



**12 aprile 2026 – da Lavagna a Sestri Levante  
passando per la valle dei Berissi, Santa Giulia, i ruderi di Sant'Anna e  
la strada romana della valle del fico**

PARTENZA: ore 7,00 P. le Commissariato Polizia via C. Emanuele III, n°1

ACCESSO: bus (sino a raggiungimento dei posti disponibili)

REFERENTE ESCURSIONE: Maurizio Merlo

COADIUVANTI: Teresa Baldini, Mauro Vischi

TEMPO DI PERCORRENZA: 4h 30' (escluse le soste)

LUNGHEZZA DEL PERCORSO: 10,5 km circa

DISLIVELLO TOTALE: +/- 400m

QUOTA massima 300

TIPOLOGIA PERCORSO: Itinerante, lungo la costa, fondo misto (asfalto, sterrato, sentiero)

DIFFICOLTÀ: E (escursionistico)                      PRANZO: al sacco

**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA ENTRO mercoledì 8 aprile**

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

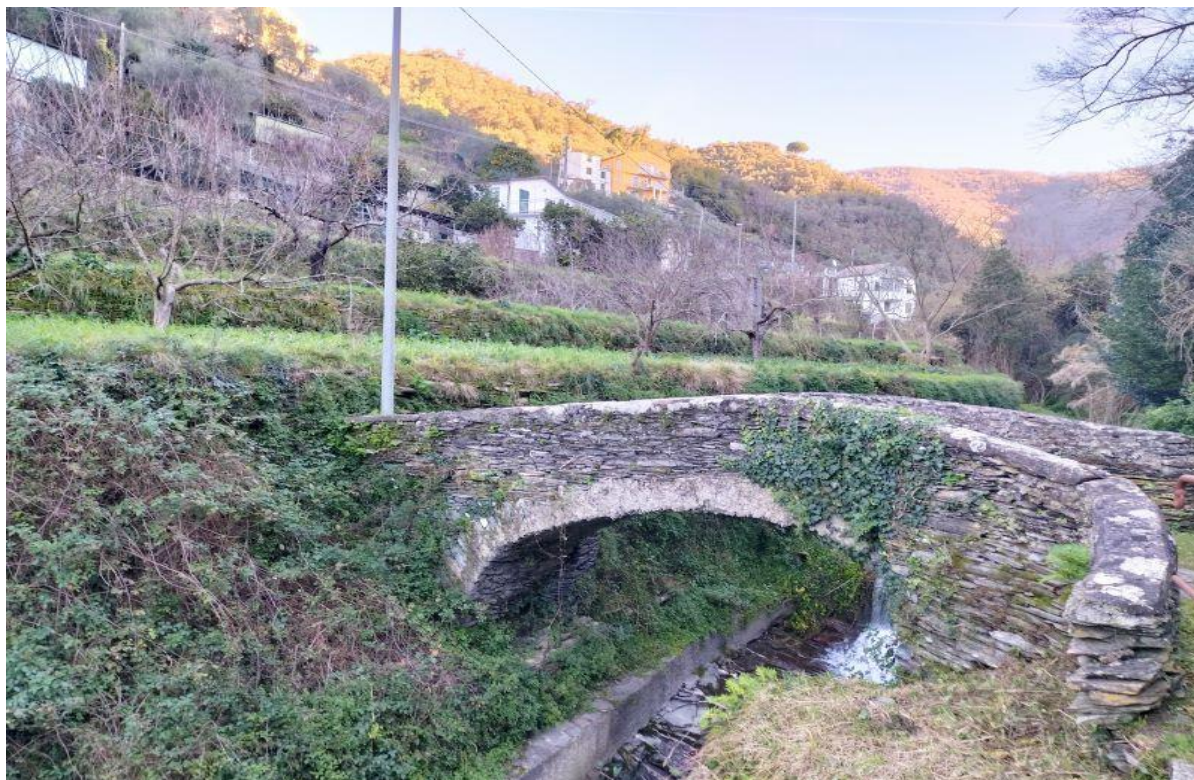
La partecipazione è riservata agli associati.

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



Punti di interesse: Valle dei Berissi, Santa Giulia, ruderi di Sant'Anna, strada della valle del fico con ponti romani.

Lungo percorso non si trovano fonti d'acqua e quindi ricordarsi di portarne almeno una bottiglia.



## **DESCRIZIONE DEL PERCORSO**

Partiamo dalla via Sanguineti a Lavagna, imboccando una bella "creuza" che con piacevole pendenza ci porta alla località San Bernardo, dopo avere scavalcato l'autostrada.

Da lì svoltiamo sulla sinistra in un sentiero che si inoltra nella valle dei Berissi, dove scorre il torrente Fravega, famosa per i suoi mulini e gli interminabili muretti a secco. La valle era il percorso principale utilizzato dalle donne per trasportare l'ardesia dalle cave di Monte Rocchette e Capenardo fino a valle.

Superata una breve rampa, percorriamo per poche centinaia di metri la strada asfaltata per prendere a destra un sentiero che arriverà, con qualche altra salita, alla panoramica chiesa di Santa Giulia.

Lì mangeremo al sacco e ammireremo l'imponente leccio la cui circonferenza misura 4,5 m

Ripreso il cammino si scende lungo la strada asfaltata sino ad inoltrarsi in un sentiero che ci porterà al parcheggio di Cavi di Lavagna.

Da qui risaliremo un'altra "creuza" che si innesta in una poco trafficata strada da cui si diparte un sentiero a picco sul mare che, facendoci

godere di uno splendido panorama, giunge ai ruderi della chiesa di Sant'Anna, balcone naturale sulla città di Sestri Levante.



Scenderemo infine a Sestri percorrendo la bella ma pietrosa strada di epoca romana nella valle del Fico.

### **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 aprile: Trekking urbano - Pavia**

**Sito Internet: [www.micologicovoghera.it](http://www.micologicovoghera.it)**

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