 10:00

Escursione storico-naturalistica alla scoperta del borgo rivierasco e del suo territorio, tra vigneti, limonaie e vegetazione selvatica.

Partiamo dal lungomare di Fegina, saliamo al Convento dei Cappuccini, visitiamo il centro storico, camminiamo lungo il torrente nella zona di coltivazione dei limoni, saliamo alla Colla di Gritta per poi affrontare il Promontorio del Mesco, il crinale che delinea il confine della zona parco verso ponente. Arriviamo ai ruderi dell'Eremo di S. Antonio, uno dei più famosi punti panoramici che offre una vista su tutte le Cinque Terre e non solo. Dopo una rapida e ripida discesa chiudiamo il nostro anello sul lungomare di Fegina.

Luogo di ritrovo: Lungomare, davanti alla stazione FS, ore 10:00

Servizi inclusi: In occasione della Giornata della Guida Ambientale di AGAEL, l'accompagnamento e le illustrazioni storico-naturalistici della guida saranno gratis. Numero partecipanti limitato.

Prenotazione obbligatoria: cell. 380 5076794 (Inge), anche whatsapp, entro giovedì 4 marzo ore 20:00. Escursione a cura di Inge Thorwart, Guida Ambientale Escursionistica abilitata.

Cosa portare: Zaino con almeno 1 litro di acqua per persona, pranzo al sacco, 2 mascherine per persona, gel igienizzante, abbigliamento a strati, giacca impermeabile anti vento, scarpe da trekking, bastoncini da trekking consigliati

leggere e firmare il regolamento di escursione e il regolamento anti contagio covid-19 che invieremo via mail o whatsapp al momento della prenotazione

**Difficoltà (CAI): Escursionistico, adatto a camminatori abituali
Durata: 3 ore e mezza di camminata senza le soste
Dislivello: +/- 450 m**

Lunghezza: 9 km circa

**Stato del fondo: sentiero nel bosco, roccia, brevi tratti asfaltati, tanti scalini
Cani ammessi, tenuti al guinzaglio, previo colloquio con la guida**

HEIDI PFEIFFER

I sentieri vista mare tra Levanto, Montaretto e Bonassola

Sabato 6 marzo 2021, ore 10.00

Escursione naturalistica alla scoperta di boschi, borghi e profumi del Mediterraneo.

Itinerario: Levanto - Scernio - San Giorgio - Montaretto (300 m) - Salice - Salto della Lepre - Bonassola

Oggi camminiamo su sentieri a dir poco panoramici, sempre tra il verde della vegetazione mediterranea e il blu del Mar Ligure. Scopriamo insieme le prime fioriture primaverili e le erbe aromatiche che crescono sulle cosiddette rocce verdi. Passando dalla chiesa di San Giorgio, raggiungiamo il caratteristico borgo di Montaretto dove ci fermiamo per il picnic. Proseguiamo tra uliveti e vigneti, boschi di lecci e pini fino al punto panoramico Salto della Lepre. Qui la vista spazia sulla costa Ligure da Punta Mesco a Portofino. L'escursione termina sul lungomare di Bonassola. Possibilità di tornare a Levanto in treno oppure a piedi attraverso la pista ciclopedonale in galleria (da aggiungere 2,5 km in piano).

Luogo e orario di Ritrovo

ore 10.00 sul lungomare Amerigo Vespucci a Levanto, all'inizio della passeggiata pedonale.

Servizi Inclusi e Indicazioni su Cosa Portare

In occasione della Giornata Guida Agael l'escursione è gratuita e ha un massimo di 15 partecipanti. La prenotazione è obbligatoria entro giovedì 4 marzo al numero 340 8985401 (sms, whatsapp) oppure per email a info@levantetrails.com.

Escursione a cura di Heidi Pfeiffer, Guida Ambientale Escursionistica. Da portare: scarponcini da trekking, borraccia con acqua, pranzo al sacco, giacca antiacqua, consigliati bastoncini da trekking. Mascherina e gel igienizzante.

Informazioni Generali

Durata: 4 ore circa di camminata senza le soste, durata totale circa 6 ore. Requisiti necessari e/o regole da rispettare:

Escursione adatta a camminatori abituali.

leggere e firmare il regolamento di escursione e il regolamento anti contagio covid-19 che invieremo via mail o whatsapp al momento della prenotazione

Informazioni Utili:

Arrivo in treno: dalla stazione FS di Levanto si raggiunge il punto di partenza in ca. 15 minuti a piedi.

Arrivo in auto: parcheggio a pagamento sul lungomare in prossimità del ritrovo.

Informazioni Tecniche dell'Attività

Livello di difficoltà (CAI): Escursionistico

Lunghezza del percorso: 10 km circa

Dislivello: 500 m circa

Stato del fondo: sterrato, mulattiera, brevi tratti asfaltati. **Cani ammessi:** sì, si prega di avvisare la guida.

