



12/1/2025: Da Sori a Camogli (GE)

PARTENZA: ore 7.00 P. le Commissariato Polizia via C. Emanuele III, n°1

ACCESSO: bus (sino a raggiungimento dei posti disponibili)

REFERENTE ESCURSIONE: Agostino Cavanna

COADIUVANTI: Mauro Vischi, Mario Vignani

TEMPO DI PERCORRENZA: 4 ore circa (escluse le soste)

LUNGHEZZA DEL PERCORSO: 8 km circa

DISLIVELLO TOTALE: -400/+ 400 m

QUOTA MASSIMA: 280 m

DIFFICOLTÀ: E (escursionistico)- PRANZO: al sacco

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA ENTRO mercoledì 8 gennaio

- telefonando al 338-4093716 (o inviando messaggio WhatsApp)
- tramite posta elettronica: micologicovoghera@gmail.com

La partecipazione è riservata agli associati.

Gli organizzatori si riservano di modificare o sospendere l'escursione in caso di maltempo (anche se solo previsto).



Un itinerario nel tratto iniziale della riviera di Levante: partiamo da Sori e risaliamo i versanti collinari, attraversando coltivazioni di ulivi. Tra Sori e Recco giungiamo a S. Apollinare, una chiesetta posta in un punto molto panoramico, con belle viste sul mar ligure. Raggiunta la costa in località Mulinetti si prosegue sul lungomare in direzione di Recco fino a giungere al centro sulla spiaggia. Da Recco poi ci spostiamo a Camogli, per ammirare il caratteristico borgo ligure, il bel porticciolo e le case multicolori.



DESCRIZIONE DEL PERCORSO

Il nostro itinerario inizia a Sori: il bus ci lascia sulla via Aurelia in corrispondenza della scalinata di Via Dante Alighieri, che porta alla piccola chiesetta di S. Rocco. Situato in posizione panoramica su Sori, l'edificio è stato eretto sul punto di inizio della scalinata (posta a sinistra della piazzetta) che porta a S. Apollinare. Il primo tratto è davvero singolare, con una scalinata zigzagante che sale ripida tra due muri che delimitano gli orti. Man mano che si sale il panorama comincia ad aprirsi verso la vallata di Sori fino alle immediate alture. La prima parte della scalinata termina nei pressi di un edificio, poi continua in maniera più graduale fino a sbucare nei pressi di una strada cementata. Dopo un tratto in leggera salita, e un altro a forte pendenza, arriviamo sul piazzale erboso della chiesa di S. Apollinare (270 m s.l.m.). L'edificio è di origine medievale in posizione dominante il Golfo Paradiso e il promontorio di Portofino.

Breve sosta e poi iniziamo la discesa verso il mare.

Comincia un tratto di percorso molto panoramico, tra gli ulivi e le fasce terrazzate, con una stradina selciata. Poco oltre troviamo una torre di vedetta, del tutto simile a quelle presenti nel ponente ligure che servirono originariamente ad avvistare i pirati saraceni. Il sentiero scende tra gli ulivi e dopo un tratto in piano troviamo un bivio: lasciamo il sentiero e proseguiamo a destra lungo una scalinata che scende tra le fasce coltivate



ad olivo e arriviamo nel paesino di Polanesi (110 m slm). Da qui comincia la veloce e ripida discesa verso mare. Inizialmente si prende la scalinata che porta al sagrato della chiesetta di S. Martino, per sbucare poi su una strada asfaltata. Proprio qui comincia l'ultimo tratto in discesa con una scalinata davvero impressionante. Arriviamo così a Mulinetti, frazione di Recco. Giungiamo alla stazione ferroviaria imboccando poi il sottopasso per il binario lato mare, e da qui si raggiunge Via Garibaldi. Percorriamo interamente la via fino all'abitato di Recco, con viste sulle scogliere sottostanti nell'ultimo pezzo. Giunti nei pressi di Punta S. Anna vediamo il paese di Recco e la sua baia, con le dighe del porticciolo, la piscina e l'ampia spiaggia. Scendiamo ora lungo una scalinata che porta nella parte ovest del paese. Si attraversa il ponte pedonale ed arriviamo in pieno centro di Recco, a lato della spiaggia. Qui è prevista la sosta per il pranzo.

