



## CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di PARABIAGO

Via De Amicis 3 - c/o Centro Giovanile  
Telefono: 340.9434511  
E-mail: [parabiago@cai.it](mailto:parabiago@cai.it)  
Website: [www.caiparabiago.it](http://www.caiparabiago.it)  
Apertura : Martedì e Venerdì' 21.15 - 23.00



### MERCOLEDÌ' 16 MAGGIO 2018 ALTA VIA BAIA DEL SOLE TRAVERSATA ALBENGA - LAIGUEGLIA Riviera di Ponente - SV

**RITROVO**  
**ORE 6.00**  
Piazza Mercato  
(Via Ugo Foscolo)

**PARTENZA PULLMAN**  
**ORE 6.15**

**Direttore gita**

Graziella Fontana  
cell. 340-2602833  
e-mail.

[fontana.graziella@libero.it](mailto:fontana.graziella@libero.it)



Località di  
Partenza



Durata  
Complessiva



Difficoltà  
Complessiva



Attrezzatura  
Personale



Dislivello



Esposizione



Albenga

intero percorso  
ore 7

**E**  
escursionistico

Da escursionismo  
Vedi Nota di chiusura

700

varie  
sviluppo  
Km. 19

## CARATTERISTICHE DELLA GITA : E - ESCURSIONISTICA

### Introduzione

Alta Via Baia del sole (AVBS) è un bel percorso molto panoramico che unisce sentieri in gran parte preesistenti, ben segnalato, con l'aggiunta di una nuova variante. Itinerario percorribile in ogni periodo dell'anno, non presenta difficoltà tecniche, tuttavia lo sviluppo chilometrico richiede all'escursionista un discreto impegno. Raggiunte le alture di Alassio vi sono numerose possibilità di abbandonare il percorso e scendere a valle.

### Accesso stradale



In pullman ad Albenga.km. 250

### Escursione

Da Albenga Regione Doria asfalto, poi sentiero (segnavia due cerchi rossi) che si segue sino ad un pilone votivo (ore 0.45). Dal pilone votivo, seguendo il crinale in leggera salita si raggiunge il Bucchin di Erxi (colletto dei lecci) e in breve il Monte Bignone 520 m. (ore 1.30). Si percorre la cresta e dopo un brevissimo tratto di facili roccette si scende alla Sella del Bignone, ove si incrocia il sentiero che sale da Solva e dalla Variante Mare. Il percorso è molto agevole; Si aggira a nord-ovest il M. Piscivino e, superata una caratteristica casella in pietra, seguendo il crinale si risale al Santuario della Madonna della Guardia 587 m. (ore 3.15)[acqua]. Da qui lo sguardo può spaziare dal mare alle Alpi Liguri. Discesi al piazzale del santuario si imbecca il sentiero a destra che porta ad incrociare la strada che da Alassio conduce a Caso (segnavia due cerchi rossi). Di fronte, poco a destra, il sentiero con breve salita raggiunge la Torre Pisana per ridiscendere dal versante opposto alla Crocetta 355 m. (ore 4.15). Bar e ristorante. Attraversata la provinciale per Testico, per asfalto e un breve taglio di un tornante, si raggiungono i ruderi della chiesetta di San Bernardo [acqua]. Parco Avventura. Si risale ora al Poggio Brea 371 m. (ore 4.45), bella veduta sulla Baia del Sole e su tutta la parte dell'AVBS fin qui percorsa. Dal pilone votivo della cima scendiamo direttamente alla sella sottostante (quattro vie),segnavia rombo rosso. Seguendo il crinale per sterrata e ampio sentiero si giunge alla pineta che sovrasta Laigueglia, in località Poggio, (ore 5.15). Nuovamente su asfalto si raggiunge il caratteristico borgo di Colla Micheri, 163 m. (ore 5.50). Dalla piazzetta, sulla sinistra, riprende il sentiero, (segnavia tratto e punto rosso), che in cinque minuti di salita raggiunge i resti di un mulino a vento e il piccolo spiazzo ove era solito recarsi il famoso esploratore norvegese Thor Heyerdhal. (ore 6.00). Bellissimo il panorama sulla Baia del Sole. Per la discesa si percorre a ritroso il crinale sino a Colla Micheri, quindi uno dei numerosi sentieri che scendono a Laigueglia.



Cartografia : Carta dei Sentieri 1:25.000 - SV-4 Ceriale, Albenga, Alassio e Laigueglia, Libreria Universitaria, Genova.



Quota di partecipazione: Quota gita CAI Parabiago: Soci : € 1.00 Non soci : € 10

**ISCRIZIONI IN SEDE ENTRO MARTEDI' 11 MAGGIO CON VERSAMENTO QUOTA PULLMAN € 25 (QUOTA CALCOLATA CON UN MINIMO DI 30 PARTECIPANTI, NEL CASO DI NUMERO MINORE POTREBBE ESSERE RICHIESTO UN SUPPLEMENTO)**





**Con l'iscrizione si accettano i regolamenti CAI sezione di Parabiago e del gruppo Senior esposti in sede**

Nota attrezzatura personale

Dove non meglio specificato, come attrezzatura personale s'intende:

**Turistica:** scarponcini o scarpe da tennis, zainetto, giacca leggera impermeabile

**Da escursionismo:** scarponcini (no scarpe da tennis), zaino, pile, giacca leggera impermeabile (o mantella), bastoncini (consigliati), cappello, occhiali da sole, indumenti di ricambio, 1 L d'acqua e pranzo al sacco. Per pernottamenti in rifugio, anche sacco lenzuolo e pila o torcia frontale.

**Da alpinismo:** come da escursionismo, più una giacca impermeabile da alta montagna, imbrago, piccozza e ramponi.

**Da ferrata:** come da escursionismo, più set da ferrata omologato (NO auto costruito), imbrago, dissipatore, casco, cordino o longe (consigliato), guanti da ferrata, moschettoni a ghiera.

**Invernale:** scarponcini impermeabili, zaino, pile, giacca a vento, cappello, guanti, occhiali da sole, termos, ciaspole, ghette e bastoncini.

L'escursionismo è un'attività potenzialmente pericolosa se non praticata con adeguata prudenza e cognizione di causa. I percorsi di queste relazioni sono stati da noi sperimentati "di prima mano" e descritti con la maggior precisione possibile, ma questo non può in alcun modo sostituire la vostra valutazione e responsabilità personale.