



CLUB ALPINO ITALIANO



SEZIONE DI BOLZANETO

## GITA SOCIALE

|   |   |
|---|---|
| <p><b>Domenica 24 GENNAIO 2021</b><br/><b>Appennino Ligure</b></p> <p><b>ANELLO DELL'ASOSTO DI BIGIAE</b></p>   | <p><b>L'EFFETTUAZIONE DELLA GITA E' SOGGETTA ALLE CONDIZIONI METEO.</b></p>   |
| <p><b>Capi Gita:</b><br/>Sabrina Poggi - Chiara Ruvolo</p> <p><b>Ritrovo:</b> Murta - Piazzale della Chiesa ore 9.15</p>  | <p><b>Difficoltà:</b> E<br/><b>Ore di cammino:</b> 3<br/><b>Dislivello:</b> 450 m<br/><b>Trasporto:</b> auto propria o bus N° 74 (da Bolzaneto)<br/><b>Numero max partecipanti:</b> 10 + 2 capigita</p> |
| <p><b>Prenotazione Obbligatoria:</b> entro venerdì 22 gennaio 2021 a mezzo messaggio Whatsapp, sms o mail a Chiara Ruvolo (cell. 333 745 201 - mail <a href="mailto:chiar@virgilio.it">chiar@virgilio.it</a>) o a Sabrina Poggi (cell. 3334135731 - mail <a href="mailto:sa.poggi@gmail.com">sa.poggi@gmail.com</a>) indicando: nome cognome, numero cellulare e mail. Con la conferma della prenotazione, riceverete il modulo di autodichiarazione da consegnare ai capigita la mattina dell'escursione prima di partire e le informazioni sulle regole da seguire.</p> |   |
| <p><b>Dotazione obbligatoria:</b> ogni partecipante deve essere provvisto di <u>mascherina, gel disinfettante a base alcolica e foglio di autodichiarazione compilato e firmato.</u><br/>L'escursione si svolgerà nel pieno rispetto delle linee guida CAI, emesse per limitare e contenere la diffusione del virus Covid-19.<br/><b><u>I partecipanti devono essere in regola con la quota di iscrizione al CAI per l'anno corrente o per il 2020</u></b></p>  |   |
| <p><b>Attrezzatura obbligatoria:</b> calzature da trekking, abbigliamento adatto alla stagione, acqua, pronto soccorso personale</p> <p><b>Attrezzatura facoltativa:</b> bastoncini</p>   |   |
| <p><b>Itinerario:</b> Effettueremo il percorso ad anello che dalla piazza di Murta ci porta all'Asosto di Bigiae, singolare riparo in pietra sulle alture alle spalle di Genova, usato probabilmente come ricovero da pastori e contadini della zona. Il percorso è agevole e panoramico. La segnaletica e la manutenzione del sentiero sono curate dalla nostra Sezione.</p>   |   |