

A due passi dal mare



LE VALLI DELLA RIVIERA LIGURE DELLE PALME



Itinerari Escursionistici nell'Altra **Riviera**



↘ Dove, come,
quando

**vivere
una vacanza
nel verde
della Riviera
Ligure delle Palme**



a piedi



in bicicletta



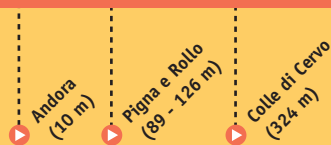
a cavallo

"L'altra Riviera": un nome appropriato per dire che il fascino della Riviera delle Palme non si esaurisce sulla costa ma continua nelle colline e nelle valli dell'entroterra col loro patrimonio naturale e culturale. Un entroterra che si può conoscere anche dimenticandosi di motori e strade asfaltate, da percorrere con maggior calma a piedi o in sella a una bicicletta o a un cavallo. Decine, forse centinaia, di sentieri escursionistici che collegano i centri della costa e delle valli con le vette delle montagne: panorami a perdita d'occhio, colline dai dolci profili e foreste vaste oggi come mille anni fa. Con questo volumetto, quinto della collana "L'altra Riviera", vogliamo suggerire diciotto itinerari escursionistici che permettono di conoscere le meraviglie della natura "verde" della Riviera delle Palme, attraversando il suo territorio da ponente a levante, dalle colline costiere alle valli più interne del versante padano. Ai lettori il piacere di percorrerli a piedi, in bici, a cavallo. Sapendo che dopo avere percorso questi ce ne saranno moltissimi altri da scoprire.





Da Andora al Passo di Ginestro (entroterra di Andora)



► Tipo di escursione Naturalistica Storica	► Equipaggiamento consigliato Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia	► Stagioni consigliate Primavera e autunno offrono le migliori condizioni climatiche. I panorami più limpidi dalla vetta del Pizzo d'Evigno si godono nelle secche giornate invernali di tramontana; alle quote più alte però in pieno inverno può esserci neve, se pur molto raramente
► Tempo di percorrenza h 5,30	► Come arrivare In treno: stazione FS di Andora. In auto: uscire dall'A10 ad Andora, seguire le indicazioni per la stazione ferroviaria	
► Dislivello in salita 1000 m circa		
► Grado di difficoltà Medio/facile		
► Segnavia ■		



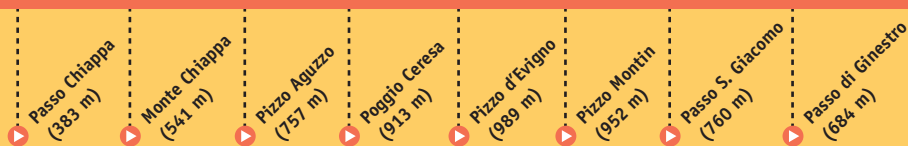
da sinistra: fioritura di valeriana in val Merula; le steli di Reiner Kriester a Vendone; ulivi centenari a Garlenda

Camminare lungo il confine

Questo è un lungo percorso di crinale che segue fedelmente l'estremo confine occidentale del territorio della Riviera delle Palme; si parte dal mare di **Andora** per attraversare il paesaggio delle dolci colline che delimitano il versante destro (meridionale) della **val Merula**, dove alle fasce coperte di ulivi seguono boschi, castagneti e praterie sommitali con vista sulle vicine Alpi Liguri ma dove il blu del mare è sempre a portata di sguardo, basta voltarsi indietro.

Il percorso

Il sentiero segnato con ■ inizia dalla stazione ferroviaria di **Andora** (10 m) e sale subito verso le borgate di **Pigna** (89 m) e **Rollo** (126 m), abbarbicate sulle colline a picco sul mare. Si raggiunge il crinale che delimita a ponente la Val Merula sul **Colle di Cervo** (324 m), dove passa il confine con la provincia di Imperia. Da qui al suo termine il sentiero segue il crinale che è insieme limite orografico della valle e confine di provincia. Il sentiero è indicato anche come **via della transumanza**: era usato nei secoli scorsi come via di comunicazione dai monti al mare per pastori e greggi. Si cammina in saliscendi fra ulivi, boscaglie e radure prative; si toccano in successione il **Passo Chiappa** (383 m) dove si incrocia l'antico percorso della strada romana (la via Julia Augusta) costiera che portava dalla Liguria verso la Provenza, il **Monte Chiappa** (541 m) oltre il quale si incontra una **casella in pietra** (uno di quei semplici edifici in pietra a secco di pianta circolare molto diffusi nella montagna ligure, usati per secoli dai contadini e pastori come rifugio) e, più oltre, il **Pizzo Aguzzo** (757 m), il **Poggio Ceresa** (913 m) e infine la vetta massima del percorso, il **Pizzo d'Evigno** o **Monte Torre** (989 m). Dai suoi prati che in primavera sono gialli di ginestre decollano parapendii e alianti; a sud e a ovest della cima lo sguardo scende verso le valli di Imperia, verso nord ovest sventano le cime delle Alpi Marittime. Dal Pizzo d'Evigno il sentiero procede in un paesaggio simile ma viepiù "interno" toccando il **Pizzo Montin** (952 m), scendendo al **Passo di San Giacomo** (760 m) dove il crinale abbandona la val Merula e si affaccia sulla **val Lerrone**, sempre mantenendo la valle Impero, imperiese, alla sinistra, verso ovest. Ma è molto breve il percorso per raggiungere il **Passo di Ginestro** (684 m), dove si incrociano le strade provinciali provenienti da val Merula, val Lerrone e valle Impero.



► Da vedere

- Il castello, il ponte medievale e il mare di Andora
- I panorami monti-mare
- Colla Micheri e il panorama su Laigueglia
- Il sentiero di "Fischia il vento" da Stellanello a Onzo e Vendone, fra olivi e vigneti
- I castagni di Testico e gli oliveti di Casanova Lerrone
- Le steli di Reiner Kriester a Vendone
- La quercia monumentale di Garlanda

► Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 IM-4", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E. Genova;
- "Parco Culturale Riviera delle Palme", itinerario n. 2 "Il sentiero di Fischia il vento", A.P.T. Riviera delle Palme, Alassio.

Intorno al sentiero...

Su **Andora** spicca il castello ovvero il borgo medievale alto su un poggio a sinistra della valle a breve distanza dalla piana costiera. Accanto al castello è bellissima la chiesa protoromanica dei Santi Giacomo e Filippo. Della **strada romana** che passava da queste parti diretta in Provenza, le sue tracce più prossime sono il ponte medievale sul torrente Merula e la strada che da esso sale verso levante al borgo di **Colla Micheri** affacciato sul bel borgo marinaro di **Laigueglia**. Merita attenzione il sentiero di *Fischia il vento* (1bis): è un percorso del Parco Culturale Riviera delle Palme dedicato alla memoria di Felice Cascione, uno dei primi partigiani della Riviera di Ponente e autore della celebre canzone "Fischia il vento". Il sentiero inizia al casone "**Passo du Bèu**" sotto al Passo di San Giacomo, taglia l'alta val Merula a monte di **Stellanello**, sale a **Testico** (470 m) allungato su un panoramico crinale fra boschi e castagneti e scende in val Lerrone verso gli olivi di **Casanova Lerrone** (250 m). Da qui supera un secondo crinale presso la **chiesetta di San Bernardo** (563 m), scende in **valle Arroscia** dirigendosi verso **Onzo** (400 m) terra di olivi e di **vino Pigato**, e verso **Vendone**. Qui meritano un sguardo le steli di pietra bianca di Reiner Kriester, un po' megaliti preistorici un po' monoliti in stile 2001 Odissea nello spazio.

Da Casanova Lerrone si può considerare anche di scendere un tratto di val Lerrone sino a **Garlanda** "Città del vino" almeno per ammirare *u Ruve de San Roccu*, una quercia monumentale di 250 anni e 24 metri d'altezza.





Da Alassio al Monte Tirasso (entroterra di Alassio)

Alassio
via Neghelli
(20 m)

► Tipo di escursione Naturalistica Storica	► Equipaggiamento consigliato Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia	► Stagioni consigliate Primavera e autunno offrono le migliori condizioni climatiche. I panorami più limpidi dal Santuario si godono nelle secche giornate invernali di tramontana
► Tempo di percorrenza h 2,00	► Come arrivare In treno: stazione FS di Alassio, poi a piedi o con bus urbano sino a via Diaz, indi verso monte e a sinistra in via Neghelli. In auto: uscire dall'A10 ad Albenga, seguire verso sinistra per Alassio, prima lungo la ex-SS 582 poi lungo la SS 1 Aurelia Bis - NSA 142; usciti dalla galleria che immette in Alassio scendere oltre la rotonda con la fontana lungo via Gastaldi e presso il sottopasso prendere in salita via Neghelli	
► Dislivello in salita 600 m circa		
► Grado di difficoltà Medio/facile		
► Segnavia ■ ■ - ● ●		

Arâsce e la bella Adelasia

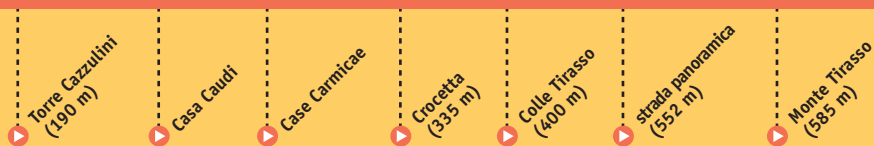
Adelasia è un famoso personaggio storico-legendario della Liguria di Ponente; era la figlia di Ottone III di Sassonia, Imperatore del Sacro Romano Impero nel X secolo, e si innamorò dello scudiero Aleramo, ovviamente contro la volontà del padre imperatore; fuggì con Aleramo dalla Germania sino a trovare rifugio presso il vescovo di Albenga; qui, tempo dopo, si riconciliò col padre e si sposò. In onore di Adelasia ebbe nome la città di **Alassio** mentre Aleramo diede origine alla dinastia dei marchesi che governarono per conto dell'imperatore la Marca Aleramica, che comprendeva il Monferrato, in Piemonte, e la Liguria centrale.

Alle spalle di Alassio si alzano ripide e verdissime colline percorse da facili sentieri che offrono splendidi panorami sulla città e sul mare circostante. Alcuni di essi conducono al **Monte Tirasso**, al centro del breve arco collinare alassino, presso la cui cima sorge dal XVII secolo il Santuario della Madonna della Guardia. Lo si può raggiungere in auto ma è molto più bello salire lassù dal mare a piedi.

Il percorso

Il sentiero è segnato ■ ■ e inizia in **via Neghelli** (20 m) non lontano dall'uscita dell'Aurelia Bis; inizia a salire presso un cartello "Strada pedonale Costa Lupara Crocetta" affrontando il crinale fra le vallette dei rii Barbona e Limbo lungo un percorso praticabile anche dalle mountain bikes. Il percorso è sterrato tranne un breve tratto intorno ai 140 m di quota, indi affianca la **Torre Cazzulini** (190 m), mentre il panorama verso Alassio e il mare si fa sempre più ampio. Sull'altro versante del rio Barbona si sparge sulla collina il borgo agricolo e residenziale di **Moglio**. Si tocca la **Casa Caudi** e si sale verso la SP 18 che, raggiunta, si segue verso sinistra sino alle **Casse Carmicæ** e oltre sino alla **Crocetta** (335 m), quadrivio dove si incrociano 4 strade che arrivano da Alassio e dalle valli interne. Da qui si deve seguire il sentiero segnato con ● ● verso levante, o più esattamente verso nord (insomma, verso destra) che segue il crinale che lascia Alassio alla sua destra e la bassa val Merula alla sua sinistra. Nei pressi di un mulino a vento sulla sinistra del sentiero si abbandona la val Merula per passare





► Da vedere

- La spiaggia di quarzo finissimo, il “budello” e il “muretto” di Alassio
- Il panorama verso le Alpi Liguri e verso il mare che si gode dal Santuario della Guardia
- La Via Julia Augusta, “strada romana”, fra Alassio e Albenga

► Bibliografia

- “Carta dei Sentieri 1:25000 SV-4”, Studio Naturalistico E.d.M., F.I.L. Genova;
- “La via Romana Julia Augusta”, A.P.T. Riviera delle Palme, Alassio.



sul crinale della val Lerrone. Al **Colle Tirasso** (400 m) si oltrepassa un trivio di strade e si procede salendo sul versante nord, quello della val Lerrone, sino al piazzale parcheggio della “**strada panoramica**” (552 m) da cui si sale - solo a piedi - al **Santuario della Madonna della Guardia** (585 m), eretto nel XVII secolo sull'area di un castello medievale in cima al **Monte Tirasso**. Come tutti i santuari mariani sparsi sui monti a ridosso delle Riviera liguri, anche questo custodisce alcuni ex-voto marinari, simbolo di devozione e di preghiera; da qui si gode uno straordinario panorama verso il mare, le Alpi Liguri e le valli sottostanti.

Intorno al sentiero...

Se la leggenda narra di una principessa tedesca innamorata, la storia fa di Alassio un antico borgo marinaro allungato accanto a una spiaggia tra le più belle della Liguria, lunga e dalla sabbia finissima ricca di quarzo, che alla fine dell'Ottocento divenne una località balneare celebre, elegante, ricca di edifici e ville Liberty e dal clima molto mite. Parallelo alla spiaggia corre il budello (via XX Settembre), il lungo vivacissimo “caruggio” che attraversa il centro storico; e come dimenticare il muretto degli artisti, decorato e firmato dalle più famose personalità dell'arte, dello spettacolo e della cultura del Novecento?

Uno dei più interessanti tratti dell'antica via Julia Augusta che in epoca romana collegava la Liguria alla Provenza e alla Gallia è la **strada romana** (2 Bis) con cippi, piloni e monumenti funebri che unisce Alassio alla città romana e medievale di Albenga; inizia dal **Capo Santa Croce**, a levante del centro abitato e a ridosso del porto turistico, e prosegue verso **Albenga** quasi in piano a monte dell'Aurelia moderna, segnata da un ■, offrendo bellissimi panorami sull'intero arco costiero della Liguria e sulla vicina isola Gallinara.



da sinistra: un piccolo falco, il gheppio;
fioritura di ginestra





Da Nasino al Monte Galero (entroterra di Albenga)

► Tipo di escursione Naturalistica	► Equipaggiamento consigliato Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia o dal troppo sole	► Stagioni consigliate Da maggio a ottobre. In inverno la neve cade anche copiosamente e può esserci ghiaccio. Attenzione (in ogni stagione) alle nebbie
► Tempo di percorrenza h 4,30	► Come arrivare In treno: stazione FS di Albenga, poi corriera per Nasino. Però attenzione, le corriere sono rare e con orari molto scomodi. In auto: uscire dall'A10 ad Albenga, dirigersi lungo la ex-SS 582 verso l'entroterra in direzione Gressio. A Martinetto imboccare la SP 14 che risale la val Pennavaira sino a Nasino, poi brevemente a destra verso Vignolo	
► Distlivello in salita 1250 m circa		
► Grado di difficoltà Medio		
► Segnavia ◆ - AV		

Su per le montagne

Un altro itinerario di confine, questa volta verso il Piemonte. L'alta **val Pennavaira** è divisa fra le provincie di Savona e di Cuneo e qui il paesaggio è decisamente alpino; sono vette calcaree dal profilo aspro e scosceso che superano i 1700 metri di altezza; nelle anfratti (le grotte) di questi monti l'uomo viveva già 9000 anni fa; qui nidificano i rapaci (anche l'aquila?) al di sopra dei boschi di conifere e delle praterie di montagna che in estate si colorano di migliaia di piccoli fiori. Nevica anche molto, d'inverno, su queste cime e nelle giornate serene il bianco delle montagne innevate contrasta piacevolmente col blu del mare che non è mai troppo lontano, giù in basso. **Nasino** è uno dei più piccoli comuni della Riviera delle Palme e il **Monte Galero** è la cima più alta dell'intera provincia di Savona.

Il percorso

L'itinerario (simbolo ◆) parte da **Vignolo** (480 m), frazione del comune di Nasino al confine con la provincia di Cuneo

e sale in un paesaggio alpestre fra boschi e pascoli un po' seguendo e un po' accorciando con scorciatoie una strada sterrata che sale la valletta del rio Ravinazzo, piccolo affluente di sinistra del Pennavaira. Quando la strada raggiunge i 1100 m di quota puntando decisa a nord-est il sentiero la abbandona e si arrampica a tornanti verso la profonda insellatura del **Colle del Prione** (1309 m, il prione nei dialetti liguri è il "pietrone"), posto sullo spartiacque padano a separare la piemontese val Tanaro a nord dalla ligure val Pennavaira a sud, su cui passa l'**Alta Via dei Monti Liguri**. Seguendo verso nord-est questo ripido tratto della 10ª tappa dell'Alta Via, il cui simbolo è AV, si incontrano i **giganti di pietra**, curiose forme rocciose dovute all'erosione meteorica selettiva che ha asportato le parti meno compatte delle "Brecce di Monte Galero". Infine si sale verso la croce posta sulla vetta del **Monte Galero** (1708 m), imponente e panoramica piramide di roccia ed erba, il cui versante nord, verso la val Tanaro, e quello a est, verso la val Neva, sono coperti di fitti boschi, a differenza del nudo versante sud verso la val Pennavaira; qui l'itinerario termina.

