



Una montagna di salute

5^a edizione

La Commissione Medica della Toscana-Emilia Romagna, aderendo all'iniziativa della CCM del CAI all'interno del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2025 promosso da ASviS, organizza una

PASSEGGIATA DA LEVANTO A BONASSOLA

In collaborazione con il progetto CAI "In montagna con il Cuore"

con la partecipazione della Sezione CAI di Reggio Emilia e la Sottosezione CAI Val d'Enza – GEB

Sabato 10 maggio

Programma:

L'escursione è parte del progetto del CAI "In montagna con il cuore" che propone escursioni adatte anche ai soci CAI con precedenti patologie cardiovascolari in fase di stabilità clinica strumentale. Tali escursioni sono caratterizzate da dislivelli contenuti, in luoghi a bassa-media quota, in condizioni meteo-climatiche favorevoli.

**vedi programma dettagliato*

Referenti

Direttore Escursione: Anna Maria Ferrari 335 6528905

Accompagnatore: Roberto Ferretti



Informazioni:

Cai Val d'Enza – <https://www.gruppoescursionistibibbiano.it/>

Cai Reggio Emilia - tel 0522 436685 - attivitasezionali@caireggioemilia.it



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Reggìo Emilia ASP



Sottosezione CAI Val d'Enza – GEB
(Sezione di Reggìo Emilia)

10.05.2025

PASSEGGIATA DA LEVANTO A BONASSOLA

IN COLLABORAZIONE CON IL PROGETTO CAI “In montagna con il Cuore”



Arrivati in pullman a Levanto attraverseremo il centro storico per arrivare al lungomare.

Di lì proseguiremo lungo la pista ciclopedonale fino a Bonassola, tra bellissimi scorci sul mare e tratti in galleria. Infatti, il nostro percorso si svolge sul vecchio tracciato ferroviario.

Dopo circa un'ora e trenta arriveremo al borgo di Bonassola, un borgo dalle case pastello e vicoli stretti, dove potremo rilassarci nelle sue stradine, piazze e in spiaggia.

Per chi ha ancora voglia di camminare proseguiremo fino alla chiesetta della Madonna della punta, posta sulla parte piú occidentale del golfo, da cui si può ammirare un bellissimo panorama su tutto il golfo di Bonassola.

Dopo il pranzo al sacco e un po' di relax torneremo a Levanto effettuandolo stesso percorso, e se ci sarà tempo potremo effettuare una visita al centro storico (chiesa gotica di Sant'Andrea Apostolo con la facciata a fasce di marmo bianco e serpentino, la medioevale loggia comunale sito UNESCO, casa Restani, Villa Agnelli con i suoi magnifici giardini).

Difficoltà T

Dislivello complessivo: 10 mt. per Bonassola, 70 mt per la chiesetta

Lunghezza del percorso: 4 km andata, altrettanti ritorno.

Tempi: 1,5 ore per la spiaggia di Bonassola, più 30 minuti per la chiesetta della punta;
stessi tempi per il ritorno

Direttore Escursione Anna Maria Ferrari (335 6528905);
Accompagnatore Roberto Ferretti

Luogo e orario di partenza: ore 7,30 Bibbiano parcheggio Via Canusina, 14;
Ore 8,00 Reggio E. Parcheggio del Centro Commerciale Ariosto
Viale Morandi 16;

Organizzazione Tecnica Autotrasporti Fontana

PRANZO AL SACCO
MASSIMO 50 PARTECIPANTI

Iscrizioni: presso il CAI REGGIO E. (tel. 0522.436685; mail
attivitasezionali@caireggioemilia.it)
Presso sottosezione CAI VAL D'ENZA GEB (Sandra 349 1581481 -
sandra_boni@libero.it).

Per info su progetto "in montagna con il cuore" che propone escursioni rivolte anche ai
soci con precedenti patologie cardiovascolari stabilizzate:
annamaria.ferrari2016@gmail.com.

Sono CONSIGLIATI

Scarponcini da montagna alti alla caviglia, bastoncini, giacca impermeabile, richiesto un
abbigliamento adatto alla stagione.

Da non dimenticare la TESSERA CAI.

IL TRAGITTO DELL'ESCURSIONE potrà essere modificato ad insindacabile giudizio degli
accompagnatori nel caso lo ritengano necessario. Nel caso di iniziative personali non
autorizzate al di fuori dell'itinerario stabilito, gli accompagnatori saranno sollevati da
qualsiasi responsabilità diretta o conseguente che ne deriverà.