

## PUNTA MANARA di Sestri levante

Percorso stradale: Autostrada Milano-Genova-La Spezia, uscita di Sestri Levante (Km. 205)

È una delle più classiche passeggiate del Tigullio, adatta a tutte le età, altamente panoramica e ricca di aspetti naturalistici interessanti.

Il sentiero prende avvio dal centro storico in via XXV Aprile dove si imbecca **Vico del Bottone** all'inizio del quale troviamo la segnaletica per Punta Manara. Si sale dolcemente, senza strappi e in breve si è tra gli uliveti, godendo di un bel panorama sul **Golfo del Silenzio** e su tutta la costa del Tigullio. Si sale ancora, gli ulivi lasciano il posto alla macchia mediterranea e al pino d'Aleppo. In **Loc. "il castagno"**, si nota sulla sinistra l'imbocco del sentiero che porta in **Loc. Madonna della Neve** (segnavia tre pallini rossi pieni); sbucheremo da lì al ritorno mentre ora proseguiamo sul sentiero principale che in breve ci porta in **Loc. Telegrafo**. Qui si trova una bassa costruzione oggi adibita a bivacco e Centro di educazione ambientale. Davanti all'edificio ci sono alcune panchine e tavoli in legno che invitano alla sosta. Vale la pena proseguire ancora un poco per raggiungere i ruderi di un'antica torre di avvistamento dalla quale il panorama è davvero eccezionale: si spazia da Punta Mesco al Golfo del Tigullio, Le Alpi Marittime e alle spalle del mare, l'Appennino ligure. Qui, facciamo una nostra sosta per il pranzo. Dalla Punta Manara possiamo tornare per lo stesso sentiero a Sestri Levante, oppure, indietro di 200 metri in uno spiazzo, prendere il sentiero indicato da due pallini rossi che incrocia quello che sale sul M. Castello. Proseguiamo oltre sempre seguendo i due pallini rossi e poco più avanti sulla sinistra, abbandoniamo questo segnavia per prendere il sentiero che attraversa il **Vallone Ravino** (segnavia tre pallini rossi) che si collega al percorso fatto all'andata in loc. "Da u castágnu"; questo ci permette di chiudere l'anello verso Sestri Levante.

Segnavia e segnaletica a cura della FIE:

Da Sestri Levante al Telegrafo: **due quadrati pieni rossi**

Dal Telegrafo all'edicola della Madonna della Neve: **due pallini pieni rossi**

Dall'edicola della Madonna della Neve fino a Loc. "il castagno": **tre pallini pieni rossi**.

**Dislivello totale in salita: 225 m**

## Miniera di GAMBATESA

Ci trasferiremo con il pullman verso Lavagna e prenderemo la strada della val Graveglia, Né, Reppia che ci porterà alla miniera di Gambatesa, tuttora attiva, da cui si estraggono ossidi e silicati di manganese. Dopo aver assistito alla proiezione di un breve filmato sulla storia della miniera e delle tecniche estrattive, si indossa il casco e si entra in sotterraneo per circa un chilometro **a bordo di un trenino** per il trasporto del personale. All'interno con una guida si effettua un percorso a piedi su due livelli della miniera. La visita, adatta a tutti, dura circa 1,5 ore e si svolge in un ambiente con temperatura di circa 14°: si consiglia un abbigliamento comodo e caldo.