Ma l'Alta Via continua...

- ▼ Vignolo
fraz. di Nasino
(480 m)
- ▼ Colle del Prione
(1309 m)
- ▼ Monte Galero
(1708 m)

► Da vedere

- Il paesaggio di montagna intorno a Nasino
- I “giganti di pietra” del Monte Galero
- Le ciliegie di Castelbianco
- Il borgo telematico di Colletta
- I fagioli di Nasino e quelli di Erli



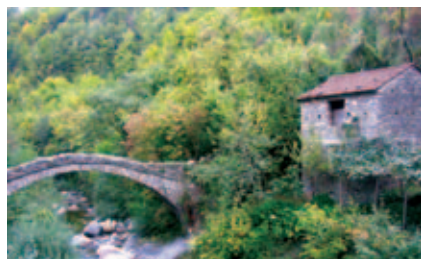
► Bibliografia

- “Carta dei Sentieri 1:25000 SV-7”, Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- Andrea Parodi “Alte vie della Liguria”, Andrea Parodi Editore, Arenzano (GE), 2003;
- “Alta Via dei Monti Liguri”, Union Camere di Commercio Liguri, Genova, 2005.

Intorno al sentiero...

Tra i boschi e le cime della val Pennavaira sopravvive il mondo contadino della montagna che fatica a procedere verso il futuro ma non è né domo né scomparso; tra i prodotti della difficile agricoltura praticata sulle montagne di Nasino meritano attenzione i fagioli della varietà locale che ha rischiato di perdersi con l'abbandono dell'agricoltura cosiddetta marginale ma che la riscoperta - culturale prima che alimentare - dei “prodotti tradizionali” forse riuscirà a salvare. Scendendo invece la val Pennavaira verso il mare si raggiunge **Castelbianco**, comune diviso in borgate sparse fra terrazzamenti e campagne che in primavera si imbiancano non di neve ma di fiori di ciliegio. E le ciliegie sono il secondo prodotto di pregio della valle. La più famosa tra le frazioni di Castelbianco è oggi **Colletta**, borgo in pietra su un poggio sovrastato da magnifiche pareti di roccia che ha sconfitto lo spopolamento trasformandosi in “borgo medievale telematico”, dove si può vivere o soggiornare godendo tanto dell'ambiente naturale della montagna quanto di tutte le comodità informatiche e telematiche del XXI secolo.

Un ultimo accenno agricolo-gastronomico lo meritano i fagioli “pelandrini” coltivati nelle colline di **Erli**, un piccolo comune di sparse borgate pietrose nell'alta **val Neva**: difficile agricoltura di montagna, intelligente tentativo di portare nel futuro i sapori del passato.



da sinistra: il versante scosceso del Castellermo; ponte medioevale a Nasino; piviere tortolino sull'Alta Via





I sentieri del Poggio Grande: Ceriale-Monte Croce (entroterra di Ceriale)

Tipo di escursione	Equipaggiamento consigliato	Stagioni consigliate
Naturalistica Storica	Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia o dal troppo sole	Tutto l'anno ma primavera e autunno sono le stagioni migliori
Tempo di percorrenza	Come arrivare	
h 3,45	In treno: stazione FS di Ceriale, poi verso la vicina Piazza della Vittoria. In auto: uscire dall'A10 a Borghetto Santo Spirito, dirigersi verso Borghetto sino all'Aurelia (SP1) indi a destra verso Albenga; Ceriale è il primo centro che si incontra dopo Borghetto Santo Spirito	
Dislivello in salita		
810 m circa		
Grado di difficoltà		
Medio/facile		
Segnavia		

P1 - ○



Il Sistema Ambientale di Poggio grande

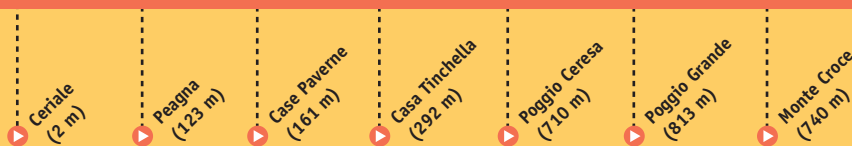
Poggio Grande tutela un'area di basse colline delimitate a ovest dalla stretta e alpestre **val Neva**, a nord dalla non meno selvaggia **val Varatella**, rivolte al mare verso est e aperte a sud verso l'unica pianura della Liguria di ponente, la **piana di Albenga**. Sono colline poco boschive e molto panoramiche a ridosso del mare, intorno alle quali sorgono alcuni bellissimi borghi medievali; la rete dei **sentieri del Poggio Grande** attraversa paesaggi naturali aspri ma ricchi di significative testimonianze storiche; si cammina fra i ricordi storici della "lucchese" Ilaria del Carretto che qui ebbe i natali e le serre della Piana di Albenga, centro dell'agricoltura ligure moderna di qualità.

Il percorso

Il sentiero è segnato con una **P1** cui si affiancherà presto lungo il percorso un **○**. Si parte da Piazza della Vittoria a **Ceriale** (2 m), aperta sul mare accanto al bastione eretto nel 1526 a difesa dalle incursioni saracene. Dirigendosi verso l'interno si supera la ferrovia, l'Aurelia, l'autostrada e il rio San Rocco, giungendo alla cappelletta della **Madonna delle Grazie**, dove si può deviare verso la **Riserva Naturale Regionale del Rio Torsero**, il cui letto ospita ricchissimi giacimenti fossiliferi marini del Pliocene (5-1,7 milioni di anni fa).

Il sentiero sale verso il borgo medievale di **Peagna** (123 m) e il **Museo Paleontologico "Silvio Lai"**. Si prosegue salendo una stradina che porta ai ruderi delle **Case Paverne** (161 m) e da qui si risale lungo uno sterrato la **valle Ibà** proseguendo col simbolo **○**; è una valle carsica, profondamente incassata con boschetti nel fondo valle e sul versante a nord, macchia e gariga sui versanti rivolti a sud. Superato un piccolo lembo di castagneto e un ponticello in pietra si toccano

i ruderi di **Casa Tinchella** (292 m); da qui si prosegue superando le tracce di due aie carbonifere dove un tempo si produceva carbone di legna. Ancora avanti si sale sino ad alcune **marmitte dei giganti** che ospitano piccoli laghetti perenni che sono punti di abbeverata per la fauna della zona (cinghiali, daini) e dimora di anfibi e rettili. Un rimboschimento di pino nero danneggiato dagli incendi prelude ai pascoli sommitali del **Poggio** (o Pizzo) **Ceresa** (710 m), panoramissimo verso la costa, la **Piana di Albenga** e la val Neva retrostante, con sullo sfondo le Alpi Liguri, i rilievi di Imperia e, se l'aria è proprio limpida, la Corsica in mezzo al mare. Dal Poggio Ceresa parte una sterrata quasi pianeggiante che punta verso nord-est lungo il versante a mare del crinale che porta verso il **Poggio Grande** (813 m) col poderoso forte ottocentesco e al **Santuario di Monte Croce** (740 m), moderno luogo di culto mariano panoramico verso la val Varatella e la Liguria di Levante sino alle Alpi Apuane.



Da vedere

- Il borgo marinaro di Ceriale
- I fossili di rio Torsero e il borgo di Peagna
- Il forte di Poggio Grande e il Santuario di Monte Croce
- Il borgo medievale di Castelveccchio di Rocca Barbena
- I portici di Zuccarello
- Le mura e le violette di Villanova d'Albenga
- I frantoi da olio di Cisano sul Neva
- Il vino Pigato di Salea e di Ortovero, l'olio di Arnasco, gli asparagi e i carciofi di Albenga
- Il "sentiero di Ilaria del Carretto"

Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-4", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- Opuscoli "Poggio Grande", Provincia di Savona, Settore Difesa e Promozione Ambientale, Savona;
- Parco Culturale Riviera delle Palme, itinerario n°3 "I Del Carretto", A.P.T. Riviera delle Palme, Alassio.

Intorno al sentiero...

Tanto arcigna e rocciosa è la **Rocca Barbena** (1142 m), signora dell'alta val Neva, quanto lo è il castello feudale che domina **Castelveccchio di Rocca Barbena** (440 m), medievallissimo borgo feudale che appartiene all'Associazione dei Borghi più belli d'Italia. Si respira aria di Medioevo anche fra le mura e i portici di **Zuccarello** (130 m) e fra le bellissime mura di **Villanova d'Albenga** (30 m), dove le colline hanno ceduto il posto alla pianura. La piana di Albenga nasce dai depositi alluvionali dei torrenti Neva, Pennavaira, Arroscia e Lerrone che formano il fiume Centa unendosi subito a monte di **Albenga**, seconda città della Riviera delle Palme, con le sue vestigia romane e il suo magnifico centro medievale. È una terra fertile che produce alcuni tra i più rinomati prodotti dell'agricoltura ligure, quali i carciofi, il vino Pigato (ottimi quelli di **Salea**

d'Albenga e di **Ortovero**, ai due capi opposti della Piana), le violette, gli asparagi. Per tacer dell'olio che scende dagli oliveti delle colline di **Arnasco** verso i frantoi di **Cisano sul Neva**. Fra questi borghi e colline si sviluppa il "sentiero di Ilaria", percorso del Parco Culturale Riviera delle Palme ispirato alla memoria della giovane figlia di Carlo I marchese di Zuccarello, membro di una delle più antiche e ramificate famiglie feudali del Norditalia; Ilaria nacque a Zuccarello e nel 1404 andò in sposa a Paolo Guinigi, signore di Lucca; morì di parto dopo meno di due anni ed è sepolta nel duomo della città toscana dentro la tomba marmorea scolpita da Jacopo della Quercia.



da sinistra: il giglio di San Giovanni; Castelveccchio di Rocca Barbena; raganella mediterranea





Da Boissano al Monte Carmo (entroterra di Loano)

Boissano
(120 m)

► Tipo di escursione	► Equipaggiamento consigliato	► Stagioni consigliate
Naturalistica Archeologica	Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei	Primavera e autunno offrono le migliori condizioni climatiche. I panorami più limpidi dalla vetta del Carmo si godono nelle secche giornate invernali di tramontana ma talvolta la presenza di neve può rendere difficoltoso il cammino alle quote più alte. Attenzione al vento di mare che può portare nebbie (in realtà nuvole basse) anche molto fitte
► Tempo di percorrenza	► Come arrivare a Boissano	
h 4,30	In treno: da Pietra Ligure FS prendere corriera 9 direzione Grotte Capolinea Toirano. In auto: uscire dallo svincolo autostradale di Pietra Ligure, continuare in viale Riviera, girare a destra SP 1, continuare in SP 25 fino a Boissano	
► Distlivello in salita		
1400 m circa		
► Grado di difficoltà		
Medio/facile		
► Segnavia		
X e AV		



Boissano, un borgo colorato

I colori di **Boissano** sono il giallo dei palazzi dipinti e il verde di olivi, frutteti e vigneti, ma il blu del mare è ancora ben visibile, a meno di 3 km. Alle spalle di Boissano però ci sono le Alpi: il **Monte Carmo** (detto di Loano o di Finale per distinguerlo da altri monti Carmo della Liguria) è la prima vera cima "alpina" delle Alpi Liguri, giustamente rocciosa, giustamente panoramica, al centro delle "dolomiti savonesi"; una montagna che non passa inosservata, sia per chi la osserva dalla costa sia per chi ne sale le balze erbose e boschive.

Il sentiero che da Boissano sale al Monte Carmo congiunge il paesaggio solare della costa con il fascino aspro della montagna, suggestiva tanto nella bella stagione, verde di faggi ed erbe fiorite, quanto nel candore della neve invernale.

Uno sguardo alla costa, prima di partire, verso il borgo marinaro di **Borghetto Santo Spirito** e verso **Loano** con la lunga spiaggia, il porto turistico, i caruggi, il borgo **Castello**, medievale, e il suo passato di piccola capitale feudale dei Doria e poi dei Savoia. E ora in marcia!

Il percorso

Il sentiero è segnato con una **X** rossa e praticamente sale lungo il crinale che separa la val Nimbato (a est) dalla val Varatella (a ovest); la strada parte dalla chiesa di Boissano (120 m) e sale diventando mulattiera a tratti asfaltata fra campi e muretti sino a **Casa Fossae** e alla chiesa di **San Pietrino** (477 m); si prosegue su un dorso inerti a tornanti in un boschetto che porta ai prati con cascinali abbandonati (900 m circa) delle pendici del **Monte Ravinet**, in una zona panoramica e amena. In piano fra muretti sin'oltre i ruderi della **Casa del Fò** (del Faggio) poi in salita leggera sui prati meridionali del **Bric Ciazzalunga**, sino a una sella (1179 m); poco oltre fra i faggi si lascia la **X** e lungo l'**Alta Via dei Monti Liguri** **AV** si raggiunge il **Rifugio privato Monte Carmo** (1289 m); da lì è facile salire il pendio erboso sino alla cima del **Monte Carmo** con la sua grande croce (1389 m).

La vetta del Carmo di **Loano** offre uno dei più spettacolari panorami dell'intero ponente ligure: la vicinanza al mare e la quota superiore a quelle delle cime circostanti fan sì che da lassù nelle giornate limpide la vista spazi senza ostacoli dalla Corsica alla costa della Provenza, alle Alpi piemontesi, all'onnipresente e maestoso Monte Rosa, ai ghiacciai lontani dell'Adamello per scendere a oriente verso le Alpi Apuane, la Riviera di Levante, Genova.

Intorno al sentiero

Nel primo tratto di sentiero la **X** è affiancata da = e questo simbolo conduce, oltre **San Pietrino**, alla chiesa di **San Pietro dei Monti** (891 m)





► Da vedere

- Boissano coi suoi palazzi dipinti
- Il borgo marinaro di Borghetto Santo Spirito
- Loano, piccola capitale feudale e vivace centro balneare
- Le palestre di roccia del Monte Ravinet
- Il Monte Carmo coi suoi panorami a 360°
- La chiesa di San Pietro dei Monti, erede di un'importante abbazia altomedievale
- Le grotte di Toirano dove vissero orsi delle caverne e uomini preistorici
- Balestrino col castello e il borgo antico
- Le caselle di pietra dei pastori

► Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-3", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- Franco Guerriero, "Alpi Marittime e Liguri", Studio Cartografico Italiano, Genova.



piccola silenziosa erede di un importante monastero benedettino fondato nel IX secolo che introdusse nella regione la coltivazione di olivo e vite. Il sentiero **=** aggira da ovest il Monte Ravinet e porta alla **Fontana da Castagna** da cui un raccordo **••** riporta alla **X** presso la Casa del Fò.

Altra interessante distrazione sono i torrioni di roccia che s'alzano poco sotto alla cima del Monte Ravinet (1070 m), suggestivi nell'ambiente geologico di rocce dolomitiche e porfiroidi e utilizzati come facili palestre di arrampicata. Ma la geologia la fa da padrona in tutta la zona; grotte e buranchi forano numerosi tutta la vasta area che circonda il Monte Carmo su entrambi i versanti, anche se per lo più sono riservate agli speleologi; le più celebri sono quelle di **Toirano**, (100-190 m) dimora dei Liguri preistorici, che sono raggiungibili in auto dall'omonimo borgo medievale ma anche a piedi da San Pietrino scendendo il tratto diretto a ponente del **Sentiero delle Terre Alte** **TA**.

Questa è un'importante via escursionistica che corre a mezza costa fra mare e crinale dal borgo feudale di **Balestrino** (360 m), col suo castello e il silenzioso centro storico abbandonato, a

Toirano (60 m) e al lontano **Colle del Melogno** (1028 m) dove si unisce all'**Alta Via dei Monti Liguri**, e che incrocia il nostro percorso nel tratto fra San Pietrino e il Monte Ravinet.

Proseguendo da San Pietrino verso levante sul Sentiero delle Terre Alte sino al rifugio **Pian delle Bosse** (841 m) si incontra l'**anello delle caselle di pietra** (5 Bis), percorso circolare sul versante est del Carmo, tra gli 800 e i 1000 metri di quota nell'alta val Nimbato.

Le caselle di pietra si trovano in tutte le Alpi Liguri e sono semplici edifici in pietra a secco di pianta circolare usate per secoli dai contadini e pastori come riparo e rifugio per se stessi e le bestie da soma. Per forma, materiale e uso fan pensare, chi ha fantasia, agli igloo esquimesi e ai nuraghi sardi.

da sinistra: il borgo di Boissano; Orchidea del genere ophris; tipica casella di pietra





Dal Giogo di Toirano al Colle del Melogno sull'Alta Via dei Monti Liguri (entroterra di Pietra Ligure)

► Tipo di escursione

Naturalistica
Storica

► Tempo di percorrenza

h 4,45

► Dislivello in salita

600 m circa

► Grado di difficoltà

Medio/facile

► Segnavia



► Equipaggiamento consigliato

Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia e dall'umidità marina

► Come arrivare

In treno: da Finale FS, bus per Loano-Calizzano, scendere al Giogo di Toirano. Al colle del Melogno ci sono bus che scendono a Finale.

In auto: uscire dall'A10 a Borghetto Santo Spirito, imboccare la SP 60 per Calizzano sino al Giogo di Toirano

► Stagioni consigliate

Primavera e autunno sono i periodi migliori per le condizioni climatiche. I panorami più vasti si godono nelle secche giornate invernali di tramontana ma quando c'è la neve può essere difficile il cammino alle quote più alte. Attenzione al vento di mare che può portare nuvole basse fitte come nebbia



Sulla "piedostrada" della montagna ligure

Questo panoramiciissimo itinerario percorre le tappe 13 e 14 dell'**Alta Via dei Monti Liguri**, celebre percorso escursionistico che percorre l'intero crinale di spartiacque della Liguria da Ventimiglia a Ceparana presso La Spezia tradizionalmente suddiviso in 44 tappe di circa 10 chilometri ciascuna, il cui simbolo è **AV**. Il **Giogo di Toirano** è attraversato dalla provinciale che da **Borghetto Santo Spirito** risale la val Varatella in un paesaggio tra i più selvaggi dell'intera provincia: cime calcaree precipitano verso il mare in una successione di prati, burroni, olivi e pini avvolti da un silenzio che il vento non rompe anche quando soffia violento da nord. Al di là del crinale,

verso nord, fitti boschi accompagnano la discesa della neonata Bormida di Millesimo verso il Piemonte: il borgo di **Bardineto** col suo insolito castello (diruto) a 16 lati, il Buranco sotterraneo dove vive una rara specie di geotritone (Geotritone italiano, *Speleomantes ambrosii* = *S. italicus*), e i suoi famosissimi funghi porcini è il capoluogo di questa regione montana. Dal Giogo l'itinerario raggiunge la cima del **Monte Carmo** la più alta, la più alpina e la più panoramica vetta del Finalese-Loanese e da lì scende verso il **Colle del Melogno** attraverso boschi dove vivono altissimi magnifici faggi, soprattutto nella **Foresta Barbottina**, una delle più belle faggete della Liguria.



Da vedere

- L'Alta Via dei Monti Liguri di cui questo itinerario è una parte
- Il paesaggio aspro e selvaggio della Val Varatella
- Il Monte Carmo coi suoi panorami senza confini
- La Foresta Barbottina e i suoi faggi altissimi
- I forti ottocenteschi del Melogno
- Bardineto, i suoi funghi porcini e le grotte dell'alta Val Bormida di Millesimo
- La Conca dei Carbonai, dove si produceva carbone di legna
- Calizzano, elegante borgo medievale, capitale dei funghi e dell'acqua minerale

Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-6", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- "Alta Via dei Monti Liguri", Union Camere di Commercio Liguri, Genova, 2005;
- Andrea Parodi "Alte vie della Liguria", Andrea Parodi Editore, Arenzano (GE), 2003.



Il percorso

L'itinerario si svolge lungo il percorso segnato col simbolo **AVI**. Dal **Gioigo di Toirano** (807 m) si sale sul dorso dello spartiacque con qualche passaggio sul versante sud fra prati, rade pinete e boschi; nei pressi del **Bric Pagliarina** (1213 m) si possono incontrare alcune **caselle di pietra**, rudimentali ma efficaci edifici in pietra a secco di pianta circolare usati dai pastori come rifugio dalle intemperie. Toccando il **Rifugio privato Amici del Carmo** (1289 m, chiuso) si sale alla cima del **Monte Carmo** (1389 m) con la sua croce, che è la quota massima e il punto più panoramico del percorso. Se il cielo è molto limpido è d'obbligo una sosta per ammirare il mare giù in basso, la Costa Azzurra, la Corsica, le Alpi piemontesi e lombarde, la Riviera di Levante e le Apuane. Dalla vetta si scende poi verso il **Gioigo di Giustenice** (1143 m) attraversato da una strada sterrata che collega **Bardineto** con **Giustenice** e si prosegue o su una sterrata quasi pianeggiante in versante padano (simbolo **Δ**) sino alle **Case Catalano** (1150 m) o salendo al **Bric Agnellino** (1327 m) con bei panorami sulle Alpi Marittime, scendendo poi alle **Case Catalano**. Si raggiungendo poi la **Conca dei Carbonai** (1115 m) e lungo una sterrata forestale si procede attraverso la foresta demaniale del Melogno sul versante padano, passando a breve distanza da due forti ottocenteschi. Il **Colle del Melogno** (1028 m) con il suo grande forte, il bar-ristorante "La Baita" e la SP 490 Finale-Calizzano segna la conclusione del percorso.

Intorno al sentiero...

Il gioiello naturalistico di questo itinerario sono le grandi **faggete** del Melogno, tra cui la Foresta Barbottina. Sono splendide anche dal punto di vista estetico grazie all'eleganza cromatica dei faggi nella quattro stagioni: la primavera li tinge del verde tenero delle prime foglie, l'estate dà al

bosco una tonalità verde cupo che muta in autunno nel rossiccio delle foglie secche; in inverno il bianco della neve accompagna il grigio chiaro dei tronchi spogli, alti e sottili. Interesse storico riveste la **Conca dei Carbonai** dove i carbonai producevano carbone di legna preparando mucchi conici di legna coperti di terra a cui davano fuoco internamente lasciandoli bruciare molto lentamente. Di valore storico sono anche i **forti** del Melogno, eretti a fine Ottocento: il Forte Centrale occupa imponente il valico del Melogno e la strada che sale da **Finale** lo attraversa interamente; i forti Tortagna e Merizzo stanno su due poggi poco lontani. A nord del Melogno la SP 490 scende verso la val Bormida di Millesimo raggiungendo **Calizzano** (647 m), elegante centro di villeggiatura montana con un bel caruggio lungo che lo attraversa e ricco di storia (i ruderi del castello Del Carretto), arte (il campanile di San Lorenzo e gli affreschi quattrocenteschi del santuario delle Grazie), prodotti tipici (funghi) e natura (**13 sorgenti** di acque oligominerali collegati fra loro da un sentiero escursionistico).





La Strada Beretta (entroterra di Finale)



Tipo di escursione	Equipaggiamento consigliato	Stagioni consigliate
Naturalistica Storica	Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia	Primavera e autunno sono i periodi migliori per le condizioni climatiche ma anche l'inverno e l'estate sono piacevoli. Il vento di mare alle alte quote può portare nuvole basse e fitte
Tempo di percorrenza		
h 4,30		
Dislivello in salita		
1000 m circa		
Grado di difficoltà		
Medio/facile		
Segnavia		
●● AV		

Come arrivare
In treno: stazione FS di Finale Ligure Marina, poi bus urbano per Finalborgo.
In auto: uscire dall'A10 a Finale Ligure, scendere a sinistra verso Finale, al semaforo girare a sinistra per Finalborgo

Nelle terre dei Marchesi

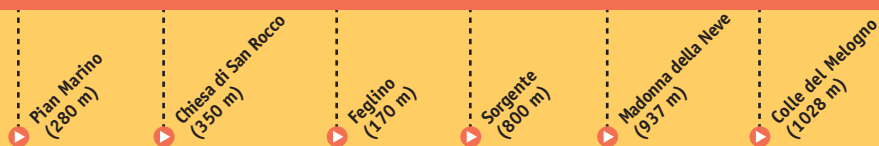
"Marchesato del Finale del Re di Spagna"; così si legge su una carta geografica della Liguria del 1691. Perché i marchesi Del Carretto ressero le sorti del piccolo **Marchesato di Finale** per tre secoli e nel 1598 lo vendettero alla corona spagnola che lo tenne sino al 1748 quando divenne genovese. Siccome alla corona di Spagna apparteneva nel XVII secolo anche il Ducato di Milano, parve opportuno costruire una strada che collegasse i due stati. Nacque così la **strada Beretta**, così detta dal nome del progettista, l'ingegnere militare Gaspare Beretta. La strada

entrò in funzione nel 1666 col passaggio dell'infanta di Spagna, Margherita, figlia di Filippo IV, che passando per Finale, Alessandria e Milano andava a Vienna a sposare l'Imperatore Leopoldo d'Austria. Da cui il suo secondo nome di "strada della Regina". Oggi il primo tratto di questa via di comunicazione internazionale è tagliato fuori dalle vie di traffico e costituisce un piacevole itinerario escursionistico che sale dal mare di **Finale Ligure** verso un entroterra verdissimo.

Il percorso

Si parte da **Finalborgo** (15 m), uno dei "Borghi più belli d'Italia", fondato nel 1188 dai marchesi Del Carretto, di cui fu capitale dal '400 al 1748. La strada Beretta sale fra case e muri segnata da ●●; il fondo è acciottolato e sale a tornati passando accanto al seicentesco Castel San Giovanni sul crinale fra valle Pora e valle Aquila, le due principali valli del Finalese. Oltrepassati i possenti ruderi di **Castel Gavone** con l'elegante Torre dei Diamanti la strada acciottolata percorre il versante destro della valle Aquila fino a **Pertti** (141 m) con la curiosa chiesa di Nostra Signora di Loreto, più nota come chiesa dei 5 campanili, in stile rinascimentale lombardo. Si procede a mezza costa nella valle sospesa di Montesordo sino a una sella (215 m) dove termina la strada; il segnavia sale fra gli ulivi sino a una sterrata che raggiunge la **Chiesetta di San Carlo** (246 m) e conduce al prato di **Pian Marino** (280 m), magnifica conca di origine carsica circondata da boschi e rocce calcaree. Oltre lo splendido prato si prosegue sul versante destro della valle Aquila nei boschi sino alla **Chiesa di San Rocco** (350 m) dove si incontrano le provinciali provenienti da **Calice Ligure** (70 m), grazioso borgo di campagna della val Pora, **Feglino** (170 m) raccolto fra le fasce e i vigneti della valle Aquila, e la SP 23 che sale verso il **Colle del Melogno**, strada





► Da vedere

- Finalborgo capitale medievale
- La chiesa dei 5 campanili
- Il prato solitario e bucolico di Pian Marino
- La Cappella della Madonna della Neve
- Il paesaggio di campagna collinare di Rialto
- La centrale eolica di Pian dei Corsi

► Bibliografia

- “Carta dei Sentieri 1:25000 SV-3”, Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- “Alta Via dei Monti Liguri”, Union Camere di Commercio Liguri, Genova, 2005;
- Andrea Parodi “Alte vie della Liguria”, Andrea Parodi Editore, Arenzano (GE), 2003;
- Giuseppe Testa, “La Strada Beretta. 1666 Una via per l’Imperatrice”, Associazione Culturale Centro Storico del Finale, Finale Ligure (SV).



che occorre seguire, tagliandone le curve talvolta, sino all’incrocio (745 m) con una sterrata diretta a levante. Pur essendo ancora sul versante rivolto al mare, qui ci si immette nella 15° tappa dell’**Alta Via dei Monti Liguri** che verso ponente segue la provinciale asfaltata (ma di pochissimo traffico!!) col simbolo **AV** immersa nel folto bosco di latifoglie, freschissimo in estate, che cela la vista ai panorami che si aprirebbero verso il mare e verso i monti dell’estremo ponente ligure. Si supera una copiosa e dissetante sorgente (800 m) e il bivio verso l’importante vivaio forestale di Pian dei Corsi con rifugio, e si sale verso la cappelletta della **Madonna della Neve** (937 m) antica ma ricostruita nel secolo scorso, che ha accanto un’altra piccola sorgente. Facile da qui proseguire sino alle strade che scendono verso i diversi rami della val Bormida e al Colle del Melogno (1028 m), importante valico sullo spartiacque principale lungo la SP 490 che collega **Finale** con la val Bormida di Millesimo.

da sinistra: chiesa di Nostra Signora di Loreto a Pertì; falco pellegrino

Intorno al sentiero...

Rialto (370 m) è un paese di borgate sparse nella campagna alla testata della val Pora, a monte di **Calice Ligure** nel cui territorio è compresa la Cappella della Madonna della Neve; essa fu eretta in occasione del passaggio dell’infanta Margherita lungo la strada Beretta nel 1666; si racconta che la regina si fermò nella cappella e alcune ragazze rialtesi le offirono dei fiori; lei li accettò dicendo “non dateli a me ma alla mia regina” e li depose sull’altare. Il 1° maggio quindi si celebra la festa “du massu”, la festa del mazzo di fiori portati in processione da Rialto alla cappella. Poco prima di raggiungere la Madonna della Neve la strada passa accanto al **Pian dei Corsi** (1028 m) detto così per via di (ormai quasi illeggibili) trincee costruite da truppe napoleoniche. Qui sveltano nel cielo le pale di tre torri di un’efficiente **centrale eolica**, cui altre tre seguiranno tra breve.





Da Murialdo al Lago di Osiglia (entroterra di Savona)

► Tipo di escursione Naturalistica	► Equipaggiamento consigliato Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia	► Stagioni consigliate Da marzo a ottobre
► Tempo di percorrenza h 3,30		
► Dislivello in salita 350 m circa	► Come arrivare In treno: stazione FS di Cengio, bus per Millesimo, da lì bus per Murialdo. Attenzione agli orari delle corse, non ottimali. In auto: uscire dall'A6 a Millesimo, prendere la SP 51 sino alla località Piano di Murialdo	
► Grado di difficoltà Facile		
► Segnavia		



Un lago nascosto nei boschi

Breve itinerario che unisce l'alta **val Bormida di Millesimo** con il più bel lago artificiale del Ponente ligure; ci si lascia alle spalle **Murialdo** in una valle ricca di testimonianze della storia feudale e dell'architettura religiosa medievale e si cammina in un paesaggio di mezza montagna che conduce a un lago che fa pensare alla Svizzera più che alla Liguria. Il **lago di Osiglia** è una virgola dai cangianti toni di blu immerso nel verde intenso dei boschi, un paesaggio romantico e riposante, un luogo dove è bello campeggiare e pescare.

Il percorso

Si parte dalla località **Piano**, che è il capoluogo comunale di Murialdo (530 m) e si attraversa la Bormida seguendo il percorso segnato con  che sale lungo una breve strada diretta alla borgata **Anzini** (600 m); da qui si procede verso sinistra inoltrandosi nel bosco lungo una salita piuttosto

ripida che giunta sugli 800 metri di quota si addolcisce alquanto e procede in direzione est superando le vallette di numerosi piccoli rii. Raggiunta la quota massima di 850 metri circa si lascia il versante destro della Bormida e si entra nella valle dell'Osigietta, affluente di destra della Bormida medesima; qui appare il sottostante lago di Osiglia, verso cui il sentiero inizia a scendere. Giunto presso le **Case Ciosa** (660 m) si è a ridosso del lago sul lato occidentale; da qui una sterrata porta verso sud aggirando un'ampia ansa del bacino sino a raggiungere il **Ponte Manfrin** (640 m) che taglia il lago a metà ed è usato dai pescatori a canna come punto di lancio delle lenze. Il centro del ponte offre uno dei migliori punti di vista sul lago. Sull'altra sponda, quella sinistra del bacino, termina il sentiero all'incrocio con la strada provinciale asfaltata che porta verso valle (verso nord) alla confluenza dell'Osigietta con la Bormida e verso monte (verso sud) alle tre borgate (Barberis, Rossi, Ripa) che formano **Osiglia** (640 m).





► Da vedere

- Murialdo, le sue chiese, il suo museo, le sue castagne, i suoi mirtilli
- Il lago di Osiglia con i suoi colori verdi e blu
- L'Area Wilderness di Monte Camulera
- Massimino, il più piccolo comune della Riviera delle Palme
- La centrale eolica di Colla Baltera
- Le trincee napoleoniche di Ronco di Maglio sopra Bormida

► Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-6", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- Gian Antonio Dall'Aglio "Liguria Guida - Ponente", Sagep, Genova, 2005.

Intorno al sentiero...

