



COME RAGGIUNGERCI:

In auto: con autostrada dei Fiori A 10, uscita a Bordighera per la Via Aurelia direzione Ventimiglia per circa 4 km. incrocio per la Valle Nervia S.P. 64, indicazioni Dolceacqua, Pigna Colla Melosa, Rifugio Allavena, ore 1 da Bordighera.

Oppure uscita autostradale di Arma di Taggia, per la Valle Argentina direzione Taggia S.P. 548, Molini di Triora, prima di entrare nel paese sulla sinistra indicazioni per Colla Melosa, Rifugio F. Allavena ore 1 da Arma di Taggia

Iscrizioni sul posto fino ad 15 minuti prima della partenza, ma è molto gradita la prenotazione tramite e-mail caibordighera@caibordighera.it indicando il cognome nome, data di nascita e percorso a cui si vuole partecipare.

L'organizzazione, nonostante sia la prima edizione, avrà cura della buona riuscita di questa manifestazione e si scusa anticipatamente per eventuali errori.

Il CAI declina comunque ogni responsabilità civile o penale per incidenti verso i partecipanti, terzi o cose, sia prima che durante che dopo lo svolgimento della marcia.

Volantino e cartina dei percorsi, saranno visibili sul sito www.caibordighera.it



CLUB ALPINO ITALIANO sezione di BORDIGHERA

Con il Patrocinio del Comune di Pigna

l'ente Parco Ligure

il Corpo della forestale

il soccorso Alpino

in collaborazione con

la Protezione Civile di Ospedaletti

e Croce Rossa di Bordighera

organizzano

Domenica 16 Settembre 2012 la 3^a Marcia di Colla Melosa

Marcia non competitiva su sentieri e strade sterrate del Parco delle Alpi Liguri, che si snodano tra il Rifugio Allavena e i Balconi di Marta articolata su un unico percorso di diverse difficoltà e uno per mountain bike.

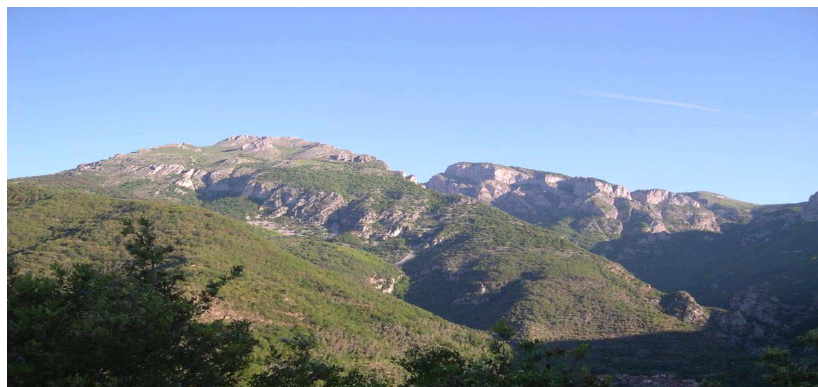
**MARTONE
SPORT**

Via Vittorio Emanuele, 234
18012 BORDIGHERA (IM)
Tel. e Fax: 0184266367

OUT-DOOR equipments

- Abbigliamento montagna
- Trekking - Campeggio
- Scarponi - Pedule
- Sacchi letto - Zaini

**Banca di Caraglio del Cuneese
e della Riviera dei Fiori**



Ritrovo ore 8:30 presso il Rifugio F. Allavena
(Colla Melosa) mt. 1545

Partenza ore 9:30

...e alle ore 12:30 i più piccoli si sfideranno nella

Marcia dei bambini Iscrizione gratuita (per la marcia)

in un percorso facile di circa 1 Km intorno al Monte Corma

Quota d'iscrizione 15 Euro comprensiva di pacco gara, maglietta ricordo dell'evento e pranzo, (menù fisso, composto da un primo , secondo e bicchiere di vino), gli accompagnatori potranno pranzare con gli atleti acquistando il buono pasto presso l'organizzazione , (stesso menù) a 13 Euro

La partenza è sul prato antistante il rifugio; si percorrono 200 mt. sulla strada militare asfaltata per poi continuare sullo sterrato

Punti di ristoro lungo il percorso

PERCORSO:

Dal piazzale antistante il Rifugio (**m 1545**). si percorre in salita la strada militare, asfaltata per i primi 200 m, per circa 5 Km fino a quota 1800.

[1] Si svolta a sinistra fino a **Sella d'Agnaia (Palina m 1845 s.l.m.)** e da qui ,sulla destra, si percorre in salita un sentiero fino a **Porta Bertrand (Palina m 1953 s.l.m.)**. [2] Si continua sulla strada militare mantenendo sempre la sinistra fino alle caserme di Marta. [3] Si oltrepassa la sbarra in direzione dei "**Balconi di Marta**" (**ovest**) e poco dopo si lascia il tracciato principale per inerpicarsi su un largo sentiero erboso che si stacca sulla destra e che conduce alla sommità di **Cima Marta (m 2135 s.l.m.)**. Si scende sul versante ovest (traccia sui prati), fino ad un quadrivio segnalato. (**Palina m 2000 s.l.m.**). Si imbecca ora a sinistra la strada sterrata del ritorno che conduce dapprima alle caserme di Marta e in seguito al **Rifugio Gray**. Si abbandona la strada militare e si prende, poco più avanti, sulla sinistra, il sentiero di discesa per Colle Melosa, percorrendolo per metà circa. [4]. Si prosegue su un sentiero che sulla destra torna leggermente indietro senza perdere quota e si ritorna sulla strada sterrata. In discesa si supera "**Fontana Itala**" e si giunge al bivio per la "**Piana degli Innamorati**". Si svolta a destra per percorrere un tratto della pista di sci di fondo fino al traguardo.

[1] **Possibilità di tornare indietro proseguendo su strada militare ed imboccando sulla destra il sentiero di discesa per Colle Melosa**

[2] **Possibilità di tornare indietro proseguendo su strada militare ed imboccando sulla sinistra il sentiero di discesa per Colle Melosa.**

[3] **Possibilità di tornare indietro proseguendo su strada militare superando il bivio di Porta Bertrand, il Rifugio Gray ed imboccando sulla sinistra il sentiero di discesa per Colle Melosa**

[4] **Possibilità di proseguire dritto accorciando il percorso.**

ATTENZIONE: ci troviamo in montagna decisamente sopra i 1500 m s.l.m. e per buona parte del percorso oltre i 2000 m! È necessario un equipaggiamento adeguato in vista anche di possibili, repentine variazioni meteo: si richiedono calzature adeguate con suola scolpita in buono stato (niente pantofole da tennis o simili), berretto, K-way, crema solare, una felpa o giacca a vento dentro lo zaino, per chi cammina.

Ristorazione ed ospitalità: acqua, the, biscotti secchi, zucchero.

A chi desiderasse pernottare e trascorrere una serata in buona compagnia, contemplando il cielo stellato, liberi da inquinamento luminoso ed acustico, è offerta la possibilità di pernottare presso il Rifugio Allavena, usufruendo della mezza pensione a tariffa agevolata. <http://www.rifugioallavena.it/>
Nuovo Gestore: sig. Alfredo Bruzzone, tel. 0184241155

**MARTONE
SPORT**

Via Vittorio Emanuele, 234
18012 BORDIGHERA (IM)
Tel. e Fax: 0184266367



OUT-DOOR equipments

· Abbigliamento montagna
Trekking - Campeggio
Scarponi - Pedule
Sacchi letto - Zaini



**Banca di Caraglio del Cuneese
e della Riviera dei Fiori**