



**DOMENICA 1 DICEMBRE 2024**

**VAL DI VARA: M. CORNOVIGLIO**

**Pranzo sociale**



Una breve ma remunerativa escursione ci condurrà al panoramico monte Cornoviglio seguendo il tracciato dell'Alta Via dei Monti Liguri dal passo dei Casoni di Sùvero, una marcata sella sullo spartiacque tra Vara e Magra; prende il nome dalle case sparse che si trovano sull'aperto versante ligure, al culmine di ampi pendii pascolivi. In questo tratto l'Alta Via segue l'itinerario della Via Regia, antico percorso del Sacro Romano Impero, ancora più importante in epoca

medievale, che seguiva il crinale dei monti nonché il confine tra Liguria e Toscana, per poi scendere verso le valli del Parmense e la Pianura Padana; costituiva un cammino rapido e sicuro per i mercanti e i pellegrini, incrociando nei punti di valico numerose vie con direzione mare-monti-pianura. Oggi è diventata una comoda sterrata: si attraversano zone agricole con bestie al pascolo, ma in lontananza si vede il mare e, nelle giornate limpide, le isole toscane e la Corsica; le Alpi Apuane fanno da sfondo alla lunghissima spiaggia della Versilia; più vicino il Golfo di La Spezia con l'isola Palmaria, le cime della Liguria di levante e, in lontananza, le Alpi Liguri. Tornati al passo dei Casoni, pranzeremo alla "Trattoria dei Cacciatori", accogliente ambiente rustico immerso nel verde.



Dislivello: 200 m Ore di cammino: 3h

Ritrovo partecipanti: ore 7:30 in piazza della Vittoria lato Caravelle e partenza con auto proprie.

Quota di partecipazione: € 40, comprensiva di pranzo al ristorante. Le spese di viaggio sono a carico dei partecipanti.

Prenotazione obbligatoria entro lunedì 25 novembre.

Responsabili: Silverio e Giuliana Cencio (cell. 348.1392793). Fulvio Lazzeretti (cell. 333.6746601).