Cinque frazioni immerse nei boschi della val Bormida di Millesimo formano Murialdo l'antica "Murus Altus" che conta più di venti edifici sacri, il più celebre dei quali è la Chiesa di San Lorenzo a Ponte, con un portale trecentesco, un altorilievo in arenaria, affreschi del XV secolo... Il territorio di Murialdo custodisce un piccolo importante gioiello della natura della Riviera delle Palme, l'**area wilderness di Monte Camulera** (1028 m) che tutela una vasta foresta selvaggia e disabitata. Il Monte Camulera (raggiungibile da Osiglia col sentiero ) e la vita contadina di Murialdo sono raccontate, a chi non pratica l'escursionismo ed è troppo giovane per ricordare come si viveva prima della tv, nel Museo "C'era una volta" di **Riofreddo** e nel centro espositivo del Comune. Frutti pregiati dei boschi murialdini sono i mirtilli e la **castagna essiccata nei tecci**, un tempo fonte primaria di sostentamento contadino e oggi ricercatezza alimentare tutelata da un Presidio Slow Food. Castagne e prodotti del bosco sono anche i "gioielli" di **Massimino** (530 m), poco distante da Murialdo benché sia affacciato sulla piemontese val Tanaro, che merita di essere ricordato almeno perché è il più piccolo comune della Riviera delle Palme. Dal passato contadino al futuro energetico: presso **Colla Baltera** (809 m) sul crinale che sovrasta a levante il borgo di Osiglia, spicca la torre di una piccola centrale eolica, produttrice di elettricità pulita come l'aria. La centrale è condivisa in buon vicinato dal comune di Osiglia e da quello di **Bormida** della sottostante valle Bormida di Pällare; poco lontano da qui la storia ha lasciato le trincee napoleoniche della **Cima Ronco di Maglio** (1003 m) raggiungibile sia da Osiglia sia da Colla Baltera col sentiero .



da sinistra: airone cenerino; il lago di Osiglia



La Riserva Naturale dell'Adelasia (entroterra di Savona)

► Tipo di escursione Naturalistica	► Equipaggiamento consigliato Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia	► Stagioni consigliate Da marzo a ottobre
► Tempo di percorrenza h 4	► Come arrivare In auto: uscire dall'A6 ad Altare, proseguire in direzione Carcare poi a destra per Ferrania; dopo la ferrovia si prende ancora a destra per Montenotte; giunti al Bivio Sella si svolta a sinistra sulla SP 12, sempre per Montenotte Superiore. 5 km dopo, prima della località Traversine, c'è a sinistra l'ingresso della riserva, con parcheggio	
► Dislivello in salita Blandi saliscendi tra i 620 e gli 810 m		
► Grado di difficoltà Facile		
► Segnavia 		

Quando l'industria tutela l'ambiente

Istituita nel 1989 per volontà del Comitato delle Valli Bormida e di alcuni lungimiranti dirigenti industriali della 3M Italia di Ferrania allora proprietaria dell'area (oggi è di Ferrania SpA), la **Riserva Naturale dell'Adelasia** è un gioiellino - meno noto di quanto dovrebbe - nascosto nel cuore più verde della provincia di Savona, in alta val Bormida. I sentieri che la attraversano raccontano una Liguria quasi inimmaginabile, abitata solo da animali selvatici e alberi monumentali come doveva essere parecchi millenni fa prima dell'arrivo dell'uomo.

Il percorso

Il sentiero è indicato come "Itinerario di Airone" ed è tutto segnato con segnavia . Inizia all'ingresso della Riserva in località **Traversine** (710 m) lungo la provinciale che da Altare conduce a **Montenotte** e **Pontinvrea**, presso un magnifico esemplare di faggio, che è citato nell'elenco degli alberi monumentali della Liguria. Si imbocca il sentiero n. 1 che sale il versante sud-ovest del **Bric del Tesoro** passando accanto alla **Cascina Miera** (844 m), molto panoramica, attraversando boschi di noccioli, roverelle e carpini con un fitto sottobosco incolto, boschi popolati da numerose specie di uccelli e branchi di caprioli. Si procede verso ovest nella **faggeta di Castellazzo** abitata da picchi, ghiandaie, gufi e cinghiali; le piazzole che si incontrano erano usate un tempo dai carbonai per produrre carbone di legna. A un bivio segnalato si prende a sinistra per salire nella faggeta alle barricate napoleoniche, testimonianza della battaglia qui combattuta nel 1786. Tornati poi sul sentiero si procede dritti sino alla sterrata che costeggia il limite della Riserva ignorando sia il sentiero n. 1 che sale alla **Rocca** sia, più oltre, la cascina dal sentimentale nome di **Cascina Moglie dell'Amore** (809 m). Dopo la faggeta, **Conca Chiappa** (766 m) è un interessante punto panoramico di osservazione di uccelli rapaci e migratori. Poi il sentiero si fa stretto e scende lungo il greto di un torrentello in un paesaggio selvaggio con terreno accidentato, castagneti fitti, ruscelli. Quando si incontrano delle frecce rosse le si seguono al contrario sino a un albero doppio, un acero e un carpino parzialmente saldati fra loro nei tronchi, e da lì si prosegue ai prati della **Cascina dell'Amore** (625 m, che posti romantici questi boschi!). Da qui si svolta a sinistra per salire finalmente alla **Rocca dell'Adelasia** (698 m), raggiungibile col sentiero n. 2; la rocca è un ammasso di roccia scistosa di colore verde dove si apre una grotta; da qui è facile scendere procedendo verso est sino a ritrovare il sentiero n. 1 che tortuoso fra i ruscelletti riporta alla **Cascina Miera** indi alla provinciale.





► Da vedere

- Il faggio delle Traversine
- Il paesaggio "wilderness" della Riserva dell'Adelasia
- Le testimonianze napoleoniche
- I centri storici di Cairo Montenotte e di Carcare
- L'architettura Liberty di Ferrania

► Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-5", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- "Le guide di Airone. Itinerari natura, vol. 1", Editoriale Giorgio Mondadori, Milano;
- Giovanni Meriana, "Val Bormida", Sagep, Genova, 1997.



Intorno al sentiero...

La rocca ha a che fare con Adelasia, figlia di Ottone III di Sassonia, Imperatore del Sacro Romano Impero nel X secolo e mitica fondatrice della città di Alassio, perché nella grotta aperta nella parete rocciosa lei e il suo amante Aleramo - non ancora marchese dell'Impero - trovarono rifugio durante la fuga dalla Germania.

Napoleone Bonaparte iniziò il suo glorioso e tragico cammino verso l'Impero Francese e la conquista di mezz'Europa dalla Liguria e le montagne della Riviera delle Palme videro i primi importanti scontri tra l'esercito francese e gli Austro-Piemontesi. La battaglia di Montenotte fu combattuta il 12 aprile 1796 nei boschi intorno all'Adelasia ma fu solo una delle molte battaglie che ebbero luogo in quei mesi qua e là lungo le montagne della nostra Riviera.

Dove due dei tre rami sorgentiferi principali della Bormida (quelli di Mällare e di Pällare) si uniscono a formare la Bormida di Spigno i Romani fondarono Cairum. Oggi **Cairo Montenotte** (338 m) è il maggior centro della **langa savonese**, terra di boschi e tartufi dove si parla un dialetto più piemontese che ligure. Cairo ha un centro storico elegante con case colorate, insegne decorate, portici, tratti delle mura trecentesche; più o meno come la vicina e più piccola **Carcare**; appena più distante, **Ferrania** offre all'occhio degli estimatori alcuni bellissimi esempi di architettura industriale Liberty.



*nella foto:
suggestiva
faggeta
dell'Adelasia*



Sentieri Bormida Natura: Rocchetta di Cengio-Langhe di Piana Crixia (entroterra di Savona)

► Tipo di escursione	► Equipaggiamento consigliato	► Stagioni consigliate
Naturalistica, storica	Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia	Tutto l'anno, anche se in inverno può esserci la neve
► Tempo di percorrenza		
h 7		
► Dislivello in salita	► Come arrivare	
Una serie di saliscendi tra i 300 e i 680 m	In treno: stazione FS di Cengio, poi verso Rocchetta di Cengio. Al ritorno, giunti a Cascine, scendere a Piana Crixia dove ci sono il treno e i bus che portano verso la costa. In auto: uscire dall'A10 a Millesimo, poi SP 339 verso Cengio, in centro girare a destra verso Rocchetta di Cengio	
► Grado di difficoltà		
Medio/facile		
► Segnavia		
BN7 BN2		

Una Liguria che ha sapore di Piemonte

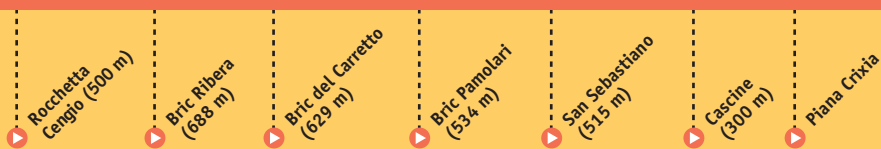
È una Liguria alquanto insolita quella del versante sinistro della **valle Bormida di Spigno** al confine col Piemonte: qui c'è il Parco Naturale Regionale delle **Langhe di Piana Crixia** che tutela i calanchi argillosi più belli della regione, cascate d'argilla che scavano i pendii creando paesaggi irreali. Ma tutta la val Bormida di Spigno ha qualcosa da raccontare a chi la percorre a piedi; i **sentieri Bormida Natura** formano una rete di percorsi nella civiltà agricola, nella storia e nell'enogastronomia della valle più piemontese della Liguria, fra ponti e castelli medievali, funghi e tartufi, dialetti assai poco liguri, panorami di dolci colline che sfumano verso le montagne lontane.

Il percorso

Si parte lasciandosi alle spalle **Cengio**, ultimo comune ligure nella val Bormida di Millesimo, che prende il nome dai "cengi" rocciosi che disegnano le sue colline: piacevole è il borgo di **Cengio Alto**, borgo di vetta di chiaro stile piemontese, coi ruderi di uno degli innumerevoli castelli feudali di queste valli. Ci si mette in marcia verso nord da **Rocchetta Cengio** (500 m), con la sua torre saracena ormai in rovina, lungo il sentiero **BN7** che attraversa il Rio Rocchetta, sale alle **Case Prae** (605 m) e verso il **Bric Riberà** (688 m), proseguendo poi verso nord lungo il blando crinale che separa la valle del Rio Parasacco (confine col Piemonte) da quelle di piccoli affluenti della Bormida di Spigno. Oltre le **Case Montecerchio** (653 m) si incrocia la SP 9 che a destra scende verso **Carretto**, minuscolo borgo da cui ebbe origine l'importante famiglia dei marchesi del Carretto (restano alti e solitari su un colle i resti del loro castello) che governarono il Marchesato di Finale per alcuni secoli, e a sinistra verso la provincia di Cuneo. Toccando il **Bric del Carretto**

(Erzi) (629 m) si prosegue in crinale verso il **Bric della Reissa** (527 m) oltre il quale si lascia il sentiero **BN7** per imboccare il **BN2** verso nord. Si scende al **Rio Gerosi** e lo si segue sino alla SP 33 che si percorre a sinistra salendo verso La Villa (343 m) e oltre in direzione di **Brovida** coi ruderi del suo castello. Prima di Brovida il sentiero lascia la strada e sale a destra verso il **Bric Pamolari** (534 m), scende in un'altra valletta alle **Case Besentini** (360 m) e risale verso la chiesetta di San Sebastiano (515 m) indi alle **Case Vassallo** (478 m), col bellissimo panorama di colline e monti lontani tipico di questa parte di Riviera delle Palme al confine col Piemonte. Altra discesa, nella valletta del Rio Lesci verso il **Rio Madonna** e la ex-SS 29 che si raggiunge un po' a monte di **Cascine** (300 m). Qui inizia il Parco Regionale delle Langhe di Piana Crixia, coi suoi suggestivi e desolati **calanchi d'argilla** chiara che spezzano il verde dei boschi creando un ambiente più adatto ai paesaggi della Basilicata o di certo Appennino Emiliano che a quelli della Liguria.





► Da vedere

- Il borgo "piemontese" di Cengio Alto
- La torre saracena di Rocchetta Cengio
- I calanchi e il Fungo di Piana Crixia
- La meridiana e il centro storico di Millesimo
- Il castello di Roccavignale e i ruderi del castello di Cosseria
- L'acqua della fontana di Siezi presso Plodio
- Il Ponte degli Alemanni a Rocchetta di Cairo

► Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-5", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- Giovanni Meriana, "Val Bormida", Sagep, Genova, 1997;
- Gian Antonio Dall'Aglio "Liguria Guida - Ponente", Sagep, Genova, 2005.



Intorno al sentiero...

La doppia Val Bormida (di Millesimo e di Spigno) è ricchissima di fascino e di motivi di interesse naturalistico, storico e culturale; prima di partire non si dimentichi di visitare il centro medievale di **Millesimo** con l'antico ponte, i palazzi patrizi, le chiese romaniche e la magnifica meridiana. Più distanti ma degni di menzione sono anche il possente **castello di Roccavignale**, i bucolici ruderi del **castello di Cosseria**, teatro di una delle tante battaglie napoleoniche combattute in queste valli, e le fresche acque della **fontana di Seizi** nascosta nei boschi di **Plodio**.

Lungo il cammino, prima di abbandonare il sentiero **BN7** per prendere il **BN2**, se si segue il **BN7** per un breve tratto si scende alla Bormida di Spigno, scavalcata dal bel **ponte degli Alemanni** in pietra, su cui passava nel XVII-XVIII secolo,

la strada Beretta che collegava il Marchesato di Finale col Ducato di Milano.

E infine, a percorso terminato, si può andare a incontrare la "star" di queste Langhe liguri: il **fungo di Piana Crixia**, un torrione di terra e sassi con un cappellaccio in cima, ovvero un masso ofiolitico di quattro metri che poggia su un conglomerato fortemente eroso, frutto bizzarro dell'erosione meteorica e della geologia, assolutamente da fotografare.

i calanchi delle Langhe di Piana Crixia





Da Varazze al Monte Beigua (entroterra di Varazze)

► Tipo di escursione	► Equipaggiamento consigliato	► Stagioni consigliate
Naturalistica, Archeologica	Normale equipaggiamento da escursionismo: scarponi da trekking e indumenti idonei a riparare dal vento e dalla pioggia	Primavera e autunno offrono le migliori condizioni climatiche. I panorami più limpidi dalla vetta del Beigua si godono nelle secche giornate invernali di tramontana ma talvolta la presenza di neve può rendere difficoltoso il cammino alle quote più alte. Attenzione al vento di mare che può portare nebbie (in realtà nuvole basse) anche molto fitte
► Tempo di percorrenza	► Come arrivare	
h 4,30	In treno: stazione FS di Varazze, poi verso Viale Nazioni Unite e lungo il torrente Teiro per via Piave (SP 542); oltre il viadotto dell'autostrada a destra in via Bianca compare il segnale del sentiero e la scritta Monte Beigua. In auto: uscire dall'A10 a Varazze, poi lungo l'Aurelia (SP 1) a destra verso il centro città sino al bivio per Pontinvrea in Viale Nazioni Unite; a seguire come sopra	
► Dislivello in salita		
1350 m circa		
► Grado di difficoltà		
Medio		
► Segnavia		
+		

Dalle onde del surf alla vetta sacra dei Liguri preistorici

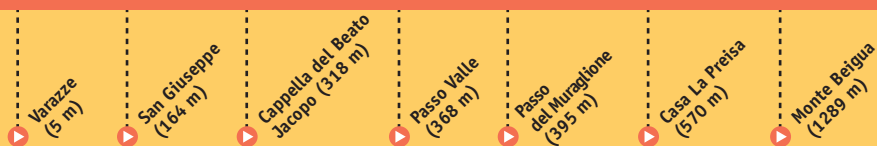
Nel mare di **Varazze** si alzano
- così dicono gli esperti -
le migliori onde da surf
del mar Ligure.
È da questo mare che ci si
mette in marcia per salire
fra oliveti e pinete verso
gli insediamenti dei Liguri
preistorici e ancora più
su verso i panorami e le
faggete del selvaggio **Parco
Regionale del Beigua**, uno
dei più vasti della Liguria.



Il percorso

Si parte dal centro di Varazze (5 m) procedendo
lungo la provinciale che costeggia il torrente Teiro
sino all'inizio di via Bianca, dove si incontra il
simbolo **+**. Questa scalinata sale fra orti e fasce
abbandonate, indi si cammina su una stradina
stretta fra due muri sino allo spartiacque fra **Teiro**
e **Arzocco**. Presso la **Chiesetta di San Giuseppe**
(164 m) si segue l'asfalto a destra poi su mulattiera
nel bosco sino alla **Cappella del Beato Jacopo**
(318 m) dedicata al varazzino più celebre, Jacopo
da Varagine, frate scrittore e cronista, vescovo di
Genova, vissuto nel XIII secolo. La croce rossa
segue una carrareccia sino al **Passo Valle** (368 m)
e oltre, accanto al **Bric della Forca** sino al **Passo
del Muraglione** (395 m), da cui su asfalto si va
verso **Le Faie**. Oltre il bivio per **Alpicella** si
continua su via Faie sino a un sentiero sulla
sinistra che sale fra castagni e roverelle sino alla
Casa La Preisa (570 m); da qui si prosegue
tagliando la strada e sui prati sino a una mulattiera

lastricata e alla strada sterrata che porta al **Rifugio
di Pra Riundo**. Niente strada per noi, ma il crinale
ampio e panoramico che attraversa cespugli e
rocce, poi una pineta e infine entra nella faggeta.
Segue un acquitrino, due prese dell'**Acquedotto**
(950 m circa) ai piedi del **Monte Cavalli**. L'ultimo
tratto di salita è ripido, si attraversano i faggi e
si sale alle praterie sommitali, per arrivare
finalmente sulla larga vetta del **Monte Beigua**
(1289 m), dove lo sguardo vaga libero sul mondo
intorno, dalla Corsica alle Alpi, con Genova e le
due Riviere Liguri ai piedi. Le decine di antenne
radiotelevisive e telefoniche quasi nascondono la
Chiesetta della Regina Pacis, e se sole, tramontana
e aria limpida sono necessari per godersi il panorama,
il vento di mare e le nuvole nebbiose, nascondendo
alla vista le antenne e la strada asfaltata,
aiutano a cogliere il senso mistico del
piccolo edificio religioso, specie quando
la neve imbianca i prati intorno.



