



CLUB ALPINO ITALIANO – Sottosezione di Arenzano

Via Cesare Battisti 3, Arenzano

Gita Sociale domenica 6 luglio 2025

Rocca La Meja 2831 slm (Via Normale) dal Colle di Valcavera

Programma/Appuntamento:

- Ritrovo ore 6:20 presso Stazione FFSS Arenzano, partenza 6:30.
- Rientro previsto ore 19÷20 presso Stazione FFSS Arenzano.

Descrizione /destinazione:

Vetta della **Rocca La Meja** 2831 m per la via normale dal versante Sud.

La salita presenta un percorso che richiede la dovuta cautela per l'esposizione sia in alcuni tratti della cengia sia nel canalino finale. (Casco obbligatorio)

La montagna è una delle più belle tra la valle stura e la val Maira. Dalla vetta si ha un esteso panorama su tutte le montagne del cuneese.



Dettagli:

Difficoltà: EE / F passi di II grado.

Quota partenza (m): 2400.

Quota Max/Vetta (m): 2831.

Dislivello complessivo: + mt. 550.

Lunghezza: 10 km ~.

Capigita:

Pietro Rocca: 3405369402

Antonio Quesada: 3497829467

Località di partenza: Gardetta 2km dal Colle di Valcavera.

Tempo di marcia totale: 4÷5 ore. (A / R).

Tempo totale escursione: 6:30 / 7 ore.

Esposizione: Varie.

Mezzo di trasporto: Auto propria.

Per informazione e prenotazione:

In sede CAI Arenzano martedì e venerdì dalle 21:00 alle 22:00

entro venerdì 04 luglio 2025.

La partecipazione all'escursione è vincolata alla valutazione dei responsabili dell'escursione

Note e consigli:

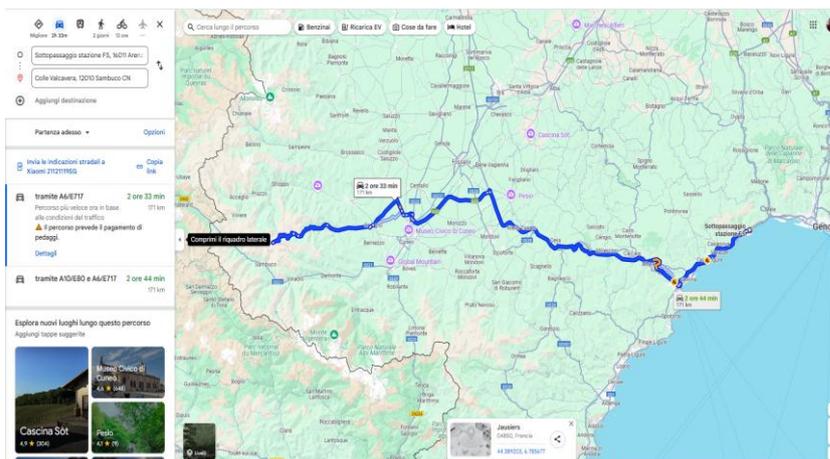
- Abbigliamento a strati adeguato, idoneo all'ambiente e alla quota e al tempo previsto, tenendo conto sia del soleggiamento che di eventuale pioggia, freddo e vento.
- L'escursione si svolgerà su un percorso di andata e ritorno sulla stessa traccia.
- Pranzo al sacco, prevedere minimo 1 litro d'acqua e qualche snack a testa.
- *Si fa presente che le attività in montagna presentano dei pericoli oggettivi e rischi. Ogni partecipante all'uscita, con la sua adesione, dichiara di essere consapevole che il rischio non è completamente azzerabile nonostante durante l'escursione verranno prese tutte le precauzioni per affrontare l'escursione in massima sicurezza. Ogni partecipante si impegna quindi ad avere comportamenti idonei e rispetto per il gruppo, Dichiara inoltre di essere abile e autonomo nella progressione, possedendo preparazione fisica, tecnica ed equipaggiamenti idonei.*

Materiale richiesto:

- Scarpe alte ed antiscivolo, due cordini/fettucce, due moschettoni a ghiera, bastoncini facoltativi.
- Caschetto omologato (obbligatorio)

Accesso Stradale/Itinerario di viaggio:

- Tempo di trasferimento Arenzano-Colle di Valcavera circa 2:30 h~ in condizioni di traffico normale.
- Da Arenzano a Valle Stura fino a Demonte, a dx si prende la strada per il Vallone dell'Arma, si passa nell'abitato di S. Giacomo e si prosegue fino al Colle di Valcavera.



Descrizione salita:

- Si raggiunge il Passo di Ancoccia salendo verso nord costeggiando due laghetti, da qui in discesa per ampi prati seguendo tracce di sentiero fino alla base della rocca che si costeggia in direzione ovest fino a quando la traccia inizia a salire in mezzo a campanili rocciosi dove si incontra il segnavia giallo, si supera un tratto di parete caratterizzato da un diedro, si raggiunge un cengia piuttosto largo che incide in diagonale la parete (direzione ovest-est), la si percorre tra erba e detriti. Con un deciso innalzamento si raggiunge poi un colletto (2556m).
- Da qui il sentiero piega a sinistra, infilandosi all'interno di un canalino ripido e stretto tra sfasciumi che si intercala fra gli strati verticali carbonatici (calcari e dolomie).
- A metà salita, il canale è interrotto da un blocco roccioso, caduto dai suoi lati. (passaggio di II (con catena) Seguito fino in cima il canalino, poche decine di metri a destra su rocce ci conducono alla croce sommitale.

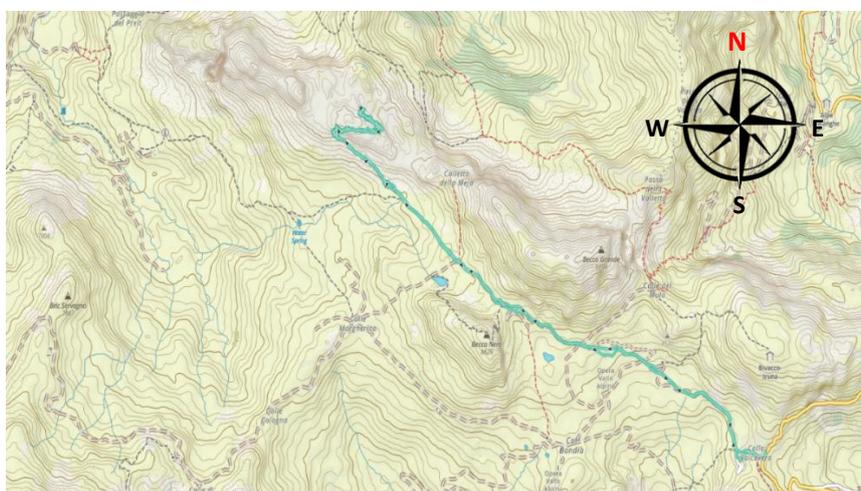
Fotopercorso:



Cartina topografica del percorso:



Cartina topografica del percorso:



Percorso da Google Maps:



Grafico dislivello:

