

IL CAMMINO DELLE MALGHE

VALLI DEL PARCO DELL'AVETO



VALLE STURLA • € 85,00 a persona giornata intera TRANSFER INCLUSO

PARTENZE				
SESTRI LEVANTE	CAVI DI LAVAGNA 1	CAVI DI LAVAGNA 2	LAVAGNA	CHIAVARI
7:45	7:50	7:55	8:00	8:15

ESCURSIONE GUIDATA

- **DOVE**
Sopralacroce
- **LINGUE**
Italiano, Inglese
- **DIFFICOLTÀ**
Media
- **ABBIGLIAMENTO**
Pantaloni lunghi,
felpa, k-way, scarpe
chiuse adatte a
camminare sui sentieri

DESCRIZIONE

Il "Cammino delle Malghe", Sentiero Cultura del Parco dell'Aveto, ti porterà a scoprire le Malghe del Monte Aiona, esempio unico sull'Appennino Ligure, lungo un itinerario ad anello che attraversa meravigliosi paesaggi in continua trasformazione.

Accompagnato da una guida locale, camminerai sulla storica "Via del Latte", utilizzata in passato per condurre gli animali in alpeggio e portare a valle il latte appena munto, ripercorrendo le orme dei "portantini", capaci di trasportare sulle proprie spalle due bidoni di latte fresco dal peso di 60 kg ciascuno.

Attraverserai immensi pascoli, con una splendida vista sulle vallate che si tuffano in mare, fino a giungere a Malga Zanoni, oggi Rifugio del Parco, con la sua terrazza panoramica.

E sulla via del ritorno incontrerai la Cascata da Ciana', che potrai ammirare in tutta la sua bellezza, e la fonte ferruginosa di Zanoni, dove potrai assaggiare un'acqua da sempre apprezzata per le sue proprietà terapeutiche.

PRANZO OPZIONALE

Al sacco a cura dei partecipanti OPPURE menù tipico in trattoria locale € 30

L'EVENTO È CONFERMATO ANCHE IN CASO DI PIOGGIA, A MENO CHE NON SIA DIRAMATA UNA QUALSIASI ALLERTA METEO (GIALLA, ARANCIONE E ROSSA).

GIORNATA INTERA

THE MALGA WALK

VALLI DEL PARCO DELL'AVETO



VALLE STURLA • € 85.00 per person full day

TRANSFER INCLUDED

DEPARTURE				
SESTRI LEVANTE	CAVI DI LAVAGNA 1	CAVI DI LAVAGNA 2	LAVAGNA	CHIAVARI
7.45 am	7.50 am	7.55 am	8.00 am	8.15 am

GUIDED EXCURSION

FULL DAY

● WHERE

Sopralacroce

● LANGUAGES

Italian, English

● DIFFICULTY

Moderate

● WHAT TO WEAR

Long trousers,
sweatshirt, rain jacket,
walking shoes or
boots

DESCRIPTION

"The Malga Trail" is a Culture Trail in the Parco dell'Aveto which takes you on a unique tour of discovery through the Ligurian Apennines to the Malghe (summer mountain refuges) on Mount Aiona. The trail forms a ring that passes through continuously changing and breath-taking scenery.

Accompanied by a local guide, you will walk along the historic "Via del Latte" (Milk Trail), used in the past to take livestock to their upland pastures and also to carry the freshly drawn milk back down to the valley. You will follow in the footsteps of the "milk bearers" who were able to carry two cans of fresh milk weighing 60 kg each.

You will walk through immense pastures, with a splendid view of the valleys below rolling into the sea, until you reach Malga Zanoni, one of the mountain refuges of the Park, with its panoramic terrace.

On the way back, you will visit Ciana' Waterfall which you will be able to admire in all its beauty, the ferruginous spring in Zanoni, where you will be able to taste the water which has always been appreciated for its therapeutic properties.

OPTIONAL LUNCH

Bring your own packed lunch **OR** pre-book lunch at a traditional restaurant € 30

THE EVENT IS ALSO CONFIRMED IN CASE OF RAIN, UNLESS ANY WEATHER ALERT IS ISSUED (YELLOW, ORANGE AND RED).