► Da vedere

- Il mare “da surf” di Varazze
- I panorami sconfinati del Monte Beigua
- Il Museo Archeologico di Alpicella
- L'Eremo del Deserto
- Le borgate rurali di Stella
- Le case colorate di Celle Ligure, borgo marinaro
- Le ceramiche di Albisola Superiore e di Albissola Marina

► Bibliografia

- “Carta dei Sentieri 1:25000 SV-1”, Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- Claudio Capelli e Stefano Ortale “Guida al Parco del Beigua”, Sagep, Genova, 1997;
- Andrea Parodi “Alte vie della Liguria”, Andrea Parodi Editore, Arenzano (GE), 2003;
- “Alta Via dei Monti Liguri”, Union Camere di Commercio Liguri, Genova, 2005.

Intorno al sentiero...

Il **Parco Naturale Regionale del Beigua** tutela questo gioiello della natura ligure, un massiccio montuoso fatto di colline, foreste, pascoli, fauna selvatica, cascine degne delle fiabe dei fratelli Grimm e torrenti freschissimi; è un paesaggio che ben figurebbe nelle Montagne Rocciose e invece è Appennino Ligure. Il Beigua fu una delle (tre, probabilmente) montagne sacre ai Liguri preistorici e durante i millenni pastori e viandanti hanno inciso le sue rocce disegnando figure umane stilizzate, simboli geometrici, croci; sul suo versante meridionale presso il borgo di **Alpicella** gli uomini del Neolitico lasciarono tracce in grotte e anfratti, lungo la strada megalitica e nel **Museo Archeologico**.

Non lontano il **Deserto di Varazze** (raggiungibile con una diramazione del sentiero che parte dalla Cappella del Beato Jacopo e ha simbolo —●— o su asfalto dal Passo del Muraglione) è un luogo di una bellezza selvaggia, cupo di lecci e allori, dove l'eremo francescano è uno scrigno di spiritualità e misticismo.

Nei dintorni di Varazze meritano attenzione anche le borgate rurali di **Stella**, sparse nelle valli del Riobasco e del Sansobbia; sul mare invece sono imperdibili la palazzata colorata di **Celle Ligure** affacciata sulla spiaggia e le ceramiche, antiche o moderne ma sempre molto colorate, di **Albisola Superiore** e di **Albissola Marina**.



da sinistra: panorama dal Monte Beigua; grande uccello da preda, il biancone; “vanessa” su Armeria





Da Zuccarello a Monte Croce a Zuccarello (entroterra di Ceriale)

Zuccarello
(120 m)

► Tipo di escursione Naturalistica Storica	► Equipaggiamento consigliato Il normale equipaggiamento da MTB	► Stagioni consigliate Tutto l'anno ma in estate è bene mettersi in sella molto presto
► Lunghezza 11 km	► Come arrivare In treno: da Albenga FS, bus per Zuccarello. In auto: uscire dall'A10 ad Albenga, imboccare la ex-SS 582 in direzione monte verso Garessio sino a Zuccarello	
► Dislivello in salita 700 m circa		
► Grado di difficoltà Medio/facile		
► Segnavia ◆◆ - ●● - □		

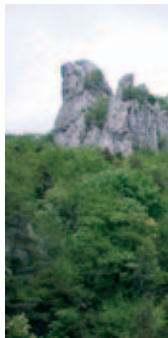
Al confine fra la montagna e la riviera

Qui le ultime colline rocciose e aspre che scendono dalle Alpi Liguri si adagiano nella **Piana di Albenga**, unica terra veramente orizzontale della Riviera delle Palme, coperta di campi coltivati, serre e vigneti dove si produce il meglio dell'agricoltura ligure. E subito oltre la Piana c'è il mare. Questo percorso adatto alle mtb corre sul confine fra la Riviera delle Palme "del mare" e quella "della montagna", ma più che di confine si potrebbe parlare di *limes* alla latina, perché molto tempo fa, diciamo 1400 anni fa, queste colline segnavano il confine fra la costa ancora latina e bizantina e l'entroterra ormai longobardo; ne resta qualche traccia, visibile forse solo agli storici. Ma ne è passata di acqua sotto i ponti in pietra che scavalcano il **torrente Neva**, da allora, e tanto olio è uscito dalle olive macinate nei frantoi...

Il percorso

Il borgo medievale di **Zuccarello** (120 m), con le mura, le due porte d'accesso, la doppia fila di bassi portici, il ponte in pietra e i ruderi del castello dei marchesi Del Carretto è il nostro punto di partenza. Si esce dalla porta settentrionale del paese per arrampicarsi lungo un

sentiero segnato con ◆◆ che raggiunge la quota del castello (260 m) senza però toccarlo e prosegue su un crinale secondario fino alla **Cappella di San Bernardo** (580 m) dove si immette nella SP 44 che è da seguire verso destra sino alla borgata di **Vecersio** (510 m). Qui si abbandona l'asfalto per salire con qualche curva sino al crinale (700 m) che affaccia a levante verso la rupestre val Varatella. Si prende a destra scendendo lungo il crinale seguendo il simbolo ●● toccando la **Rocca Pian dei Prati** (820 m) e avvicinandosi a una casella in pietra (tipico ricovero pastorale di queste colline) e ai resti di trincee austriache di epoca napoleonica, sino a ritrovare la SP 44 (556 m) là dove essa abbandona la val Neva ed entra nella valle del torrente Barescione, affluente di destra del Varatella. Qui si entra nel **Sistema Ambientale Poggio Grande** che tutela la natura al contempo marittima e montana di queste colline che sono sì vicinissime al mare ma presentano caratteri ambientali agricoli e silvani molto spiccati; qua ha inizio una facile sterrata che porta verso il **Santuario di Monte Croce** (740 m), un moderno bianco santuario mariano che gode di un magnifico panorama aperto verso l'intera Riviera e tutto il Mar Ligure sino alla Corsica e oltre. Dopo la sosta per godersi il panorama si deve seguire il simbolo □ che indica una strada sterrata quasi pianeggiante che procede verso sud-ovest tenendo bene in vista la costa e raggiunge il **Poggio Ceresa** (710 m), oltre il quale ci si riaffaccia sulla val Neva. E qui inizia la discesa che porta prima verso il **Poggio Eresea** (515 m) indi con qualche tornante sulla ex-SS 582 che si imbecca in direzione monte per tornare rapidamente a Zuccarello.





Da vedere

- Ceriale, borgo marinaro e agricolo
- Il borgo murato di Zuccarello
- Il forte di Poggio Grande e il Santuario di Monte Croce
- Il borgo medievale di Castelvechio di Rocca Barbena
- Il paesaggio alpino e i panorami
- Il castello, il borgo antico abbandonato e l'olio di Balestrino
- Il borgo e i frantoi da olio di Cisano sul Neva

Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-4", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- Opuscoli "Poggio Grande", Provincia di Savona, Settore Difesa e Promozione Ambientale, Savona;
- Gian Antonio Dall'Aglio "Liguria Guida - Ponente", Sagep, Genova, 2005.



Intorno al sentiero...

Il paesaggio in parte boschivo in parte roccioso e dolomitico dentro al quale si pedala e i vastissimi panorami che si aprono verso la costa, il mare e le montagne circostanti sono il maggior motivo di interesse naturalistico di questo percorso. Il punto in assoluto più panoramico è il **Poggio Grande** (813 m) che s'innalza poco sopra il Santuario di Monte Croce e la cui vetta verde di rada boscaglia è occupata da un ampio e silenzioso forte ottocentesco.

Giù in basso c'è **Ceriale** con le spiagge e la campagna coltivata a fiori, ortaggi e vigneti. Ma vale la pena porre qualche attenzione anche a tre borghi non distanti dall'itinerario che spiccano per il loro fascino urbanistico e storico: a nord l'arroccato **Castelvechio di Rocca Barbena** (440 m) sovrastato dalla possente rocca feudale, a levante **Balestrino** (360 m), dominato dall'elegante e possente castello dei marchesi Del Carretto sotto il quale si stende il borgo medievale abbandonato, e rinomato per il suo olio, e a sud **Cisano sul Neva** (60 m), anch'esso fornito di mura e vicoli medievali, ma soprattutto di "gombi" (frantoi da olio).

da sinistra: Castelvechio di Rocca Barbena; alta val Neva; lucertola ocellata





Da Calice al Melogno a Calice (entroterra di Finale)

Calice Ligure
(70 m)

► Tipo di escursione Naturalistica Storica	► Equipaggiamento consigliato Il normale equipaggiamento da MTB	► Stagioni consigliate Stagioni consigliate - tutto l'anno ma in inverno può esserci la neve alle quote più alte
► Lunghezza 27 km	► Come arrivare In treno: stazione FS di Finale Ligure Marina, poi bus urbano per Calice. In auto: uscire dall'A10 a Finale Ligure, scendere a sinistra verso Finale, al semaforo girare a sinistra verso Finalborgo e poi ancora a sinistra per Calice	
► Dislivello in salita 1000 m circa		
► Grado di difficoltà Medio		
► Segnavia		



Verdi colline di artigiani e contadini

Un percorso ciclistico che divaga nell'entroterra di Finale e di Pietra Ligure, ovvero in quella "Liguria di mezzo" di colline che pur prossime al mare hanno una storia fatta di vita contadina e di artigianato rurale, dove il turismo è educato e silenzioso; si pedala su strade forestali immerse nel verde di castagni e faggi, fra fresche sorgenti, antiche fiere, insoliti musei.

Il percorso

Il percorso è segnato col simbolo ■● e inizia nel centro di **Calice Ligure** (70 m) dirigendosi verso monte lungo la SP 17; poco fuori del paese si lascia l'asfalto per salire a tornanti una sterrata che tocca la località **Berea** (275 m) e continua a salire fra le campagne e i folti boschi dell'alta **val Pora** sino al piccolo crinale (500 m circa) che dà, verso levante, sulla laterale di spartiacque verso la val Bormida ed è perciò percorsa dall'**Alta Via dei Monti Liguri** (■AV■). Seguendo la

provinciale (e quindi l'Alta Via) per circa un chilometro verso ponente si raggiunge l'**Osteria del Din** (940 m) sul panoramico incrocio con la SS 490 che da Finale sale al Colle del Melogno e scende in val Bormida. Presso l'osteria il percorso prende un sentiero diretto a sud quasi parallelo alla strada, benché poco più in quota, che col simbolo ■● passa sotto le rocce del **Bric Gettina** (1025 m la cima) e della **Rocca Cucca** (874 m) sino a raggiungere il **Piano dei Buoi** (650 m circa), aggira il **Monte Collarina** (602 m) e scende sino a incontrare la SS 490 (500 m); si deve seguire la statale verso mare sino al bivio (290 m) con la provinciale che scende a sinistra verso la borgata di **Eze** (190 m) e verso il torrente Pora oltre il quale siamo di nuovo a Calice.



da sinistra: panorama da Verezzi; la parrocchiale di San Nicolò a Calice Ligure; la maestosa chioma di un faggio al Melogno



► Da vedere

- La Casa del Console di Calice Ligure
- Il ponte tibetano e la Ferrata degli Artisti a Magliolo
- Il Museo dell'Orologio di Bardino Nuovo a Tovo San Giacomo
- Il castello e la pietra di Giustenice
- La "pietra" e il borgo marinaro di Pietra Ligure
- Le 4 borgate "mediterranee" di Verezzi e il teatro estivo all'aperto
- La grotta di Borgia

► Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-3", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- "Alta Via dei Monti Liguri", Union Camere di Commercio Liguri, Genova, 2005;
- Gian Antonio Dall'Aglio "Liguria Guida - Ponente", Sagep, Genova, 2005.



Intorno al sentiero...

Calice è stato verso la fine del XX secolo un vivace centro artistico, dove si incontravano pittori, scultori e critici, riuniti intorno alla figura dell'artista Emilio Scanavino. La **Casa del Console** custodisce la memoria di quel breve ma intenso momento culturale.

Poco a valle dell'Osteria del Din un sentiero (13A) segnato con **II ●** scende nella rocciosa **val Marèmola** verso **Magliolo**; si può raggiungere i resti della settecentesca **ferriera di Isallo** (280 m) che lavorava il ferro dell'Isola d'Elba e, nel folto dell'alta valle, la **ferrata degli Artisti** che sale verso il **Bric dell'Agnellino** (1327 m), con un **ponte tibetano** che scavalca il torrente.

Molto più in basso lungo il percorso principale, dalla SS 490 scende verso ponente una strada asfaltata (13B) segnata con **■** che porta a **Bardino Nuovo** (250 m) nel comune di **Tovo San Giacomo**, dove merita una sosta il curioso e ricco **Museo dell'Orologio** che documenta i due secoli di attività della famiglia Bergallo, artisti dell'orologeria. Proseguendo su asfalto e su sterrato lungo il simbolo **■** si arriva a **Giustenice** (140 m) coi vertiginosi resti del castello e il sedile di pietra dove il podestà di Pietra Ligure sedeva per amministrare la giustizia.

Giù in basso, sul mare, s'erge "a Pria" il roccione calcareo che ha dato il nome al borgo marinaro di **Pietra Ligure**; non lontani sono la **grotta Valdemino** (60 m) di **Borgio**, colorata di rosso e di giallo, e le 4 borgate "mediterranee" di **Verezzi** (200 m circa) affacciate su un panorama molto ligure di vigneti, ginestre e rocce assolate.





L'Altupiano delle Manie (entroterra di Finale e Noli)

Finalborgo
(15 m)

Tipo di escursione

Naturalistica
Storica

Lunghezza

37 km

Dislivello in salita

360 m circa

Grado di difficoltà

medio

Segnavia

non segnalato

Equipaggiamento consigliato

Il normale equipaggiamento da bici

Come arrivare

In treno: stazione FS di Finale Ligure Marina.

In auto: uscire dall'A10 a Finale Ligure, scendere a sinistra verso Finale, giunti sull'Aurelia (SP 1) svoltare a sinistra verso il centro indi seguire le indicazioni per la stazione ferroviaria

Stagioni consigliate

Tutto l'anno ma in estate è bene mettersi il sella molto presto



Nella macchia affacciata sul mare

Un itinerario cicloturistico su strade asfaltate di poco traffico, amatissimo dai tedeschi e dagli anglosassoni, che attraversa le profonde valli del Finalese e l'**altopiano delle Manie** col suo particolarissimo e unico paesaggio naturale. Il mare è lì sotto, poco oltre i palazzi patrizi di **Finalborgo**, a ridosso delle case colorate affacciate sulla spiaggia di **Varigotti**, accanto alle mura di **Noli**, quinta Repubblica Marinara. Quassù ci sono campagne, vigneti, boschetti di lecci, grotte e chiese antichissime, il volo del falco pellegrino e i fiori azzurrissimi della rara campanula a foglie uguali (*Campanula isophylla*).

Il percorso

Si parte dalla stazione ferroviaria di **Finale Ligure** per dirigersi (via Aurelia, a sinistra per via Brunenghi) verso Finalborgo (15 m); sarà Porta Reale ad accoglierci col campanile ottagonale

tardogotico. Si prosegue verso l'interno sulla SP 27 lungo il torrente Aquila indi in salita - a tratti ripida - verso i borghi agricoli di **Costa e Orco** (370 m) e da qui si scende verso la valle del **torrente Sciusa** toccando **Boragni** (200 m) suggestivo centro rurale attraversato da una strada coperta e voltata. Giunti in fondo la SP 8 risale (tratti di pendenza del 10%!) la val Sciusa verso il comune di **Vezi Portio** suddiviso in piccole frazioni appese alle colline fra oliveti e vigne dove la vista spazia dal campanile del borgo dirimpetto alle pareti di roccia da arrampicare. Si raggiunge così **San Filippo** (370 m), **San Giorgio** (360 m) e **Borghi** (310 m). A destra per Noli poi presso la chiesetta di **Santa Libera** si prende a sinistra la SP 54 verso le Manie. Si tocca **Magnone**, Gandoglia e al cimitero di **Voze** si va a destra verso l'**altopiano delle Manie**. Dopo aver attraversato l'altopiano inizia la tortuosa discesa verso **Finalpia**. Un breve tratto di Aurelia riconduce alla stazione ferroviaria.





► Da vedere

- Il borgo medievale di Finalborgo, il borgo marinaro di Finalmarina, l'abbazia di Finalpia
- I borghi agricoli nei comuni di Orco Feglino e Vezzi Portio
- L'altopiano delle Manie con la macchia mediterranea, l'Arma e le grotte, il vino
- Il borgo mediterraneo di Varigotti
- La Repubblica Marinara di Noli con le mura, il castello, le chiese, i ciacciarelli, gli zerli
- La lunga spiaggia di Spotorno

► Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-3", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E. Federazione Italiana Escursionismo, Genova;
- Giovanni Meriana, "Valli di Finale", Sagep, Genova, 1994;
- Gian Antonio Dall'Aglio "Liguria Guida - Ponente", Sagep, Genova, 2005.

