

## DOMENICA 16 APRILE 2023

### ISOLA PALMARIA (LA SPEZIA)

Questa è sicuramente una delle più belle escursioni della costa ligure; si compie il giro completo della più grande delle tre isole che chiudono a sud-ovest il Golfo della Spezia. Si cammina in una



vegetazione mediterranea rigogliosa, che spesso si arrampica su bianche pareti a picco sul mare. Per questo itinerario è compreso un solo percorso, nella quota è compreso il costo della barca A/R da Portovenere.

**Itinerario:** sbarcati sull'isola in località Tirruzzo si prende a sinistra per uno stradello asfaltato che costeggia uno stabilimento balneare; si inizia la leggera salita su sterrato prendendo quota. Trascurata una carrareccia a sinistra, si effettua una larga curva a destra, si supera un cancello e si arriva davanti ai resti di un manufatto militare. Svoltato a sinistra si lascia (poco dopo) la pista principale per salire verso destra su ampia mulattiera. La salita diventa più ripida e raggiunge i 110 metri sul livello del mare; in quota si traversa numerosi terrazzamenti ormai abbandonati. Il percorso continua in piano e, dopo una bella vista sulla piccola Tino, inizia la ripida e tortuosa discesa lungo l'evidente sentiero che scende verso il mare. Superato un piazzale dell'Aeronautica si arriva nei pressi del pontile dove giungono, in estate, i battelli da La Spezia. Prendiamo verso destra una pista sterrata che collega tutte le spiagge del Pozzale. Dopo il pranzo al sacco si inizia il cammino lungo il sentiero che ci porta al Semaforo tra la tipica vegetazione marina. Passato un boschetto di lecci si giunge sopra la Grotta dei Colombi; davanti a noi si ergono le ripide e bianche pareti della Punta Pittone dove in passato si sono estratti marmi pregiati. Il sentiero, ora aereo e spettacolare, riprende a salire fino all'ampio pianoro dove troviamo il Semaforo. Entrati nella zona militare si prosegue lungo una carrareccia, si costeggia una ex fortificazione giungendo ad un alto traliccio. Si inizia la discesa su stretto sentiero nella vegetazione con continui affacci sulla costa ligure (attenzione agli strapiombi sul mare). Raggiunta e attraversata una cava abbandonata si continua la discesa verso destra con bel panorama su Portovenere. Il sentiero è diventato una mulattiera ampia con cui si scende verso sinistra fino alle bianche

#### PRENOTAZIONI

Inizio iscrizioni giovedì 6/4/23  
Chiusura iscrizioni giovedì 13/4/23

**Iscrizioni per Whatsapp scrivendo nome e cognome di ogni socio che si vuole iscrivere.**

Il Valico: +39 3398093153

#### ACCOMPAGNATORI

Roberto Mazzola  
Marco Nardoni

L'escursione è riservata ai soci in regola con il pagamento della quota associativa 2023

**Ritrovo:** ore 7,15

**Partenza BUS:** ore 7.30 Viale Guidoni (vecchio ingresso mercato ortofrutticolo)

#### Mezzi BUS

**Quota di partecipazione:**

- Adulti. 20,00 euro
- Ragazzi 10,00 euro
- Barca A/R 5 euro

#### Percorso

- Lunghezza 10 Km
- Ascesa 310 m
- Discesa 310 m
- Ore di cammino 5,30 h percorrenza (soste escluse)
- Difficoltà E/F



IL VALICO  
Gruppo escursionistico, culturale, ricreativo  
c/o SMS Rifredi, Via V. Emanuele 303 - 50134 FIRENZE  
tel. 339 8093153  
email: trekkingilvalico@gmail.com web www.ilvalico.it



**rocce di Cala Alberto; tenendosi in prossimità del mare, si raggiunge il punto di attracco della barca che ci riporterà a Portovenere.**

**ATTREZZATURA:**

**Abbigliamento:**

Sono obbligatorie calzature da trekking, abbigliamento contro eventuale pioggia.

**Pranzo:**

Pranzo a sacco ed acqua in abbondanza.

**Nel caso le condizioni metereologiche mettessero a rischio la sicurezza dei partecipanti, gli organizzatori si riservano di annullare o modificare l'escursione.**

