



## CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ABBiateGRASSO

Via Legnano, 9 – 20081 Abbiategrasso (MI)

Apertura sede: **Martedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30**

[www.caiabbiategrasso.it](http://www.caiabbiategrasso.it) – email: [escursionismocaiaabbiategrasso@gmail.com](mailto:escursionismocaiaabbiategrasso@gmail.com)



### Escursione Intersezionale

*Sabato 7 marzo 2026*

## Traversata Punta Manara Riva Trigoso – Sestri Levante

**Martedì 3 marzo alle ore 21.00:** presentazione in sede dell'uscita per rispondere alle vostre domande, soprattutto per i neofiti dell'escursionismo, abbigliamento e attrezzatura.



Una delle escursioni più semplici e allo stesso tempo affascinanti di tutta la costa ligure. La traversata da Riva Trigoso a Sestri Levante passa per uno dei promontori più noti della Liguria, Punta Manara, che divide in due parti un percorso che dapprima ci incanta ad osservare l'isola che forma la Baia del Silenzio e la Baia delle Favole. Immersi nella macchia mediterranea in fiore, tra i profumi del pitosforo e del corbezzolo, e con punti panoramici veramente unici, coi mille colori della vegetazione che contrastano col blu intenso e cristallino del mare.

**Partenza:** P.zza V. Veneto – Abbiategrasso Ore 6.45

**Regione:** Liguria

**Punto di partenza:** Riva Trigoso.

**Difficoltà:** E

**Punto di Appoggio:** Riva Trigoso, Sestri Levante

**Interessi:** Panorama, ambientali, paesaggio.

**Acqua:** Lungo il percorso non ci sono fontane.

**Pranzo:** Al sacco.

**Abbigliamento:** È indispensabile avere con sé un corretto equipaggiamento adeguato alla stagione.

**Attrezzatura obbligatorio:** Scarponi o pedule alte da montagna, bastoncini.

**Accompagnatori:** Paolo – Maurizio

**Dislivello:** 176 m. salita e discesa.

**Tempo totale escursione:** 4,30 h.

**Il percorso potrà essere modificato in funzione delle condizioni ambientali per la sicurezza del gruppo.**

**Trasporto:** Pullman



**Iscrizioni entro giovedì 22 gennaio, versando intera quota (in caso di annullamento della gita stessa sarà restituita).**

[escursionismocaiaabbiategrasso@gmail.com](mailto:escursionismocaiaabbiategrasso@gmail.com),

**IBAN: IT36D0623032380000030492882**

**(inviare copia del bonifico)**

#### **Quote di Partecipazione:**

Soci CAI: **“Promozione 4x100 : € 25.00 x 4 uscite = € 100.00 invece di € 120.00 e in più, borraccia e 1 rifugio contatto sul Gira Rifugio CAI 80° Abbiategrasso”**

Non Soci CAI: € 30,00 + € 12.95 assicurazione obbligatoria.

Possibilità passaggio Pulman € 30.00

**N.B.: gli Accompagnatori gli istruttori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti.**

**ACCOMPAGNATORI:** AE Maurizio Cerri 338 2206270 – ANE Paolo Zambon 338 4452936