



CAI - La Spezia

1926 - 2026

Gruppo Seniores

Giro della Castellana

Sabato 21 Febbraio 2026



Da Sella Derbi (m 200), sopra Le Grazie, scorcio panoramico tra il golfo e il mare aperto e sede del baretto-roulotte della Zingara — che vi ammalerà con i suoi caffè, bibite e panini — si imbocca la strada sterrata che serve gli insediamenti militari del Monte Castellana (AVG). Al primo tornante si abbandona la strada per prendere il sentiero detto dei Bondoni (sent. 513), che si intravede accanto a un edificio dell'acquedotto. Il percorso, mantenendosi in costante quota, si sviluppa lungo il versante del monte lato golfo e, attraversando una lecceta e alcuni pini, supera la località Casa Villano, il Canale del Netto e termina alla cava di portoro del Piano. Attraversata la cava, si risale lungo il sentiero 529 fino al rifugio (chiuso) della Forestale (m 400), dove, nelle vicinanze, si effettuerà la consueta colazione al sacco presso un tavolo naturale di pietra.

Tornati brevemente sui propri passi, si devia verso la cava (abbandonata) della Castellana, grandioso punto panoramico sul golfo. Da qui la vista spazia dalle montagne della Val di Vara fino alle coste della Versilia.

Superata anche questa località, si imbocca in costante discesa uno stradello che riporta alla via militare iniziale (AVG), percorsa ora in senso inverso attraverso pinete e suggestivi scorci panoramici lungo la costa, dall'isola del Tino fino alle Cinque Terre.

Superato nuovamente l'acquedotto dei Bondoni, si ritorna a Sella Derbi per degustare i magici manicaretti della Zingara, sempre che quel giorno il baretto-roulotte sia aperto.

Dislivello: 200 mt - **Difficoltà:** T - **Tempo di percorrenza:** 4 ore circa - **Mezzi di trasporto:** Mezzi propri-

Ritrovo: ore 9:45 Parcheggio di viale Fieschi (di fronte stadio Picco) - **Partenza** per Sella Derbi ore 10:00

Accompagnatori: Benincasa Ernestino 3294512528 – Di Meo Vincenzo 3403183705