



DOWNLOAD THIS MAP
ALA CAPRIONE TRAILS 2026

PER SERVIZI JOELETTE / JOELETTE TOURS ON REQUEST
email: cailaspezia@libero.it / +393356181769

ALA CAPRIONE TRAILS 2026

Sentieristica principale che collega i paesi e le attrazioni del territorio del Monte Caprione, amministrato dai comuni di Arcola, Lerici ed Ameglia (ALA)
Main trails connecting the towns and attractions of the Monte Caprione territory, administered by the municipalities of Arcola, Lerici, and Ameglia (ALA)

DURATA ore DURATION hours	ANELLI PER SINGOLO COMUNE RINGS FOR EACH MUNICIPALITY
2 / 2,5	ARCOLA (Ar)
3,5 / 4	ANELLO 1Ar / RING 1Ar - Arcola, Pietralba, Baccano, Arcola
2,5 / 3	ANELLO 2Ar / RING 2Ar - Arcola, Trebiano, Cerri, Canarmino, Pitelli, Arcola
	ANELLO 3Ar / RING 3Ar - Romito Magra, San Lorenzo, Trebiano, Romito Magra
	LERICI (L)
3 / 3,5	ANELLO 1L / RING 1L - San Terenzo, Falconara, Pozzuolo, Canarmino, Solaro, San Terenzo
2,5 / 3	ANELLO 2L / RING 2L - Venere Azzurra, Bagnola, Solaro, Pugliola, Venere Azzurra
2,5 / 3	ANELLO 3L / RING 3L - Lerici, Salita Canata, Venere Azzurra, Bagnola, San Terenzo, Lerici
2,5 / 3	ANELLO 4L / RING 4L - Lerici, Salita Canata, Barcola, Solaro, Venere Azzurra, Lerici
3 / 3,5	ANELLO 5L / RING 5L - Lerici, La Serra, Lerici
3,5 / 4	ANELLO 6L / RING 6L - Tellaro, La Serra, Rocchetta, Zanego, Tellaro
3 / 3,5	ANELLO 7L / RING 7L - Tellaro, Portesone, Barbazzano, Fiascherino, Tellaro
3 / 3,5	ANELLO 8L Parco Letterario P.B. Shelley / RING 8L Literature Park P.B. Shelley - Rocchetta
	AMEGLIA (Am)
2 / 2,5	ANELLO 1Am / RING 1Am - Ameglia, Rocchetta, Pian della Chiesa, Zanego, Ameglia
2 / 2,5	ANELLO 2Am / RING 2Am - Ameglia, Visola, Cafaggio, Ameglia
2,5 / 3	ANELLO 3Am / RING 3Am - Ameglia, Zanego, Orto Botanico, Montemarcello, Ameglia
2 / 2,5	ANELLO 4Am / RING 4Am - Montemarcello, Orto Botanico, Zanego, Montemarcello
2,5 / 3	ANELLO 5Am / RING 5Am - Bocca di Magra, Montemarcello, Bocca di Magra

DIFFICOLTÀ DEGLI ANELLI

ESCURSIONISTICO - Sentieri di vario tipo, livello minimo di esperienza, forma fisica e calzature adeguate.

DIFFICULTY OF THE RINGS

HIKING - Trails of various types, minimum level of experience, physical fitness, and appropriate footwear



AMEGLIA TURISMO
WEBSITE
GOOGLE MAPS



TUTTI SENTIERI CAI
ALL OFFICIAL
CAI TRAILS

Realizzato con il contributo dei Comuni di:



Arcola



Lerici



Ameglia



Sezione CAI La Spezia
Sezione CAI Sarzana

In collaborazione con:



Lerici
COAST
WEBSITE
GOOGLE MAPS



ARCOLA TURISMO
WEBSITE
GOOGLE MAPS

- PAESE TOWN
- CAVE STORICHE HISTORICAL QUARRIES
- SITI ARCHEOLOGICI ARCHEOLOGICAL SITES
- SORGENTE D'ACQUA WATER SPRING
- CASTELLO CASTLE
- CHIESA CHURCH
- VILLA ROMANA ROMAN VILLA
- MINIERE STORICHE HISTORICAL MINING SITES
- ZONA MILITARE MILITARY AREA
- LA FARFALLA DORATA THE GOLDEN BUTTERFLY
- VILLA VOLPARA
- ORTO BOTANICO BOTANICAL GARDEN
- SERVIZIO JOELETTE SU RICHIESTE JOELETTE TOURS ON REQUEST