



Sezione CAI e gruppo	Milano Seniores
Nome Escursione	Punta Manara
Data di effettuazione	mercoledì 6 marzo 2019

Presentazione della escursione

Bellissima escursione in uno dei promontori più famosi della Liguria. Un sentiero semplice ma affascinante, che attraversa la famosissima Baia del Silenzio e raggiunge la vetta del Monte Castello. Scende, successivamente al belvedere di Punta Manara, il panorama spazia da Sestri a Portofino, con la Corsica, le isole toscane e le Alpi marittime, mentre dalla parte opposta si possono ammirare, da un'angolazione diversa, lo Zatta e gli altri monti che segnano il confine tra Liguria ed Emilia.

Zona secondo classificazione SOIUSA

III - APPENNINI 1 APPENNINO SETTENTRIONALE 1 APPENNINO LIGURE

Keyword

Baia delle Favole	Baia del Silenzio	Punta Manara	Monte Castello

Numero Partecipanti

Luogo di partenza dell'escursione

Nazione	Italia	Prov.	GE	Città	Sestri Levante
Località	Stazione – coord. N44 16 32.6 E9 23 49.6				

Luogo di arrivo dell'escursione (se identico al punto di partenza non compilato)

Nazione	Italia	Prov.	.	Città	.
Località	.				

Trasporto / Mezzi di trasporto

Pullman max 12 m – 50/55 posti	x	Pullman max 10 m – 27/37 posti	.
Pullman sup 12 m – più di 60 posti	.	Auto Privata	.
Treno	.	Autobus Pubblici	.
Funivia	.	Altro	.
Altri mezzi			



Dati Escursione Effettiva

Altezza max. m	255	Dislivello + m	300	Dislivello - m	300
Ore salita h:mm		Ore discesa h:mm		Ore totale h:mm	4:00
Lunghezza km	6.750	Durata gg	1		

Difficoltà CAI Escursionismo	<i>T</i>		<i>E</i>	<i>X</i>	<i>EE</i>		<i>EEA-.....</i>		<i>EAI</i>	
Fatica (solo Seniores)	<i>F1</i>		<i>F2</i>	<i>X</i>	<i>F3</i>		<i>F4</i>		<i>F5</i>	
Tipologia Escursione	<i>Turist. (soft)</i>		<i>Escursione</i>	<i>X</i>	<i>Ciclo</i>		<i>ONC</i>		<i>TAM</i>	
Segnaletica	<i>CAI</i>		<i>Altri</i>	<i>x</i>						
Note Segnaletica	Segnaletica FIE									
Attrezzatura	<i>Abbigliamento alta montagna</i>		<i>Abb. bassa montagna</i>	<i>X</i>	<i>Bastoncini</i>	<i>X</i>	<i>Scarpe trekking</i>		<i>Scarponi</i>	<i>X</i>
Altra attrezzatura										
Cartografia usata	Open Topo Map									

Fasi Escursione

Descrizione fasi escursione	Orario Partenza	Orario Arrivo	Altezza Max

Meteo

Sole %		Coperto %		Pioggia %		Neve %	
--------	--	-----------	--	-----------	--	--------	--



Acqua sul percorso

si		no	X
----	--	----	---

Punto di appoggio

Nessuno	<input checked="" type="checkbox"/>	Alpeggio/Baita		Altra struttura	
Rifugio CAI / privato		Trattoria / Agriturismo		Altro	

Dati punto di appoggio

Nome								
Indirizzo								
Tel./referente								
Sito Web								
Accoglienza	<i>Calorosa</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Cortese</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Fredda</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Scortese</i>	<input type="checkbox"/>
Tipo Pasto	<i>Primo</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Secondo</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Completo</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Carta</i>	<input type="checkbox"/>
Valut.Cibo	<i>Ottimo</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Buono</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Sufficiente</i>	<input type="checkbox"/>	<i>Scarso</i>	<input type="checkbox"/>

Cifra pagata: €

Possibilità di pranzo al sacco:

si	<input checked="" type="checkbox"/>	no	<input type="checkbox"/>
----	-------------------------------------	----	--------------------------

Descrizione Resoconto:

Dalla stazione al centro di Sestri per imboccare il "Vicolo del Bottone Dopo aver ammirato la magnifica baia delle Favole, che fu musa ispiratrice al grande danese Hans Christina Andersen, e la tranquilla baia del Silenzio, ci si muove per lo stretto carrugio "Salita alla Mandrella" regalandoci incomparabili viste sul promontorio di Sestri.

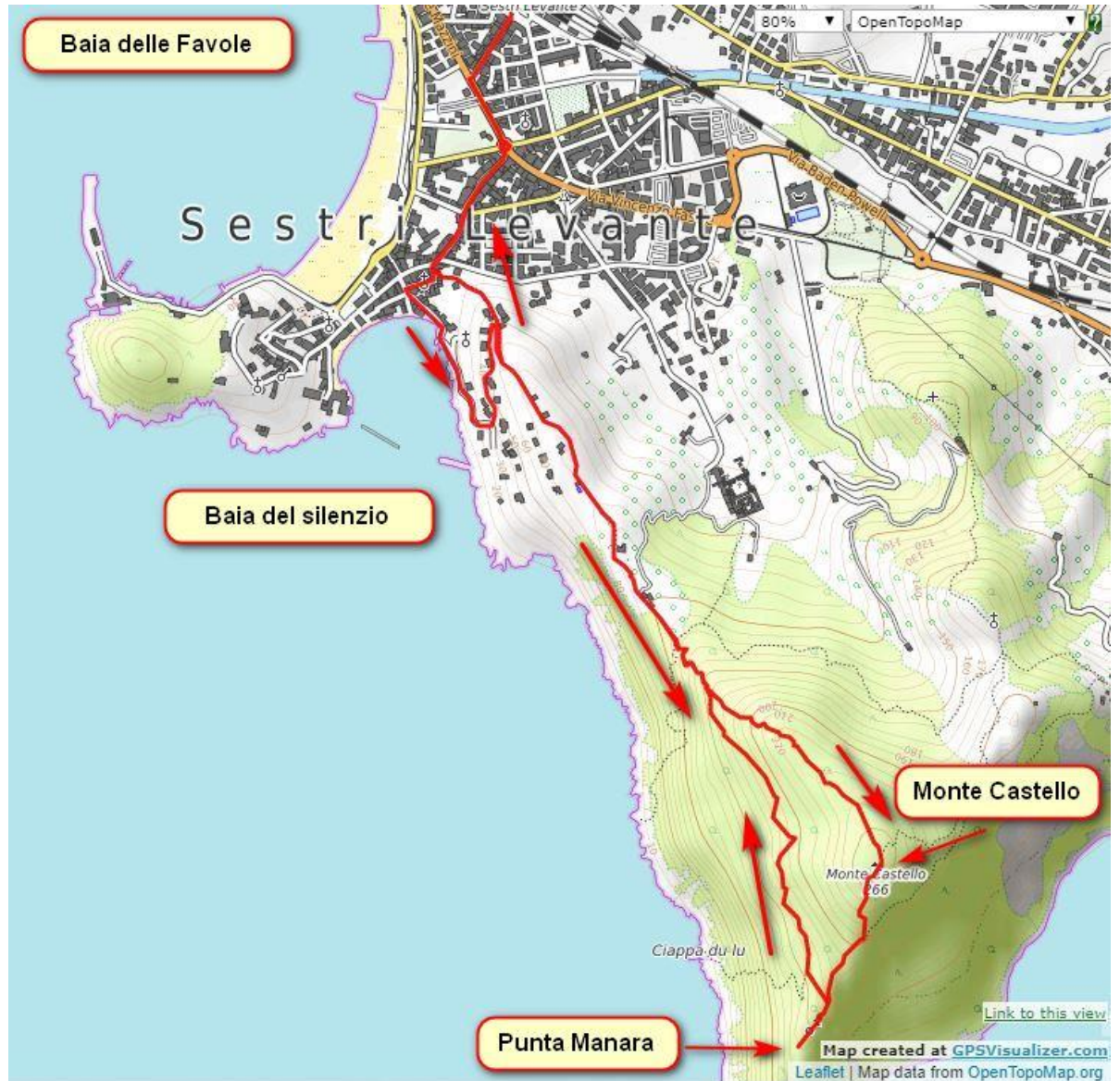
Anche se il termine non è appropriato la nostra ascesa è una sorta di Via Crucis non intesa come fatica fisica portata agli estremi quanto per la notevole presenza, sul sentiero, di stazioni devozionali.

Superata località Mandre si prosegue, con bella vista su Sestri e sulla Baia del Silenzio, per la vetta del Monte Castello (mt. 265), un modesto rilievo da cui ammirare Riva ed i suoi cantieri. Da qui la discesa a Punta Manara un avamposto sulla costa ligure sempre affascinante. Superato il Bivacco Manara si giunge alla Punta Manara (mt. 166) dove si trovano i resti di una antica torretta: splendido panorama molto appagante, con sosta pranzo al sacco.

La discesa a Sestri concede il tempo necessario per l'approvvigionamento della focaccia - trofeo da portare ai propri cari.



Cartina percorso



Profilo altimetrico