Intorno al sentiero...

Finalborgo fu fondato nel 1188 dai marchesi Del Carretto come *Burgus Finarii* e fu la capitale del loro marchesato dal '400 al 1748. Appartiene all'Associazione dei Borghi più belli d'Italia a ragion veduta, circondato dalle mura e sovrastato dal Castel San Giovanni e dai ruderi di Castel Gavone; il Museo Civico del Finale custodisce la plurimillenaria storia della regione.

Un grappolo d'uva, un pino e una torre formano lo stemma del comune di **Orco Feglino** che occupa la valle dell'Aquila e le selvagge pendici boschive e rocciose circostanti. Presso la selvaggia **val Cornei**, il **Monte Cucco** (320 m) offre agli arrampicatori di tutto il mondo le più famose palestre di roccia del Finalese. L'altopiano delle Manie era un mare tropicale e i suoi organismi calcarei formarono la **pietra di Finale**, un calcare chiaro che dà forma all'altopiano con valli, grotte e le celebri pareti di roccia. Una terra abitata già nella preistoria e ben popolata dai Romani, che oggi produce ottimo vino e in cui vivono animali e piante insolite come la *Lacerta ocellata*, la più grande lucertola europea. L'**Arma delle Manie** è la grotta in cui maggiormente sono state trovate tracce umane dal Paleolitico medio sino a oggi. A **Finalpia** spicca l'abbazia di Santa Maria di Pia, ideale erede della pieve del Finale, importante centro religioso altomedievale, mentre **Finalmarina** può vantarsi della sua bella passeggiata a mare. Letteralmente "sotto" l'altopiano delle Manie si incontrano due tra i più suggestivi borghi marinari della Liguria, facilmente raggiungibili in bicicletta lungo l'Aurelia: **Varigotti** si allunga a ridosso della spiaggia con le sue case dette "saracene" per la tipologia edilizia e i tetti a terrazza; oltre l'aspra e solitaria scogliera di **Capo Noli**, ricercata sia dai



bagnanti sia dagli arrampicatori, **Noli** si vanta del titolo di Quinta Repubblica Marinara. A Noli ci sono le mura, il castello, i portici, i vicoli, la chiesa di San Paragorio... e due specie di pesce azzurro che si

pescano solo in queste acque e che sono assurti nell'olimpico dei Presidi Slow Food e dei Prodotti Tradizionali della Regione Liguria: i "ciacciarelli" e gli "zerli". Si mangiano fritti o in carpione e va benissimo accompagnarli col vino delle Manie. Poco a ponente di Noli, **Spotorno** offre agli stanchi pedalatori la possibilità di riposare su una delle più lunghe spiagge di questa Riviera.

da sinistra: panorama delle Manie; Campanula isophylla; Finalborgo, Castel San Giovanni





La strada delle Rocce Bianche (entroterra di Savona)

Altare
(405 m)

► Tipo di escursione

Naturalistica
Storica

► Lunghezza

21 km

► Dislivello in salita

700 m circa

► Grado di difficoltà

Facile

► Segnavia

AV - + - - ● - ■

► Equipaggiamento consigliato

Il normale equipaggiamento da bici con protezione contro nebbia e pioggia

► Come arrivare

In treno: stazione FS di Savona, poi bus per Altare.

In auto: uscire dall'A6 ad Altare-Carcare, svoltare a sinistra verso Altare

► Stagioni consigliate

Tutto l'anno ma in inverno può esserci la neve



Il percorso

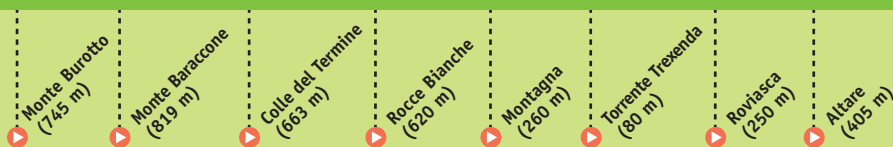
Il **Colle di Cadibona** (459 m), o Bocchetta di Altare, segna il convenzionale confine geografico (non geologico) fra le Alpi e gli Appennini. **Altare** (405 m) è una delle capitali dell'artigianato ligure: qui da secoli si lavora il vetro e la liberty villa Rosa è sede del **Museo del Vetro e dell'Arte Vetraria**. Si parte lungo la tappa 16 dell'**Alta Via dei Monti Liguri** (AV1); accanto all'ingresso nord della galleria della vecchia strada statale che da Altare scende verso Savona si imbecca, a destra, una strada asfaltata che sale una valletta boscosa. La strada si fa poi sterrata per salire il versante del **Monte Burotto** (745 m) dove sorge uno dei tre forti militari di fine Ottocento costruiti intorno al colle. Da qui l'ampia sterrata prosegue quasi in piano nel bosco lungo un metanodotto, con a sinistra, oltre le fronde degli alberi, il mare e Vado Ligure, a destra la val Bormida e le Alpi occidentali sullo sfondo. Lasciato il metanodotto la strada sale il crinale verso il **Monte Baraccone** (819 m), lo aggira e prosegue nel fitto bosco sino al **Colle Baraccone** (649 m); si prosegue sulla sterrata a saliscendi nel bosco sino al **Colle del Termine** (663 m) dove si incrociano varie strade. Qui al simbolo dell'Alta Via se ne affiancano altri tra cui + e la strada procede ampia verso sinistra tra i grandi faggi del versante a mare del Bosco di Savona; dopo un po' l'Alta Via sale a destra verso il crinale ma la sterrata prosegue col + quasi pianeggiante o in lieve discesa (incontrando una sorgente) fino alle **Rocce Bianche** (620 m circa), suggestive emergenze calcaree che spiccano candide dal verde del bosco. Da qui, presso un monumento alla Resistenza, una stradina sale a sinistra col segno - ● e poi con ■ dirigendosi verso la borgata di **Montagna** (260 m).

Qui occorre scendere lungo la stretta strada asfaltata e, giunti presso il **torrente Trexenda** (80 m), risalire la SP 29 verso **Roviasca** (250 m). Da qui la stessa SP29, solo parzialmente asfaltata, riporta su verso la tappa 16 dell'Alta Via e quindi ad Altare.



Pedalando nel Bosco di Savona

Questo è un facile percorso immerso nel verde dello sconfinato **Bosco di Savona**, la fitta magnifica foresta che copre i due versanti dello spartiacque padano a monte di Savona e che per secoli fornì legna per i cantieri navali della Repubblica di Genova; è un'insolita via di collegamento fra le faggete della val Bormida e le solitarie spiaggette di Bergeggi, fra le ville Liberty di Altare e i traghetti per la Corsica, fra la cucina contadina dell'entroterra e i sapori marinari della Riviera.



Da vedere

- Il “Bosco di Savona”
- Il Museo del Vetro e l’architettura Liberty di Altare
- I faggi di Benevento nei boschi di Mallare
- Le incisioni rupestri del Bric Gazzaro, le Pietre di Napoleone presso Pallare
- I ponti romani della val Quazzola
- I vini Buzzetto e Granaccia e le albicocche di Valleggia
- La grotta sul mare di Capo Maiolo e l’isola di Bergeggi
- Il centro storico di Savona e i suoi chinotti al maraschino

Bibliografia

- “Carta dei Sentieri 1:25000 SV-2”, Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- “Alta Via dei Monti Liguri”, Union Camere di Commercio Liguri, Genova, 2005;
- Gian Antonio Dall’Aglio “Liguria Guida - Ponente”, Sagep, Genova, 2005.



Intorno al sentiero...

Proseguendo l’Alta Via verso ponente sino alla **Colla di San Giacomo** (799 m) si può scendere verso la Bormida di Mållare nella **faggeta di Benevento** (800 m circa) alla ricerca dei suoi quattro celebri faggi monumentali. La contigua **val Bormida di Pålare** conserva tracce storiche come le **pietre di Napoleone** (530 m) presso Bieistro, massi scolpiti che erano forse postazioni per i cannoni francesi, e le **incisioni rupestri del Bric Gazzaro** (560 m), preistoriche.

La **val Quazzola** dal colle di Cadibona scende verso il mare: nel 109 a.C. i Romani vi fecero passare la *via Aemilia Scauri*, poi rimodernata da Augusto in *via Julia Augusta*; restano **cinque ponti in pietra** di questa importante “carrostrada” romana, due dei quali ancora carrabili. Alta sopra la valle corre oggi con viadotti e gallerie l’autostrada A6 Savona-Torino, erede della strada di duemila anni fa.

In fondo alla valle, fra le colline di **Quiliano** e il porto di **Vado Ligure**, erede della città romana di *Vada Sabatia*, si coltiva la vite per produrre il rosso “Granaccia” e il bianco “Buzzetto”, due tra i più tipici vini della Liguria, e si coltivano le **albicocche di Valleggia**. Sulla costa a ponente di Vado la **Riserva naturale di Bergeggi** tutela le spiaggette solitarie del selvaggio **capo Maiolo** e la piccola grotta marina dai colori verdi e viola, abitata nel Neolitico. Di fronte al capo spicca nel blu del mare l’isola di Bergeggi, circondata dai gabbiani.

Due parole infine su **Savona**, lungo i cui confini d’entroterra corre questo itinerario. La più grande città della Riviera Ligure di Ponente, antica di almeno duemiladuecento anni, ha un bel centro storico fatto di vicoli stretti e palazzi patrizi riccamente decorati e affrescati, una **Cappella Sistina**, la possente **Rocca del Priamar** sede di musei, il porto commerciale e crocieristico e una delizia gastronomica, i chinotti, piccoli agrumi tutelati da un Presidio Slow Food.



da sinistra: le Rocce Bianche; panorama dal colle di Cadibona





Da Palo al Monte Beigua (entroterra di Varazze)

► Tipo di escursione	► Equipaggiamento consigliato	► Stagioni consigliate
Naturalistica	Il normale equipaggiamento da MTB con protezione contro il vento, la nebbia, la pioggia	Da marzo a ottobre. Intorno alla vetta attenzione alla nebbia (in realtà nuvole basse che arrivano dal mare) che può essere fittissima e accecante. D'inverno la zona è spesso innevata
► Lunghezza	► Come arrivare	
8 km	In treno: stazione FS di Albisola, poi bus verso Sassello-Urbe sino a Palo. In auto: uscire dall'A10 ad Albisola, svoltare a sinistra e salire lungo la SP 334 sino a Sassello, poi la SP 49 fino a Palo	
► Dislivello in salita		
630 m circa		
► Grado di difficoltà		
Medio/difficile		
► Segnavia		



Il Parco del Beigua, le Rocky Mountains della Riviera delle Palme

Monte Beigua: per chi vive sulla costa il nome di questa cima appenninica, non altissima ma maestosa di rocce e di boschi ha un fascino quasi magico. Sta lì dietro, incombente e amica, velata di nebbie autunnali, spolverata dalle nevi d'inverno, verde di erbe tenere in primavera, coperta di pini e di faggi sui suoi versanti interni. Uno dei monti sacri ai *Ligures* preistorici, che nella gelida tramontana che sferza la sua vetta in inverno sentivano forse il soffio della divinità. Il massiccio del Beigua conserva angoli tra i più intatti della Liguria e giustamente il suo intreccio di foreste, valli, prati, paesi e torrenti è tutelato dal **Parco Regionale Naturale**; nel suo paesaggio quasi alpino la bici sale fra i ruderi delle vetrerie preindustriali e gli affioramenti di rocce oceaniche ricche di minerali rari; si pedala lungo torrenti popolati di trote e girini dove è bello fermarsi a fare il bagno sotto lo scroscio di una cascatella freschissima, per raggiungere una vetta a picco sul mare e affacciata sulle Alpi innevate e lontane.

Il percorso

Il sentiero è indicato dal simbolo  e inizia dalla piazza principale dell'antico borgo rurale di **Palo** (650 m), da cui si sale verso la chiesa e il cimitero proseguendo sulla sterrata che porta a **Sassello**. Dopo un ampio spiazzo si prende una sterrata a sinistra che prosegue incassata in un'incisione artificiale della roccia, su un suolo rossiccio fra castagni, pini e betulle. Dopo una breve salita si prosegue in falsopiano fra alberi cedui e felci sui resti di una paleofrana attraversata da alcuni ruscelletti intorno ai quali vive, e non è difficile scorgere, la salamandra pezzata dal mantello giallo e nero. Siamo sopra la valletta del **Rio La Ciappa**, (900 m circa) oltre la quale nel bosco appaiono i primi faggi; si prosegue verso il crinale costeggiando a ovest il **Monte Cucco** sino a scendere verso le case di **Veirera** (980 m), che si attraversa su asfalto. Il nome di questa piccola borgata ricorda una delle tante vetrerie che sorsero nell'area del Beigua durante



► Da vedere

- I panorami a 360° del Monte Beigua
- I torrenti che scorrono fra piccole cascate e laghetti popolati di trote
- Le tracce delle vetriere medievali a Veirera
- Le cascine nei boschi di Urbe
- Gli amaretti e i salumi di Sassello
- Gli impianti di sci dell'Alberola

► Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-1", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- Claudio Capelli e Stefano Ortale "Guida al Parco del Beigua", Sagep, Genova, 1997;
- Andrea Parodi "Alte vie della Liguria", Andrea Parodi Editore, Arenzano (GE), 2003;
- "Alta Via dei Monti Liguri", Union Camere di Commercio Liguri, Genova, 2005.

il Medioevo, favorite dalla presenza in loco della pietra turchina silicea, necessaria materia prima per il vetro, e dall'abbondanza di legna e di calce. Dopo essersi congiunto all'itinerario che sale da Sassello (□) il sentiero gira a destra sulla carrareccia che porta sotto **Punta Pragirosso** (1140 m) e sale verso sud fra castagni e poi faggi anche molto grandi. Si procede sotto il versante ovest del **Monte Ermetta** dove la vegetazione si dirada e appare la roccia nuda, verde-azzurra di serpentiniti. Quando si raggiungono le pendici sud del **Bric Vecir** si confluisce nell'**Alta Via dei Monti Liguri** (1223 m) lungo la quale si pedala circondati dal cielo e da panorami infiniti verso il mare - sino alla Corsica - verso Genova e verso le Alpi. Breve è il tratto che porta, infine, alla cima tondeggiante del **Monte Beigua** (1287 m): la chiesetta della **Regina Pacis**, un tempo solitaria custode della sacra vetta montuosa e oggi nascosta dalle decine di antenne e ripetitori, è il capolinea di questo itinerario.

da sinistra: una cascatella nel Parco del Beigua; panorama dal Monte Beigua



Intorno al percorso...

Il mare di verde che ricopre i versanti del Monte Beigua e l'ondulato altopiano che da esso scende verso la pianura Padana furono, millecinquecento anni fa, la **selva dell'Orba**, riserva di caccia dei re longobardi che prende il nome dal principale corso d'acqua della zona; oggi fra i boschi eredi della selva antica spiccano i muri in pietra delle cascine che, solitarie o a piccoli gruppi, popolano le campagne tra **San Pietro d'Olba** (550 m) capoluogo del comune di **Urbe**, e **Sassello**, che è una delle capitali della gastronomia ligure, celebre per gli amaretti e i salumi. D'inverno, sul versante di nord-est del Monte Cucco, all'**Alberola** (960 m), neve permettendo, si scia: queste sono le piste da sci più vicine al mare della Liguria, che guardano da distante il Monviso e le Alpi piemontesi.





Intorno a Calizzano (entroterra di Finale)



► Tipo di escursione Naturalistica	► Equipaggiamento consigliato Il normale equipaggiamento per andare a cavallo	► Stagioni consigliate Da marzo a ottobre
► Lunghezza 22 km circa	► Come arrivare In treno: stazione FS di Finale Ligure indi bus per Calizzano. In auto: uscire dall'A10 a Finale Ligure poi salire la ex-SS 490 sino a Calizzano, oppure uscire dall'A6 a Millesimo, prendere la SP 51 sino a Murialdo indi SP 48 sino all'incrocio con la ex-SS 490, da seguire per Calizzano	► Centri equestri Agriturismo "Cà di Voi" di Marco Ferraro e Silvana Pesce, tel. 333 356 8200
► Dislivello in salita 300 m circa		
► Grado di difficoltà Medio/facile		
► Segnavia sono strade non segnalate		



Funghi porcini e acque minerali

Nelle radure dei boschi dell'alta val Bormida di Millesimo lepri e volpi osservano tranquille i cavalli che salgono in fila indiana i sentieri intorno ai quali cui spuntano "come funghi" improvvisi cappelli marroni di grandi e profumati porcini. **Calizzano** (647 m) è un elegante centro di villeggiatura montana ricco di storia (c'era un castello dei marchesi Del Carretto)

e di arte (splendidi gli affreschi quattrocenteschi del santuario delle Grazie), con un bel *caruggio lungo* che lo attraversa e una rinomata produzione di prodotti tipici (**funghi** soprattutto). Nelle faggete e fra i castagni circostanti scorrono ruscelli vivaci e gorgogliano le acque di ben **13 sorgenti** oligominerali. Decisamente, qui il colore della Riviera delle Palme è il verde.

