



Sezione di Novi Ligure  
Fondata nel 1960



11/09/2021

**Terza uscita dell'attività di Montagnaterapia "Il primo passo"  
In collaborazione con il Centro Down di Alessandria  
Dai Piani di Praglia al Monte Pennello  
Appennino Ligure**

Capogita Mela Coccozza (3339114996)

Accompagnatori: Maria Grazia Gavazza, Responsabile COVID (3383864396), Emma Bricola,  
Adriano Salandin, Luisa Verlato

Ritrovo: Piazzale Caserme ore 8.00. Partenza ore 8.15	
Trasferimento: mezzi propri	Itinerario stradale: Serravalle, Gavi, Voltaggio, Eremiti, Marcarolo, Piani di Praglia
<p><i>Itinerario escursionistico: Dai Piani di Praglia (840 m) si prende Via Monte Pennello, che scende per alcune centinaia di metri fino a terminare in un parcheggio. Superata la sbarra, si segue per la piatta carrareccia con vista sulla Valpolcevera. Spicca il profilo del Monte Figogna, incoronato dal Santuario della Madonna della Guardia. Siamo percorrendo un tratto dell'Alta Via che contorna a mezza costa il Monte Sejeu. Superata una sorgente (una cannetta sotto una roccia con croce), saliamo ad un colletto e proseguiamo pressoché in piano. Si prosegue in leggera salita fino alla colla del Proratado. Qui la vista si apre verso sud, fino al mare. Si supera la deviazione per il Bric dell'Orologio, un sentierino sulla destra segnalato da un ometto di pietre.</i></p> <p><i>La carrareccia sale tranquilla e sinuosa. Superata un'altra sbarra si percorre un altopiano erboso, cosparso di massi, sotto un paio di tralicci. Si scende in breve a Colle Gandolfi (936 msl) da dove con una breve salita si raggiunge la rotonda sommità del Monte Pennello (999 m)</i></p>	
Dislivello in salita: 200 m circa	Tempo di Percorrenza: circa un'ora e mezza all'andata e altrettanto al ritorno
Difficoltà: E	Pranzo: al sacco
Rientro Previsto: ore 17 circa alle auto	Equipaggiamento: Escursionistico
<p><b>Note sulla sicurezza anti-covid:</b>  1° è obbligatorio che ogni partecipante invii il modulo (allegato alla presente scheda) compilato o lo consegni direttamente al responsabile Covid  2° abbia al seguito mascherina e disinfettante per le mani.  3° si attenga rigorosamente alle linee guida indicate dal CAI e dal Coordinatore Covid.  Il Responsabile Covid ha obbligo di non accettare partecipanti non in possesso dei requisiti sopra richiesti o di escludere chi non rispetta le direttive di sicurezza.</p>	