



Sezioni di Lodi e Crema  
in collaborazione con  
la sezione di Melegnano

25 anni di avventure con l'Alpinismo Giovanile  
di Lodi e Crema



Sezioni di Lodi e Crema  
in collaborazione con  
la sezione di Melegnano

25 anni di avventure con l'Alpinismo Giovanile  
di Lodi e Crema



## Domenica - 18 febbraio 2024

### Il Sentiero del Pellegrino da Finale Ligure a Noli (Liguria)

Ritorno a Crema	Ritorno a Crema	Accompagnatori Crema	Accompagnatori Melegnano
Via Mercato (di fronte alle scuole Galmozzi) ore 6:00	Ore 20:00 circa Via Mercato	Roberto Cattaneo (347.8428263) Cesare Bianchessi (340.4082403)	Alberto Zucchetti (335.8395591) Paolo Cioni (320.0472962)
Ritorno a Lodi	Ritorno a Lodi	Accompagnatori Lodi	Difficoltà - Età
Piazzale degli sport (Fausina) ore 6:30	Ore 19:30 circa Piazzale degli sport	Andrea Crozi (346.6743168) Claudio Premoli (375.8072973)	Difficoltà: per tutti Età: indicativamente tra gli 8 e i 17 anni

#### L'ESCURSIONE

Il nostro sentiero si snoda tra Finale Ligure, Varigotti e Noli.

Dopo un primo tratto nell'entroterra incontriamo il Sentiero del Pellegrino a picco sul mare. Punti interessanti di questo sentiero sono la Torre delle Streghe, un ampio balcone panoramico, e la Grotta dei Falsari, una caverna incastonata nelle rocce.

La nostra escursione prevede due percorsi in base alle fasce di età. Uno breve per il gruppo dei piccoli, che scenderanno al mare a Varigotti, e uno lungo per il gruppo dei grandi, che arriveranno fino a Noli.

Alla fine della camminata è prevista per tutti una sosta in riva al mare prima del rientro.



Le iscrizioni si ricevono entro **Domenica 11 febbraio 2024**, presso la sede CAI di **MELEGNANO**, il martedì e il giovedì, dalle ore 21:00 alle ore 23:00, oppure la domenica, dalle ore 10:30 alle ore 12:00

CAI - Sezione di Crema - Via F. Donati 10, 26013 Crema (CR) - Tel.0373.203463  
Per informazioni e regolamento escursioni: [www.caicrema.it](http://www.caicrema.it)  
CAI - Sezione di Lodi - Viale Pavia 28, 26900 Lodi (LO) - Tel.0371.439107  
Per informazioni e regolamento escursioni: [www.cailodi.it](http://www.cailodi.it) - email: [segreteria@cailodi.it](mailto:segreteria@cailodi.it)  
CAI - Sezione di Melegnano - Via E. De Amicis 25, 20077 Melegnano (MI) - Tel.02.9835059  
Orari apertura sezione di Melegnano: martedì 21:00-23:00, giovedì 21:00-23:00, domenica 10:30-13:00  
Per informazioni e regolamento escursioni: [www.caimelegnano.it](http://www.caimelegnano.it) - email: [sezione@caimelegnano.it](mailto:sezione@caimelegnano.it)

#### QUOTA E NOTE :

La quota (che comprende il viaggio in pullman A/R e l'assicurazione infortuni per i non soci), da versare prima della gita, è così fissata:

	1° figlio/a	2° figlio/a	3° e suc. figlio/a
Socio CAI	30,00 euro	25,00 euro	20,00 euro
Non socio CAI	41,50 euro	36,50 euro	31,50 euro

- ◆ In caso di rinuncia nei giorni antecedenti la data della gita, si prega di avvisare la sede CAI presso la quale è stata effettuata l'iscrizione. In caso di rinuncia il giorno stesso della gita, si prega di avvisare chiamando uno dei numeri di cellulare sopra indicati.
- ◆ Le gite si effettuano con qualsiasi condizione meteorologica, salvo casi eccezionali; in caso di maltempo è previsto un programma ridotto o alternativo.

#### EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO PER I RAGAZZI:

**Indosso**  
⇒ Scarponcini con suola scolpita in gomma  
⇒ Pantaloni della tuta o pantaloni sportivi lunghi, maglietta  
⇒ Cappellino in tela

**Nello zaino**  
⇒ Borraccia o bottigliette in plastica e vivande per il pranzo al sacco  
⇒ Occhiali da sole, crema protettiva per la pelle e per le labbra, fazzoletti di carta  
⇒ Giacca antivento/antipioggia  
⇒ Guanti di lana/pile (anche se siamo vicini al mare... il freddo può sempre arrivare all'improvviso)  
⇒ Sacchetto di plastica per riporre i rifiuti e abiti bagnati  
⇒ Eventuali medicinali personali, numero di telefono (fisso o cellulare) per comunicazioni ai genitori (es. ritardo rispetto all'orario previsto per il rientro)  
⇒ Tessera CAI (per i soci), fotocopia del libretto sanitario, eventuali medicinali personali;  
⇒ Il modulo compilato con eventuali allergie e/o malattie;  
⇒ Il modulo compilato per la delibera delle foto.

**In una borsa/sacchetto da lasciare sul pullman:**  
⇒ Ricambio completo: tuta da ginnastica (pantaloni e felpa), calze, biancheria intima, scarpe da ginnastica  
⇒ Merenda

CAI - Sezione di Crema - Via F. Donati 10, 26013 Crema (CR) - Tel.0373.203463  
Per informazioni e regolamento escursioni: [www.caicrema.it](http://www.caicrema.it)  
CAI - Sezione di Lodi - Viale Pavia 28, 26900 Lodi (LO) - Tel.0371.439107  
Per informazioni e regolamento escursioni: [www.cailodi.it](http://www.cailodi.it) - email: [segreteria@cailodi.it](mailto:segreteria@cailodi.it)  
CAI - Sezione di Melegnano - Via E. De Amicis 25, 20077 Melegnano (MI) - Tel.02.9835059  
Orari apertura sezione di Melegnano: martedì 21:00-23:00, giovedì 21:00-23:00, domenica 10:30-13:00  
Per informazioni e regolamento escursioni: [www.caimelegnano.it](http://www.caimelegnano.it) - email: [sezione@caimelegnano.it](mailto:sezione@caimelegnano.it)