



Club Alpino Italiano



Sezione di Moncalieri

SCHEDA GITA del: 15 Aprile 2012
ESCURSIONISMO: a) MANICO DEL LUME o
b) MADONNA DI CARAVAGGIO
Due possibili percorsi con partenza da Recco (Liguria)

Partenza da	Recco (Genova)
Quota di partenza	m 22
Dislivello in salita per il M.te Manico del Lume	Percorso A >>>> m 900
Dislivello in salita per la Madonna di Caravaggio	Percorso B >>>> m 600
N.ro segnavia	Segnavia rossi FIE
Cartografia	Carta dei sentieri e rifugi: 1:25000 Riviera di Levante Golfo del Tigullio
Tempo di salita	Percorso A: ore 6 ----- Percorso B: ore 4
Livello di difficoltà	Percorso A: EE ----- Percorso B: E
Equipaggiamento	Da montagna: scarponi, pile, giacca a vento, mantella, ombrello, pranzo al sacco

Descrizione

I percorsi delle due varianti Recco- Manico del Lume e Recco- Madonna di Caravaggio iniziano entrambi a Recco e sono tra i più belli e conosciuti del Levante Ligure per la spettacolarità dei luoghi attraversati e per la visuale che spazia sulle due riviere. Si parte subito alle spalle della stazione ferroviaria con la solita scalinata più o meno ripida, tipica delle escursioni in Liguria, che, uscita dal paese, costeggia le ville, i poderi, i terrazzamenti e si innalza rapidamente infilandosi nella macchia mediterranea fino a raggiungere in breve la località Il Poggio (m 309): un balcone naturale alle spalle del promontorio di Portofino da cui la vista spazia su un ampio panorama a destra sul Golfo Paradiso, Genova e sul Ponente Ligure, a sinistra sul Golfo del Tigullio e su tutto il Levante Ligure. Il sentiero prosegue inizialmente con un paesaggio aperto per entrare poi nel bosco percorrendo a mezza costa le pendici Ovest del Monte Ampola e dirigendosi verso il Monte Orsena.

Qui i due percorsi si separano (quota m 490), proseguendo con una salita a lunghi tornanti si raggiunge il Santuario della Madonna di Caravaggio (m 615) situato sul Monte Ampola, in splendida posizione panoramica sul Golfo di Genova e sul Golfo del Tigullio.

Lasciando invece a destra la deviazione per il Santuario il sentiero prosegue nel bosco percorrendo le pendici Ovest del Monte Orsena e raggiunge, uscito dal bosco, il Passo del Gallo. Tenendosi a mezza costa sotto il Monte Bello e il Monte Borgo si arriva al Passo della Serra, dove si incontra il sentiero che proviene da Uscio, e finalmente si giunge in vista delle gobbe del Manico del Lume. Il sentiero continua ora in ambiente roccioso e selvaggio, risale le due gobbe con l'aiuto di alcune catene e finalmente raggiunge la cima dove la vista spazia a 360 gradi. Una rosa dei venti illustra tutte le cime circostanti.

La discesa dal Manico del Lume si svolge sulle pendici Ovest e Sud del Monte Lasagna fino alla cima del Monte Pegge, dove si trova un piccolo rifugio dell'ANA di Rapallo. Da qui si scende in direzione Sud con un bel sentiero a tratti un po' ripido ma sicuro che, attraversato prima un tratto di bosco poi la macchia mediterranea, passando sotto le pendici del Monte delle Pozze, arriva finalmente a Rapallo, alle spalle della stazione ferroviaria.

La discesa dalla Madonna di Caravaggio si effettua ritornando con lo stesso percorso di salita fino alla base del Monte Orsena e di qui si prosegue in direzione Sud con un sentiero che, inoltrandosi nel bosco e passando sotto il M. Esoli, scende dolcemente fino a Ruta (m 254) alle spalle della chiesa romanica del 1100, nota come "La Millenaria" dedicata al Sacro Cuore di Gesù.

BUONA GITA A TUTTI