



ALPINISMO GIOVANILE
CAI LA SPEZIA 1926 - 2026



L'anello dei Vignaioli 04 Ottobre 2026



Un itinerario ad anello unico per scoprire l'anima autentica delle Cinque Terre, muovendosi tra la macchia mediterranea e gli storici terrazzamenti a picco sul mare.

Partendo dal suggestivo borgo di Manarola, risaliremo la collina lungo il Sentiero 502, immersi tra uliveti, boschi di leccio e scorci di rara bellezza, fino a raggiungere il piccolo centro collinare di Volastra (330 m s.l.m.) e il suo antico Santuario di Nostra Signora della Salute.

Dopo una pausa panoramica nel borgo, intraprenderemo la spettacolare discesa lungo il celebre Sentiero della Donega (506): un'emozionante gradinata in pietra che si snoda tra i vigneti dello Sciacchetra sostenuti dai tradizionali muretti a secco, regalando una vista frontale e mozzafiato su Manarola e sul Mar Ligure.

Dislivello: 350m **Difficoltà:** E

Tempo di percorrenza: 5 ore

Pranzo: al sacco.

Mezzi di trasporto: Treno (da pagare singolarmente)

Abbigliamento: maglietta, felpa, k-way, scarponcini da trekking, cappello.

Ritrovo: ore: 09:10 piazzale Stazione La Spezia (di fronte biglietteria)

Rientro: dopo le 16:30.

Prenotazione alla gita via e-mail alpinismogiovanile@cailaspezia.it specificando nome cognome, età dei ragazzi entro Venerdì 02 Ottobre 2026

N.B.

- La gita è aperta ai giovani dagli 8 ai 17 anni ed ai loro familiari soci CAI in regola con il bollino dell'anno in corso mentre per i non soci ci sarà il costo dell'assicurazione CAI.

- Il venerdì prima dell'escursione è l'ultimo giorno in cui è possibile attivare l'assicurazione CAI per i non soci.

Accompagnatori: Marco Bertonati, Alessandro Berselli, Nicola Landi.