ROSABIANCA PANERI

Antica Via Romana da Spotorno a Varigotti

Sabato 6 marzo 2021 ore 9,45

Uno tra i percorsi più belli e più interessanti della Liguria. Lungo tratti dell'Antica Via Romana Julia Augusta potremo renderci conto di come si spostavano gli abitanti del vasto Impero. Visiteremo la Repubblica Marinara di Noli e ci inoltreremo sul banco di dolomia, ricco di grotte e antri abitati dall'uomo già dal Paleolitico, dove vivono piante uniche al mondo.

Spotorno - M.Ursino (94 m s.l.m.) - Noli - Grotta dei Falsari - Monte di Capo Noli (276 m s.l.m.) - Varigotti.

Caratteristica di questa escursione, che attraversa una zona inserita dagli anni '90 nel SIC FINALESE - CAPO NOLI, è quella di offrire spunti molteplici: storici, architettonici, geologici, vegetazionali e floristici.

Luogo di Ritrovo

Appuntamento alle 9,45 sulla via Aurelia alla fine di Spotorno (ampio parcheggio) presso l'albergo Casa al Mare dell'Incoronata.

Servizi inclusi e indicazioni su cosa portare

In occasione della Giornata Guida Agael l'escursione è gratuita, prenotazione obbligatoria al numero 3400549082 (anche SMS, WhatsApp) entro le ore 13 di venerdì 5 marzo. Escursione a cura di

Rosa Bianca Paneri, Guida Ambientale ed Escursionistica Abilitata ai sensi della L.R.44/99.

Per l'escursione sono indispensabili scarpe da trekking con suola scolpita, giacca antipioggia, pranzo al sacco e borraccia con acqua.

(Consigliati i bastoncini).

Informazioni Generali

Durata dell'attività e durata totale: 4 ore e 30 minuti circa di cammino (escluse le soste per visita Noli, spiegazioni e pranzo).

Requisiti necessari e/o regole da rispettare: buon allenamento, leggere e firmare il regolamento di escursione e il regolamento anti contagio covid-19 che invieremo via mail o whatsapp al momento della prenotazione

Informazioni utili: dotarsi di biglietto bus (2,30 €), acquistabile nei borghi, per il ritorno da Varigotti a Spotorno. Per raggiungere Spotorno si possono utilizzare anche i mezzi pubblici (bus e treni).

Informazioni Tecniche dell'attività

Livello di Difficoltà (CAI) E

Lunghezza del Percorso 14,5 km

Dislivello totale in salita 360 m circa

Stato del Fondo: breve tratto asfaltato, lastricato, tratti di sentiero molto scoscesi e accidentati.

Cani ammessi Sì

GABRIELLA MOTTA

“Sulla rotta delle aquile dei serpenti”

Sabato 6 marzo 2021 ore 9.30

Esperienza naturalistica di birdwatching e biowatching.

Dalle alture di Arenzano si parte per l'avvistamento dei bianconi, o aquile dei serpenti, che migrano dall'Africa sub-sahariana per giungere in Europa nei siti di riproduzione.

Le alture di Arenzano sono una sorta di autostrada aerea per rapaci, cicogne, gru e altri meravigliosi migratori. La breve escursione ci permetterà di raggiungere una zona utilizzata da birdwatchers e ornitologi per osservare questo incredibile fenomeno che si ripete ogni primavera e ogni autunno. È un'occasione per osservare grandi rapaci, raccontare la loro storia, le difficoltà nell'affrontare la migrazione e la necessità nel doverlo fare.

Luogo di Ritrovo

Località Agueta du Sciria, Arenzano (GE).

Servizi Inclusi e Indicazioni su Cosa Portare

accompagnamento con guida Agael gratuito per la giornata della guida, ma con prenotazione obbligatoria entro il 4 marzo al numero 3475835823.

equipaggiamento: scarpa chiusa con suola scolpita, binocolo, borraccia, abbigliamento a strati.

Informazioni Generali

Durata dell'attività e durata totale: mezza giornata, dalle 9.30 alle 12.30. Il percorso da fare fino alla Capelletta Madonna della Guardia di Soggi è breve. Lo scopo di questo breve incontro è osservare la natura che ci circonda, fare birdwatching e biowatching.

Requisiti necessari: attività indicata per adulti e bambini.

regole da rispettare per questa esperienza/attività:

leggere e firmare il regolamento di escursione e il regolamento anti contagio covid-19 che invieremo via mail o WhatsApp al momento della prenotazione.

Informazioni Utili:

il parcheggio all'agriturismo Agueta du Sciria, in parte è riservato, prestare attenzione alla presenza di cartelli messi in opera dal ristorante.