Il percorso

Appoggiandosi agli agriturismi che si trovano appena fuori **Calizzano** si possono organizzare diversi giri a cavallo lungo la rete di sentieri e strade forestali che attraversano i suoi boschi. Qui proponiamo un percorso quasi totalmente immerso nei boschi lungo strade sterrate che saliscendono fra castagni secolari e faggete a perdita d'occhio ma è bene ricordare che ci sono molti altri percorsi equestri possibili, più brevi o più lunghi, nelle foreste dell'alta val Bormida. A causa della quantità di sentieri tracciati nei boschi suggeriamo di farsi accompagnare da qualcuno esperto della zona per evitare di

confondersi agli incroci e nei bivi. Dalla **Cascina Vai** (680 m) si affronta la strada sterrata che sale fra radure coltivate e castagni dai grandi tronchi; la coltivazione della castagna è da secoli una voce importante nell'economia della zona e le **castagne essicate nei tecci di Calizzano e Murialdo** sono un Presidio Slow Food. Superando la **Cascina del Santo** e, più in alto, la **Cascina del Re** (795 m) ci si immette in una fitta faggeta dove la strada, a tratti stretta, procede verso nord. Al successivo bivio si tiene la destra in falsopiano, si superano due abitazioni in pietra, una in rovina, e si continua immersi nel bosco, dove il cielo è un collage di sprazzi azzurri sopra al verde del fogliame (o al rosso brunito se è autunno). Ancora a destra in leggera salita al bivio successivo, tralasciando la freccia rossa che invita a scendere a sinistra, e più oltre, dopo i quasi invisibili resti di un edificio in pietra, si dimentica la ripida salita a destra per continuare dritti in saliscendi. Successivamente si incontra la **Cascina Binadin** (830 m) e tenendo la destra si scavalca un crinale secondario continuando verso nord evitando ulteriori bivi fin quando il percorso incomincia la discesa. Una decisa curva a destra conduce infine al **rio Siondo** presso le case della **Ferriera Nuova** (604 m). Prendendo a destra il sentiero che risale in sponda sinistra la valletta del rio, dopo curve e qualche saliscendi si guada il corso d'acqua alla quota di 750 m e si ridiscende a mezza costa il versante destro toccando **Tecchio** (740 m), **Mezzano** (724 m), **case Longane** (796 m) e infine **Riofreddo** (714 m) dove c'è il Museo "**C'era una volta**". Ridiscesi su asfalto sino alla Ferriera Nuova si torna al capolinea percorrendo la SP 490 verso **Caragna** (649 m) e, dopo il ponte sulla Bormida, salendo alla **Cascina Vai**. C'è però la possibilità di raggiungere **Caragna** anziché su asfalto lungo sentieri e stradine che costeggiano il fiume in sponda destra.



► Da vedere

- Il centro storico di Calizzano
- Le faggete e i castagni secolari
- Il Museo "C'era una volta" a Riofreddo di Murialdo
- Le 13 sorgenti di acqua oligominerale
- Il centro storico di Bardineto
- I funghi dei boschi di Calizzano e Bardineto
- Le rose e i boschi di Massimino

► Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-7", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E., Genova;
- "Calizzano, Passeggiate ed escursioni, scala 1:15.000", Studio Cartografico Italiano, Genova;
- Giovanni Meriana, "Val Bormida", Sagep, Genova, 1997.

Ringraziamenti

A Roberto Riolfo, di Calizzano e a Marco Ferraro che ha suggerito l'itinerario.



Intorno al percorso...

Oltre alle 13 sorgenti oligominerali, di cui sarebbe interessante assaggiare tutte le acque per effettuare personali e dissetanti analisi organolettiche, vale la pena scoprire i centri vicini, almeno **Bardineto** (710 m) a sud di Calizzano, con i ruderi del castello a 16 lati, la chiesa di San Nicolò con la sorgente della *Fons Salutis*, la **fiesta del Fungo d'oro** e la non lontana **sorgente della Bormida**; pochi chilometri a nord di Calizzano il **colle dei Giovetti** (912 m) immette nella val Tanaro che è piemontese tranne il piccolo borgo di **Massimino** (530 m), circondato dai castagni e fiorito di rose in primavera.



da sinistra: borgata vicino Calizzano; il Rio Siondo



da Giusvalla a Stella (entroterra di Albisola)



► Tipo di escursione Naturalistica	► Equipaggiamento consigliato Il normale equipaggiamento per andare a cavallo	► Stagioni consigliate Da marzo a ottobre
► Lunghezza 25 km circa	► Tempo di percorrenza Percorso completo: 2 giorni	► Da vedere • Le robinie “napoleoniche” di Giusvalla • I calanchi di Mioglia • Il lago dei Gulli • La Collina del Dego • I boschi di Pontinvrea e la Deiva • Il Museo “Ebe Perrando” e gli amaretti di Sassello
► Dislivello in salita saliscendi tra i 300 e i 600 m di quota	► Come arrivare In treno: stazione FS di Dego, indi bus per Giusvalla. In auto: uscire dall’A10 ad Albisola, svoltare a sinistra e salire lungo la SP 334 sino al Colle del Giovo, poi SP 542 sino a Giusvalla	
► Grado di difficoltà Facile ma lungo		
► Segnavia sono strade non segnalate		

Cavalca, cowboy

Gli zoccoli battono lenti il sentiero senza spaventare i merli che becchettano lombrichi nel terreno smosso. L’aria è umida nel bosco, il sole del primo mattino non ha ancora cancellato le ultime brume della notte. Le mani dei cavalieri tengono le redini con noncuranza, lasciando che siano i cavalli a fare l’andatura e a decidere dove andare. Dalle elevazioni del terreno illuminate dal sole sale un leggero profumo di erba e roccia tiepida che si mescola all’odore degli animali, quell’odore di natura viva e fremente che resterà nei vestiti dei cavalieri a lungo. In questa foresta silenziosa al limitare delle **Langhe savonesi** si può ben immaginare d’incontrare un messo imperiale diretto a un castello del Marchese Aleramo. È più realisticamente un tuffo nella natura, consigliato a chi voglia per due giorni immergersi in un mare di verde.

Il percorso

Lungo itinerario che richiede almeno due giorni per essere “gustato”; è bene che i cavalieri siano abituati a stare in sella per alcune ore consecutive. Lo si può spezzare in tratte più brevi facendo capolinea nei vari centri che si incontrano, dove si trovano alcuni ben organizzati centri equestri che possono fornire assistenza, guide e cavalli per chi non ne ha di propri.

Si parte da **Giusvalla** (450 m) percorrendo il viale di robinie secolari che attraversa il paese per dirigersi a levante lungo la SP 542 sino al lieve crinale del **Bric Bucchei** (550 m) da cui inizia una strada sterrata che procede a nord sul crinale fra la valle di Giusvalla (a ovest) e quella del **torrente Erro** (a est). Il paesaggio alterna boschi e prati ai suggestivi calanchi di argilla biancastra, ripidi e privi di vegetazione, tipici del territorio di **Mioglia** (350 m), ultimo lembo di Liguria a ridosso del





Centri equestri

- Azienda Agricola con scuderia "Le fer de cheval" di Liliane Heller, loc. Cascine 8, Mioglia, tel. 019 735 05 03
- La Collina dei Martini di Laura Repossi, loc. Collina dei Martini, Pontinvrea, tel. 347 272 79 56
- Pensione per cavalli di Tanja Caravati, Via Prini 28, Giovo Ligure, Pontinvrea, tel. 347 705 15 27
- Planet Horse, Via Giovo 50, Pontinvrea, tel./fax 019 705 511 - 349 747 74 37
- Agriturismo di Francesco Romano, Via Albergare 3, Sassello, tel./fax 019 724 527 - 338 115 66 18

Bibliografia

- "Carta dei Sentieri 1:25000 SV-1 e 5", Studio Naturalistico E.d.M., F.I.E. Federazione Italiana Escursionismo, Genova;
- Giovanni Meriana, "Valli del Beigua", Sagep, Genova, 1992;
- Gian Antonio Dall'Aglio "Liguria Guida - Ponente", Sagep, Genova, 2005.

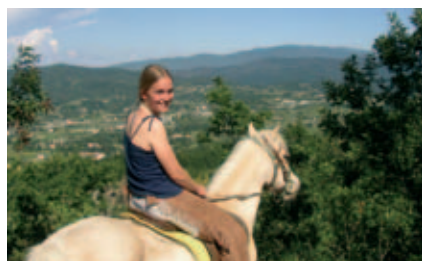
Ringraziamenti

a Daniela Garrone, di Mioglia, che ha proposto l'itinerario



confine piemontese. Si continua verso nord sulla SSP 10 per girare subito in direzione sud-est sulla strada della Costa del Murine per **Carpenaro** (425 m) da cui una sterrata in direzione nord-est e subito sud-est si avvicina, in quota, al torrente Erro. Lunga sterrata che raggiunge il **lago dei Gulli** (320 m), ovvero la confluenza del **rio Sbruggia** col torrente Erro; è un angolo di natura silenziosa e fresca, uno specchio d'acqua (di ampiezza variabile con le stagioni) dove è consigliato fermarsi a fare il bagno e asciugarsi al sole sul greto ciottoloso circondato da alberi e rocce. Passato a guado il piccolo lago si procede verso **Sassello** (385 m) a sud del quale inizia una sterrata che porta - direzione ovest, poi grosso modo sud - attraverso la **foresta demaniale della Deiva**, uno dei tanti gioielli naturalistici della Riviera delle Palme. Nel punto più meridionale della strada (670 m) presso il **Bric Eiraldo** la si lascia per procedere a sud sul crinale verso **Lodrino Superiore** (730 m) e da qui al **passo del Giovio** (500 m), dove si incontra l'**Alta Via dei Monti Liguri** e un incrocio di strade. Un breve tratto di asfalto verso ovest sulla SP 542 e poi una sterrata fra boschi e campagne procede verso sud nel versante destro della **val Sansobbia** verso **Corona** (350 m), una delle molte borgate del comune di **Stella** che vede il mare dall'alto delle sue colline verdi di lecci e di olivi.

da sinistra: i prati delle Langhe savonesi; a cavallo intorno a Mioglia



Intorno al percorso...

A sud di Giusvalla, le colline dove ha le sorgenti il torrente Valla sono coperte da una sconfinata e bellissima foresta: l'estesa **Collina del Deigo** (600-800 m) è un bellissimo bosco di faggi e castagni con sentieri, strade silenziose e sorgenti freschissime che copre parte del versante destro della val Bormida di Spigno. A est di Giusvalla, invece, in valle Erro, c'è **Pontinvrea** (425 m), che fu residenza dei nobili genovesi Invrea che hanno lasciato il lungo e rosseggiante palazzo marchionale. Il Museo di Arte e Cultura locale "Ebe Perrando", il Centro Visite del Parco del Beigua e i tipici amaretti sono tre valide ragioni per una sosta a **Sassello** (385 m) capoluogo di questa terra verdissima e lontana dal mare nonché primo comune d'Italia ad avere ottenuto la bandiera arancione del TCI, attestato di qualità ambientale.



Altri Itinerari Escursionistici con segnavia della Riviera delle Palme

► Il Savonese e il Varazzino	ore	► Il Savonese e il Varazzino	ore
Acquabianca di Urbe - Bric del Dente	3	Rocchetta di Cairo - Monte Cisa	
Alpicella - Ceresa	1	Bormida Natura 4 Tappa	2,30
Alpicella - Le Meugge	2	Rocchetta di Cairo - Ville	
Alpicella - Monte Beigua	3	Bormida Natura 3 Tappa	2,30
Alpicella - Rio Uomo Morto - Le Meugge	1,30	Rocchetta di Cairo - Rocchetta Cengio	
Alpicella - Riparo Sotto Roccia		Millesimo - Bormida Natura 7 Tappa	9
Loc. Fenestrelle	0,30	Roviasca - Rocche Bianche	
Alpicella (Loc. Ceresa) - Strada Megalitica	1	Rocca dei Corvi	4
Alpicella (Loc. Ceresa) - Monte Greppino	1	Roviasca - Tagliate - Colla S.Giacomo	3,30
Alpicella (Loc. Ceresa) - S. Anna	1	S.Ermite - Campo dei Francesi	2,15
Alpicella (Loc. Ferri) - Cappelletta di Faie	1	S.Ermite - Prato del Capraio - Faia	2,30
Alpicella - Stella S. Giustina	2,30	S.Ermite - Bric Colombino - Spotorno	2,30
Altare - Cascinassa	3,15	S.Fedele - Sella Monte Bignone	2
Altare - Costa del Prato		S.Genesio - Spotorno (Via Aurelia Antica)	2,30
(Itinerario Napoleonico)	1,10	S.Genesio - Val Gelata	1,30
Altare - Pian del Merlo	2,25	SP di Montenotte - Bric Curlino - Rocca	
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 17:		dell'Adelasia - SP di Montenotte	5
Colle di Cadibona - Le Meugge	3	S.Pietro d'Olba - Passo del Faiallo	3,15
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 18:		S.Pietro d'Olba - Veirera	3,30
Le Meugge - Colle del Giovo	3	Sanda - Gameragna - Bric delle Forche	2
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 19:		Santuario Madonna della Pace - Sanda	1
Colle del Giovo - Pra Riondo	3,30	Sassello - Colle Bergnon	1,40
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 20:		Sassello - Colle Bergnon - Monte Beigua	4
Pra Riondo - Passo del Faiallo	2,30	Sassello - Veirera - Monte Beigua	4
Cairo Montenotte - Case Pastone -		Savona (Ciantagalletto) - Cadibona	4
Bormida Natura 6 Tappa	1,30	Savona (Loc. Cà di Bò)	
Cairo Montenotte - Monte Cisa -		Passo Paolino Ovest	1,30
Bormida Natura 5 Tappa	2,30	Savona (Loc. Polo Nord) - Savona	
Cascina Caramellina - Rocca dell'Adelasia		(Strada Madonna del Monte)	1,15
Cascina Caramellina	3	Savona (Loc. Ponte Livè) - Passo Perdoni	2
Celle Ligure - Brasi	2	Savona (Loc. Polo Nord)	
Celle Ligure - Bric delle Forche	3,30	Passo Paolino Est	1,30
Celle Ligure - Bricco Crovi	1,30	Savona (Loc. Ponte Livè) - Loc. Due Strade	1
Celle Ligure - Croce di Castagnabuona -		Savona (Loc. S. Bernardo)	
Bric delle Forche	3,30	Pietra Selvatica - Passo Perdoni	1,30
Celle Ligure - Peà	1	Savona (P.le Conca Verde) - Loc. Ciasse	1
Ellera - Bric Beia - Monte Greppino	4,15	Savona (V. Alla Rocca - P.zza Doria)	
Faie - Monte Beigua	3	(Sentiero Cristoforo Colombo)	1,35
Faie - Pra Riondo	2,30	Savona Loc. Acquabuona - Loc. Palaiella	1,25
Martina d'Olba - Passo del Faiallo	3,30	Savona Loc. Cascine S.Bartolomeo	
Montagna - Rocche Bianche	3,30	Loc. Trincata	0,55
Montagna - Rio Tregenda		Savona Loc. Crocetta - S.Bartolomeo	
Strada delle Tagliate	3	Naso di Gatto - le Meugge	3,15
Piampaludo - Monte Beigua	2	Savona Loc. Montegrosso	
Piampaludo - Monte Rama	2	Loc. Pian del Melo	3,15
Piana Crixia - Rocca dell'Adelasia		Savona Loc. Pian di Marazan	
Bormida Natura 1 Tappa	10	strada Com. Ronco - Naso di Gatto	1,50
Piana Crixia (SS N.29) - Roncaste		Savona Loc. Ponte della Capra	
SS N. 29 (Loc. Cascinaccio)	1,15	Passo Perdoni	1
Piana Crixia (SS.N.29) - Case Tappe		Savona Loc. S. Bernardo	
S. Massimo	2,30	Bric del Crovaro	1,20
Pontinvrea - Bric delle Palmerie		Savona Loc. Santuario - Loc. Palaiella	1,50
Prati Proia	2,40	Savona Loc. Maschio - Loc. Ciatti	1
Pontinvrea - Pra Ghingherina - Bric Sciappa	2	Savona (V. Scotti) - Madonna degli Angeli	
Porto Vado - Monte Mao - Spotorno	3,10	Monte Curlo	2
Porto Vado - Monte S. Elena	1,30	Savona - Loc. Burrè - miniera di Cadibona	3,30
Quiliano (Loc. Molini) - Montagna		Segno Alta - Rocca dei Corvi	1,30
Rocca dei Corvi	3,30	Stella S. Martino - Bricco Delle Forche	1,40

