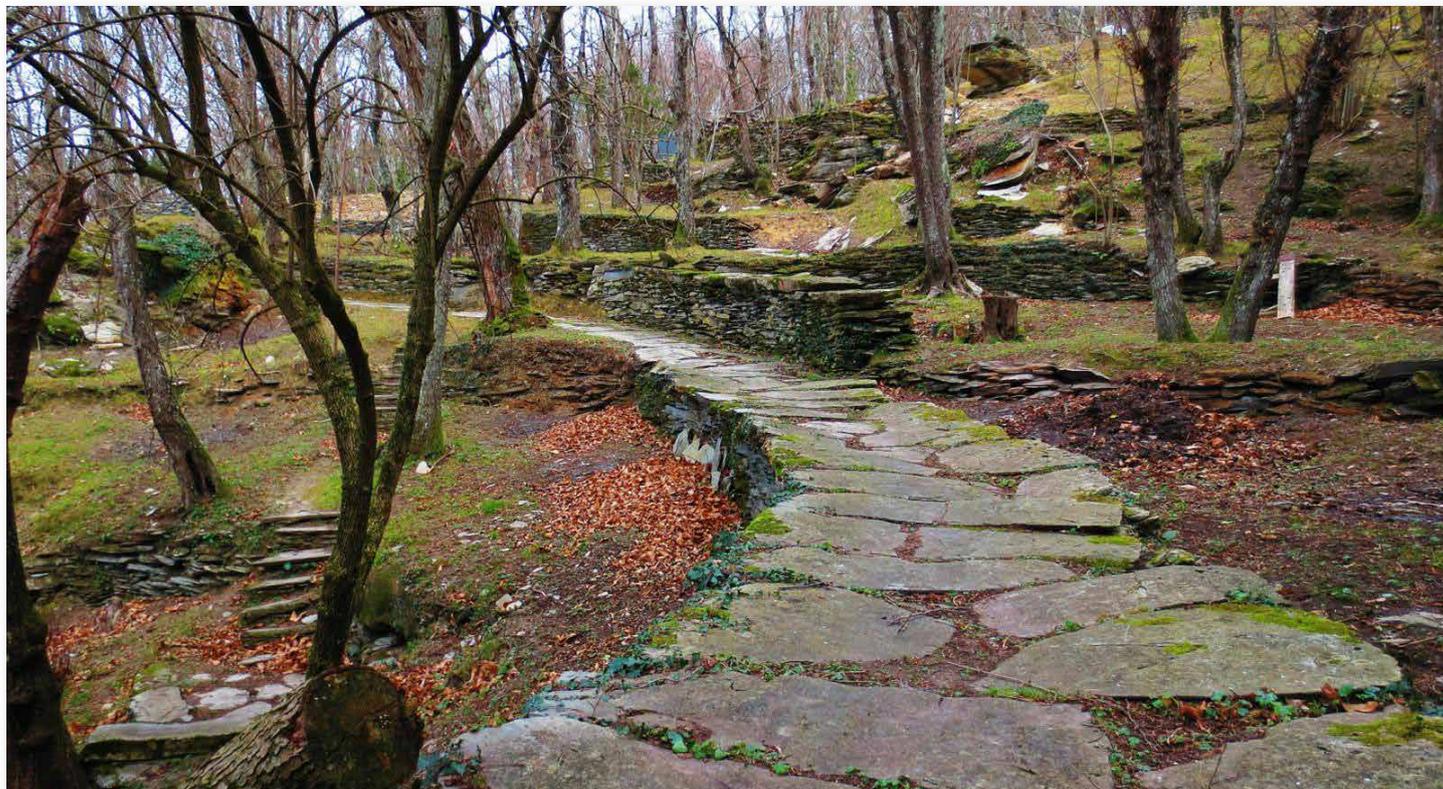




SENTIERO DELLE CAMALLE

Liguria



PARTENZA CON AUTO PROPRIE: ORE 7.00 DA PRATO, PIAZZALE DEL TRIBUNALE
Percorso in auto: circa Km 170 - h. 2: A11 > A12 > Sestri L.

A Sestri Levante treno per Lavagna ORE 9.45 (€ 2,20 solo andata).

INFO > Angelo 328 5353 911 - Giancarlo 333 8369 135

L'escursione non presenta difficoltà, è però un percorso lungo che richiede un buon passo.
Si richiede abbigliamento adeguato e scarpe da trekking

Dalla stazione di **Lavagna** un sentiero ci condurrà alla **Chiesa di Santa Giulia** con il suo tipico sagrato da cui si ammira uno splendido panorama sul golfo da Sestri Levante alla punta di Portofino. Da vedere, nella piazzetta sotto il sagrato, il vecchio leccio, di circa 350 anni, con il fusto che ha un diametro di circa 4 metri.

Lasciamo la Chiesa alle spalle, proseguendo su di un tipico sentiero lastricato con ardesia, materiale di cui sono ricchi i monti che sovrastano il golfo. Questo sentiero è uno dei tanti usati dalle Camalle, ovvero le donne di Lavagna, che in assenza dei loro uomini, imbarcati per lunghi periodi, percorrevano a piedi nudi trasportando in spalle le pesanti lastre di ardesia, estratte dalle cave, fino al porto di Lavagna dove venivano imbarcate per le successive lavorazioni.

Di queste cave, abbandonate ormai da tempo resta-

no soltanto tracce lungo il percorso da **Bocche di Cogorno** al **monte Capenardo**. Questo tratto, tutto su crinale, anche se raggiunto con un po' di fatica, ci ripagherà offrendoci un panorama meraviglioso sia sulle valli interne punteggiate di borghi e su tutto il golfo.

Dal Capenardo inizia la ripida discesa verso Sestri. Entrati nella tipica macchia mediterranea, anche il bosco cambia con piante a basso fusto come corbezzolo e pino mugo. Superiamo le modeste cime di monte Zucchetto e **monte Costello** raggiungendo con una breve deviazione i ruderi della Chiesa di Sant'Anna risalente al periodo romano. Splendido e suggestivo panorama. Ritorniamo sui nostri passi per raggiungere in breve **Sestri Levante** e dopo aver percorso un tratto sul lungomare raggiungiamo il parcheggio della stazione dove si conclude l'escursione.