Dal centro di Recco risaliamo la scalinata S. Michele che passa in mezzo ai palazzi del centro e sbocca sulla strada rotabile per Camogli. Superate le chiese di S. Francesco e S. Michele imbocchiamo la strada costiera, via Romagneno, che si dirige verso Camogli. Qui occorre fare attenzione in quanto la strada è aperta al traffico; rimanere quindi sempre sul marciapiede, anche se in alcuni punti è abbastanza stretto.

Giunti all'incrocio di via Migliaro imbocchiamo Via Romana e poi subito a destra la via Jacopo Ruffini. Arrivati in una piazzetta panoramica prendiamo la via pedonale che scende verso il porticciolo (Via al Porto). Giungiamo così nell'affascinante paese rivierasco. Una visita al paese è d'obbligo, con le caratteristiche case a 7-8 piani dalle facciate multicolori. Questa caratteristica era dettata dal fatto che il paese non poteva espandersi più di tanto, stretto tra le colline e il mare, per cui le case potevano crescere solo in altezza. La diversa colorazione delle case serviva ai pescatori per individuare la propria casa anche dal mare aperto. Non a caso l'abitato di Camogli, posto sull'angolo occidentale del promontorio di Portofino, è visibile a distanza di parecchi chilometri, col sole che esalta il colore delle case che si arrampicano sulla collina della Ruta. Il nome del paese deriverebbe proprio dalla sua natura: "case a mucchi". La parte centrale del paese si protende verso mare e pare staccarsi dal resto dell'abitato. Per questo motivo



la zona è chiamata l'Isola, uno sperone roccioso che ospita il castello, la chiesa parrocchiale e una bella terrazza panoramica.

Sosteremo a Camogli il tempo necessario per ammirare il borgo e concederci qualche piccolo piacere nei numerosi locali (bar, gelaterie) che si affacciano numerosi sul porticciolo e su via Garibaldi.

Per riprendere il nostro bus dovremo ripercorrere un tratto di strada verso Recco, in quanto non è consentito al nostro mezzo raggiungere il centro di Camogli.

REGOLE DA RISPETTARE PER LA BUONA RIUSCITA DELL'ESCURSIONE

Indossare SEMPRE calzature da escursionismo con suola antiscivolo.

In aiuto alla camminata, si raccomanda di utilizzare bastoncini telescopici da trekking. Non sopravanzare il capo gita e non abbandonare il gruppo o il sentiero: chiunque lo faccia sarà considerato 'fuori gita', ai fini della responsabilità assicurativa propria e degli organizzatori.

Segnalare tempestivamente agli accompagnatori ogni problema. Annotarsi il numero telefonico del gruppo e/o del capo gita, da utilizzare in caso di perdita di contatto col gruppo.

Essere solidale e proattivo con gli altri partecipanti alla gita.

L'escursione richiede impegno fisico, da valutare individualmente sulla base delle caratteristiche del percorso sopra descritte, ed è necessario essere in buono stato di salute e svolgere regolarmente attività fisica.

Consigliati nello zaino: cappello, giacca antivento e indumenti antipioggia.

SPESA FINALE

La data di conferma vale come prenotazione del posto bus. Il numero minimo di partecipanti previsto è di 30 persone. Il costo totale del noleggio e delle spese accessorie verrà suddiviso a seconda del numero totale di partecipanti. Se si avranno meno di 30 adesioni, a discrezione del referente, il trasferimento potrà essere con auto propria e solo se si arriva ad un numero minimo di 12 partecipanti, accompagnatori esclusi. Diversamente, l'escursione sarà annullata o rinviata.

Prossimo appuntamento: 26 gennaio 2025

Da Voltri ad Arenzano (GE) passando per le alture di Crevari

Sito Internet: www.micologicovoghera.it

Facebook: [Gruppo Micologico Vogherese - Escursionisti](#)