► Il Savonese e il Varazzino	ore
Stella S. Giustina - Croce Beigua	4,30
SP di Montenotte (Bivio per Ferrania)	
Loc. Case della Miniera	3,45
Strade del Colle di Cadibona	
(Bric Gazzana) Miniera di Cadibona	2,40
Valle di Vado - Colle del Trevo	1,20
Valle di Vado - Contrada	
(Giro di Mezza Costa)	3
Valleggia - Rocca dei Corvi	
Rocche Bianche	3,45
Vara Inferiore - Monte Argentea	3
Vara Inferiore - Monte Rama	3
Varazze - Cantalupo - Bric delle Forche	3,30
Varazze - Eremo del Deserto	2,30
Varazze - Faie	1,45

► Il Finalese	ore
Acquafredda - Bric Feia - Acquafredda	2
Acquafredda - Madonna del Deserto	
valle Tre Re - Acquafredda	3
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 15	
Colle del Melogno - Colla di S.Giacomo	4
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 16	
Colla di S.Giacomo - Colle di Cadibona	3,30
Barberis di Osliglia - Biestro	6
Barberis di Osliglia - Cime Ronco	
di Maglio	1,45
Barberis di Osliglia - Colle Barossa	
Ponte Manfrin	5
Barberis di Osliglia - Pian d'Orsi	
Ronchi	3,30
Bardinetto - Bric dell'Agnellino	2,30
Bardinetto - Colle Sud Bric Tencione	
Bric Schenasso	2,30
Bardinetto - Conca dei Carbonari	4,30
Bardinetto - Conca di Catalano	2,30
Bardinetto - Gioio di Giustenice	
Monte Carmo	3,30
Bardinetto - M. Sebanco	
Gioio di Toirano	2
Bardinetto - Rio Gambero	3
Bardinetto (Fraz. Brigneta) - Loc. Braia	3
Bardinetto (Fraz. Brigneta)	
Bardinetto (Fraz. Mereta)	2
Bardinetto (Fraz. Muschieto) - Loc. Piano	3
Bardinetto (Loc. Principi)	
Gioio di Toirano	1
Bardinetto (Fraz. Muschieto)	
Colle Scraiaon	2,30
Bardinetto (Loc. Principi) - Rio Secco	
Bardinetto	3
Bergeggi - Rocca dei Corvi Sud	3,45
Borgo di Osliglia - Bric Femminamorta	2
Borgo di Osliglia - Busca - Colletta	1,30
Borgo di Osliglia - Monte Settepani	
Rocca dei Francesi	2,30
Borgo di Osliglia - Rocca dei Francesi	2,30

► Il Finalese	ore
Bormida - Cime Ronco di Maglio	2
Calizzano - Bric Mortè	3,45
Calizzano - Bric Bedò	3
Calizzano - Costa della Cianeia	3
Calizzano - Monte Spinarda	2,30
Calvisio - Camporotondo	1,30
Calvisio - Casa del Vacchè	1,30
Calvisio - Casa del Vacchè	
Ciappo dei Ceci	2
Calvisio - Val Ponci - Colla di Magnone	2,15
Colle dei Giovetti - Bric Schenasso	6
Cole cravaion - Rocca Barbena	0,50
Cosseria - Castello di Cosseria	1
Cosseria - Cime Ronco di Maglio	7
Cosseria Colle dei Giovetti	8
Feglino - Colla S. Giacomo	3
Feglino - Pian Marino - Bric del Frate	
(Rocca Carpanea)	1,45
Ferriera Nuova di Murialdo - M. Camulera	2
Finalborgo - Chiesa di Verezzi	
Torre di Bastia (Gorra)	1,30
Finalborgo - Madonna Addolorata	
Chiesa di Verezzi	1
Finalborgo - Perti - Pian Marino	
Strada Piano dei Corsi	4,30
Finalmarina - Altopiano di S.Bernardino	3,30
Finalmarina - Casa del Vacchè	2,15
Finalpia - Arma delle Manie	2,15
Finalpia - Verzi - Rocca di Corno	
Colla di Magnone	3
Isola Grande - Monte Camulera	2,15
Mallare - Madonna Della Neve	3,30
Millesimo - Bric Tana - Millesimo	1,15
Millesimo - Castello di Cosseria	0,40
Millesimo - Pallare - Altare - Ferrania	
Monte Cisa - Bormida Natura 8 Tappa	9
Millesimo - Murialdo - M. Camulera	
Ferriera Nuova - Bormida Natura 9 Tappa	10
Monte di Osliglia - Bric Castel Merlino	1
Montesordo - Rocca di Perti	1
Murialdo - Selletta di Calcinere	2,30
Noli - Capo Noli Vetta - Colla Magnone	
Colla di S. Giacomo	5
Osliglia - Pra Soprana	1,45
Pallare - Cime Ronco di Maglio	4
Ponte di Murialdo - Bric Mortè	3,30
Ponte Manfrin - Murialdo	3,30
Portio - Cà du Puncin	1
Ripa - Borgo di Osliglia	2,30
Rocca di Osliglia - Cime Ronco di Maglio	4
Rossi di Osliglia - Monte Camulera	5
San Rocco di Osliglia - Bric Morte	2
Spotorno - (Loc. Rocca) - Cascina Moggie	1,30
Spotorno - Cascina Metti	1,15
Spotorno - Gola S. Elena - Torre del Mare	1,15
Spotorno - Loc. Morton - Spotorno	2,30
Spotorno - Monte Mao - Passo Stretto	2

► Il Finalese

	ore
Spotorno - Noli	1
Spotorno (Loc. Beixi) - Gola del Trevo	1,20
Spotorno (Loc. Beixi) - Monte Mao	1,30
Spotorno (Reg. Torbora) - Castello di Noli	1
Varigotti - Alto Amoresi	1,30
Varigotti - Arma delle Manie	1,45
Varigotti - Capo Noli Vetta	1
Varigotti - Le Manie	1,30
Varigotti Circuito	2,15
Varigotti - Pino - Arma di Manie	
Ponte delle Voze	2,30

► Il Loanese e il Pietrese

	ore
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 12: Colle Scravaion - Giogo di Toirano	2,30
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 13: Giogo di Toirano - Giogo di Giustenice	2,30
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 14: Giogo di Giustenice - Colle del Melogno	2,30
Boissano - Monte Carmo	4,30
Boissano - S. Pietro ai Monti	
Giogo di Toirano	4,15
Borgio - Chiesa di Verezzi - Gorra	1,45
Borgio - Verezzi	1
Pietra Ligure - Montegrosso	
Bardino Vecchio - S. Eligio	2,30
Pietra Ligure - Poggio S. Martino	2,30
Ranzi - Bric Pratello - Monte Carmo	4,30
Sentieri Terre Alte - Rif. Pian delle Bosse	
Colle Melogno	6
Sentieri Terre Alte - Toirano - Balestrino	
Toirano	3,30
Sentieri Terre Alte - Toirano	
Rif. Pian delle Bosse	4,30
Toirano (Loc. Salto del Lupo)	
Giogo di Toirano	2,30
Verzi - Rocca dell'Aia - Monte Carmo	4
Verzi (Località Cascina Corma) - M. Carmo	4

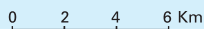
► Alassio & le Baie del Sole

	ore
Alassio - Albenga	2
Alassio (Monte Solva) - Palazzo	1
Alassio (Monte Solva) - Solva	1
Alassio (Mulino del Ponte) - M. Bignone	1,40
Alassio (S. Anna) - Sella di Armao	0,45
Alassio (S. Croce) - Cavia	2,30
Alassio (S. Croce) - M. Bignone	1,30
Alassio (Serre) - Poggio Brea	1,30
Alassio (Solva Alta) - Monte Castellarò	1
Alassio (V. Michelangelo) - Due Vie	0,50
Alassio (V. Solva) - Solva Alta	0,50
Alassio - Bric Alpicella	1,45
Alassio - Punta Vegliasco (M. Pisciavino)	1,45
Alassio - S. Bernardo	1
Alassio - Sella di Caso	1,45
Albenga - Poggio Brea	4,30

► Alassio & le Baie del Sole

	ore
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 9: Passo di Prale - Colle S. Bartolomeo di Ormea	3
Alta Via dei Monti Liguri - tappa 10: Colle S. Bartolomeo di Ormea	
S. Bernardo di Garesio	4,15
Alta Via dei Monti Liguri - Tappa 11: Colle S. Bernardo di Garesio - Colle Scravaion	2,30
Andora (Ponte sul Rio Croso) - Colla Micheri	1
Andora (S. Pietro) - S. Bernardo	1,15
Arnasco (Bezzo) - Forte Rocca Liverna	
Sella Ovest R. Ca Liverna	1,40
Arnasco (Chiesa) - M. Nero - Prati Bacelega	4,30
Casanova L. (Bassanico) - Pian Cianello	
S. Bernardo	2,20
Casanova L. - Testino - Passo S. Giacomo	3,40
Castelbianco (Oresine) - Colla Peragallo	
Monte Lapeu	2,40
Castelbianco (Veravo) - M. Alpe (Cima Est)	2,20
Ceriale - Sella Nord Pizzo Ceresa - Martinetto	6
Cisano sul Neva - Consente	
Forte di R. Ca Liverna	2,15
Colla Micheri - Andora Castello	
S. Giovanni - Passo Chiappa	1,40
Colle Alzabecchi - Rocca Barbena	2,30
Erli - Sella d'Alpe	2,45
Erli (Bassi) - Castelvecchio Rocca Barbena	
Zuccarello (Colle 4 Vie)	1,45
Erli - Mad. di Praetto - Colle Scravaion	3
Garlenda - Paravenna	1,15
Garlenda - Ligo	1
Laigueglia - Ciantin	1,20
Laigueglia - Colla Micheri	0,45
Laigueglia - Poggio Brea	1,15
Laigueglia (Punta Tacuara)	
Colla Micheri - S. Bernardo	1,45
Martinetto - Passo delle Caranche	
Sella Monte Fuetto	6
Menezzo - Colla d'Onzo	1
Laigueglia - Sella Baiale	1
Marina di Andora - Colla Micheli	1
Moglio - Torre Cazzulini - Moglio	2
Nasino - Borgo - Colla d'Onco	2,20
Nasino - Perati - Passo delle Caranche	4,30
Nasino - Perati - Passo di Cerisola	3,10
Nasino - Vignoletto - Passo delle Caranche	4,30
Ortovero - Marta - Pogli	2
Peagna - Sella Ovest - Monte Acuto	2,30
Pogli - Marmoreo	1,20
Ponterotto - Onzo - Colla d'Onzo	3
Salea d'Albenga - Pizzo Ceresa	2,20
Santuario di M. Croce - colle Scravaion	3
Stellanello (Rossi) - Case Bovini - la Colla	2,45
Vendone (Capoluogo) - Monte Nero	3
Vendone (Curenna) - Peso Grande	3
Villanova d'Albenga - Ligo	1,40
Zuccarello - Erli (Bassi)	1,15
Zuccarello - Vecersio - Colle Ovest	
Monte Guardiola	3





Come consultare la guida

- ▶ Questa pubblicazione descrive alcune escursioni del territorio. Ogni tipo di itinerario è differenziato dai seguenti codice colore:



Itinerari a piedi



Itinerari in bicicletta



Itinerari a cavallo

- ▶ Le cartine riportano queste simbologie



Autostrade



Ferrovie



Itinerari a piedi



Confine della Provincia di Savona



Itinerari in bicicletta



Parchi e Aree Protette



Itinerari a cavallo



Fiumi, Torrenti



Inizio e fine Itinerario



Castelli, Torri, Santuari



Strade Principali



Rifugi, Grotte



Altre strade



Aeroporti, Porti e Porti Turistici

Le informazioni contenute in questa pubblicazione non derivano in alcun modo da acquisizioni pubblicitarie. I dati di ogni escursione sono stati verificati direttamente dalla redazione e sono aggiornati a maggio 2006.

Realizzazione editoriale: M&R Comunicazione - Genova

Testi: Gian Antonio Dall'Aglio

Progetto grafico e impaginazione: Alessia Massari

Fotografie: Archivio APT Riviera delle Palme, Archivio M&R, Fabrizio Calzia, Massimo Campora, Renato Cottalasso, Gian Antonio Dall'Aglio.

Illustrazioni: Marco Ferraris

Stampa: Algraphy - Genova



Sede e Direzione Generale
Alassio (17021) - Viale Gibb, 26
tel. 0182 647 11 - fax 0182 644 690
www.inforiviera.it
e-mail: aptpalme@inforiviera.it

Uffici di Informazione e Accoglienza Turistica - I.A.T.

Alassio & Le Baie del Sole

Alassio (17021)

Via Mazzini, 68
tel. 0182 647 027 - fax 0182 647 874
e-mail: alassio@inforiviera.it

Albenga (17031)

Piazza del Popolo
tel. 0182 558 444 - fax 0182 558 740
e-mail: albenga@inforiviera.it

Andora (17051)

Via Aurelia, 122/a - Villa Laura
tel. 0182 681 004 - fax 0182 681 807
e-mail: andora@inforiviera.it

Ceriale (17023)

Via Aurelia, 224/a
tel. 0182 993 007 - fax 0182 993 804
e-mail: ceriale@inforiviera.it

Garlenda (17033) apertura stagionale

Via Roma, 1
tel. e fax 0182 582 114
e-mail: garlenda@inforiviera.it

Laigueglia (17053)

Via Roma, 2
tel. 0182 690 059 - fax 0182 691 798
e-mail: laigueglia@inforiviera.it

Ortovero (17037)

Via Roma, 79
tel. e fax 0182 547 423
e-mail: ortovero@inforiviera.it

Villanova d'Albenga (17038)

apertura stagionale
Via Garibaldi, 5
tel. 0182 582 498 - fax 0182 585 647
e-mail: villanova@inforiviera.it

Il Finalese

Bardineto (17057) apertura stagionale

Piazza della Chiesa, 6
tel. 019 790 72 28 - fax 019 790 72 93
e-mail: bardineto@inforiviera.it

Bergeggi (17042) apertura stagionale

Via Aurelia - tel. e fax 019 859 777
e-mail: bergeggi@inforiviera.it

Calizzano (17057) apertura stagionale

Piazza San Rocco - tel. e fax 019 791 93
e-mail: calizzano@inforiviera.it

Finale Ligure (17024)

- Finalmarina - Via San Pietro, 14
tel. 019 681 019 - fax 019 681 804
e-mail: finaleligure@inforiviera.it

- Finalborgo **apertura stagionale**

Piazza Porta Testa
tel. 019 680 954 - fax 019 681 57 89
e-mail: finalborgo@inforiviera.it

Millesimo (17017) apertura stagionale

Piazza Ferrari, 4/2
tel. 019 560 00 78 - fax 019 560 09 70
e-mail: millesimo@inforiviera.it

Noli (17026)

Corso Italia, 8 - tel. 019 749 90 03 - fax 019 749 93 00
e-mail: noli@inforiviera.it

Spotorno (17028)

Piazza Matteotti, 6
tel. 019 741 50 08 - fax 019 741 58 11
e-mail: spotorno@inforiviera.it

Varigotti (17029) apertura stagionale

Via Aurelia, 79 - tel. 019 698 013 - fax 019 698 88 42
e-mail: varigotti@inforiviera.it

Il Loanese & Il Pietrese

Borghetto Santo Spirito (17052)

Piazza Libertà, 1
tel. e fax 0182 950 784
e-mail: borghetto@inforiviera.it

Borgio Verezzi (17022)

apertura stagionale
Via Matteotti, 158
tel. e fax 019 610 412
e-mail: borgioverezzi@inforiviera.it

Loano (17025)

Corso Europa, 19
tel. 019 676 007
fax 019 676 818
e-mail: loano@inforiviera.it

Pietra Ligure (17027)

Piazza Martiri della Libertà, 30
tel. 019 629 003
fax 019 629 790
e-mail: pietraligure@inforiviera.it

Toirano (17055)

Piazzale Grotte
tel. 0182 989 938
fax 0182 984 63
e-mail: toirano@inforiviera.it

Il Savonese & Il Varazzino

Albissola Marina (17012)

Albisola Superiore (17011)
Passeggiata E. Montale, 21
tel. 019 400 20 08 - fax 019 400 30 84
e-mail: albisola@inforiviera.it

Celle Ligure (17015)

Via Boagno - Palazzo Comunale
tel. 019 990 021 - fax 019 999 97 98
e-mail: celleligure@inforiviera.it

Pontinvrea (17040) apertura stagionale

Piazza Indipendenza, 1
tel. 019 705 001 - fax 019 705 269
e-mail: pontinvrea@inforiviera.it

Sassello (17046) apertura stagionale

Via G.B. Badano, 45
tel. 019 724 020 - fax 019 723 832
e-mail: sassello@inforiviera.it

Savona (17100)

Corso Italia, 157 r
tel. 019 840 23 21 - fax 019 840 36 72
e-mail: savona@inforiviera.it

Varazze (17019)

Corso Matteotti, 56 - Palazzo Beato Jacopo
tel. 019 935 043 - fax 019 935 916
e-mail: varazze@inforiviera.it