Informazioni Tecniche dell'Attività

naturalistico

lunghezza 1 km

Stato del fondo: sterrata

Cani Ammessi solo al guinzaglio.

SILVIA SIMONELLI

Anello Monte Croce dei Fò

Sabato 6 marzo 2021 ore 9.30

Il monte Croce dei Fo' (973 mt slm), nel comune di Bargagli, è una cima che si sviluppa alle spalle di Genova, a cavallo tra 3 valli: la val Bisagno, la val Lentro e la Fontanabuona.

È la cima più alta dell'appennino "costiero" genovese e il nome del Monte deriva dall'antico dialetto genovese "fo" cioè faggio.

Il paesaggio è estremamente vario: le diverse esposizioni permettono di avere boschi ombrosi, radure e prati erbosi dove facilmente si possono osservare cavalli ormai "selvaggi" e meravigliose fioriture di narcisi nel mese di maggio.

Dalla sommità, indicata dalla presenza di una croce, il panorama spazia dal promontorio di portofino, al Monte Fasce, verso l'Antola e la Val d'Aveto.

Nel giro anello seguiremo anche un tratto della Via del Mare, antica strada commerciale che collegava la Pianura Padana con il Mar Ligure.

Informazioni Generali

Luogo di ritrovo: Sant'Alberto di Bargagli, piazza Salvo D'Aquisto davanti al Ristorante Rosabruna.

Servizi inclusi: in occasione della Giornata della Guida Ambientale di AGAEL, l'accompagnamento e le spiegazioni delle guide saranno gratuiti.

Prenotazione obbligatoria: Silvia 3474282579 (anche wa) o via mail simonelli.silvia1976@gmail.com, entro giovedì 4 marzo. Posti limitati.

Escursione a cura di Silvia Simonelli GAE abilitata ai sensi della L.R 44/ 99.

Cosa portare: zaino con borraccia (non ci punti ristoro o fontane lungo il percorso), 2 mascherine per persona, gel igienizzante, giacca antivento, scarpe da trekking, eventuali bastoncini.

Regole da rispettare: leggere e firmare il regolamento di escursione e anticontagio covid-19 che invieremo via mail o via WhatsApp al momento della prenotazione .

Informazioni tecniche della attività

Difficoltà: (CAI) E, adatto a camminatori abituali

Durata: 3 ore circa
Dislivello: +/- 300mt

Lunghezza: 6 km

Strato del fondo: asfalto, sentiero naturale

Cani: ammessi al guinzaglio, previo colloquio con la guida

MARCO MACCHI

Tra boschi e panorami, storia ed ambiente

sabato 6 marzo 2021 ore 9.30

Escursione storico naturalistica tra castagneti e pini fino alla panoramicissima vetta del Monte Caggio

Si parte da San Romolo famosa per il suo “prato” per immergerci in fitti boschi di pino e castagno, si raggiungerà poi la cresta da dove potremo godere di alcuni scorci panoramici. Andremo poi a vedere un “menhir” preistorico e quindi affronteremo la salita alla cima, passando davanti alle grotte abitate dall’uomo preistorico e sbucando in vetta dove c’era un “santuario” degli antichi Liguri.

Dal “balcone” della cima godremo di un panorama che spazia dalla Costa Azzurra alle Alpi Marittime e Liguri, dominando i paesi medioevali di Perinaldo e Seborga. Il ritorno, fatto su un sentiero diverso, ci permetterà di ammirare il paese di Bajardo e le montagne circostanti.

Luogo di Ritrovo

Capolinea dell’autobus a San Romolo alle ore 9,30

Servizi Inclusi e Indicazioni su Cosa Portare

accompagnamento con g.a.e. , gratuito per la giornata della guida , ma con prenotazione telefonica obbligatoria entro la sera precedente l’escursione al numero 3381375423

equipaggiamento: scarpa chiusa con suola scolpita, un litro di acqua, abbigliamento a strati, giacca anti vento, mascherina e gel igienizzante per mani

Informazioni Generali

Durata dell’attività e durata totale : mezza giornata, rientro per le ore 12,30

Requisiti necessari : attività indicata per adulti e bambini sopra gli 8 anni di età abituati a camminare.

Regole da rispettare per questa esperienza/attività:

leggere e firmare il regolamento di escursione e il regolamento anti contagio covid-19 che invieremo via mail o whatsapp al momento della prenotazione

Informazioni Utili:

A San Romolo vi è un bar ristorante, un fornaio e parcheggio libero

Informazioni Tecniche dell'Attività

escursionistica

lunghezza 7 km

dislivello 350 mt

stato del fondo : sentiero, mulattiera

cani ammessi solo al guinzaglio.