



*Club Alpino Italiano*



*Sezione di Moncalieri*

**SCHEDA GITA del: 17 Marzo 2019**

**ESCURSIONISMO:**

**ANELLO SESTRI LEVANTE – M. CAPENARDO – CAVI DI LAVAGNA  
Liguria (GE)**

Partenza da/ Ritorno	Sestri Levante
Quota di partenza	Livello mare
Dislivello in salita	690 m
N.ro segnavia	Vari segnavia FIE
Cartografia	Carta dei sentieri e rifugi 1: 25000-Riviera di Levante Golfo del Tigullio
Tempo di percorso	5 ore
Livello di difficoltà	E
Equipaggiamento	Scarponi, giacca a vento, pile, berretto, guanti, ombrello, acqua, pranzo al sacco
Mezzo	Autobus con minimo 25 persone (€ 20.,00)
Ora ritrovo/partenza	Ritrovo ore 6.15 – Partenza ore 6.30
Luogo di ritrovo	Sede - Piazza Marconi 1 – Moncalieri (Testona) – capolinea Bus 67
Direttore di gita	Marzia Serralutzu cell. 3387319577
Iscrizioni entro il	Mercoledì 13 marzo 2019

### **Descrizione**

Attraversato il paese di Sestri Levante in direzione ovest, si sale lungo il percorso detto dei "Ponti Romani", dove si incontrano 5 ponti in pietra costruiti probabilmente al tempo della Repubblica di Genova ma così chiamati per la solidità e la tecnica costruttiva che fa pensare a costruzioni romane anche perché l'antica via Romana seguiva proprio quel tracciato per superare il promontorio che separa Sestri da Lavagna e Chiavari. IL sentiero risale la stretta valletta detta "Valle del Fico" che, seguendo l'antico tracciato, intagliato nella roccia e lastricato d'arenaria, attraversa i cosiddetti Ponti Romani, costruiti con blocchi irregolari di pietra e privi di solide fondamenta, realizzati probabilmente da maestranze contadine prive di una tecnica più raffinata. Raggiunto il poggio panoramico dove si trovano i ruderi della Chiesa di Sant'Anna, risalente all'XI secolo, si ritorna al bivio per il M Capenardo e si prosegue inoltrandosi, con un sentiero in salita, nella Macchia Mediterranea e nella Pineta che conduce al M. Costello. Da qui l'itinerario prosegue alle falde del M. Zucchetto, 612 m, tra castagni, carpini e ornelli fino a raggiungere la prateria sommitale del M. Capenardo a 693 m, un balcone sul golfo del Tigullio.

Dalla cima il sentiero scende ad una Colletta in direzione nord-ovest, con molti tratti a scalini di ardesia (siamo infatti nella zona delle Cave di Ardesia) e prosegue inoltrandosi inizialmente nel bosco. Attraversa quindi alcune frazioni, quasi sempre su una mulattiera, fino a raggiungere, con una ripida scaletta, il piazzale ove sorge, su un bel poggio panoramico, la pittoresca, bianca chiesa barocca di S Giulia di Centauria, il cui sagrato è pavimentato a ciottoli di diversi colori. Le sue origini risalgono ad una prima cappella costruita nel 1031, come si può dedurre dai muri perimetrali della sacrestia che probabilmente costruivano l'abside della primitiva chiesetta, mentre l'attuale edificio è stato ultimato nel 1654. Accanto alla chiesa si trova uno stupendo esemplare di Leccio centenario. Santa Giulia si trova in località Centauria, il nome Centauria ha origine romana e deriva da "Centuria", era la formazione militare che, all'epoca dell'Impero Romano, presidiava la sottostante "via Aurelia" che costeggia il Tigullio. S. Giulia, a quota 250 m, è infatti un bel balcone sulla costa dal quale sorvegliare o contemplare il panorama dal Promontorio di Portofino a Punta Manara. Dal piazzale della chiesa si scende velocemente verso il mare con una stradina in pendenza che segue la costa della collina, questo era uno dei percorsi più veloci utilizzato dalle donne liguri per portare al mare i blocchi di ardesia estratti dalle Cave. Si prosegue poi, tra fasce coltivate ad ulivi e case sparse, fino ad una scalinata rettilinea che raggiunge velocemente il borgo di Cavi di Lavagna, noto per le sue spiagge di sabbia così rare in Liguria.

CAI Moncalieri : Piazza Marconi 1 - Moncalieri tel. 331-3492048

e-mail : [cai.sez.moncalieri@gmail.com](mailto:cai.sez.moncalieri@gmail.com) sito internet : [www.caimoncalieri.it](http://www.caimoncalieri.it)

Orario apertura lunedì 18:00 – 19:00 - mercoledì 21:00 – 23:00