

WALKING

INDICO DI SEGUITO ALCUNI PERCORSI WALKING NELLA ZONE LIMITROFE

Sulle tracce della Via Romana

Sviluppo: Arenzano – Terrarossa – Vesima – Crevari - Voltri
Dislivello: 280 m - Lunghezza: 10 Km
Difficoltà: E Ore di marcia: 3h Periodi consigliati: da ottobre a maggio Accesso: in auto si esce al casello autostradale A10 di Arenzano, e in treno si scende alla stazione di Arenzano della linea Genova - Ventimiglia. È un percorso articolato a mezza costa tra Arenzano e Voltri che ricalca le tracce dell'antica Via Romana. Si parte dal piccolo Santuario di N.S. delle Olivette e si risale tra crose, stradine e mulattiere nelle immediate alture orientali di Arenzano. Raggiunta località Terrarossa prendiamo un sentiero a mezza costa tra i pini, che lentamente ci fa guadagnare quota fino alle alture di Vesima. In seguito percorriamo una serie di strade carrabili che in maniera piuttosto articolata ci faranno scendere a Vesima. Si prosegue poi sulle tracce della Via Romana di collegamento con Voltri, con una ripida salita verso Campenave. Raggiunte le alture di Crevari si scende tra le viuzze del paese in direzione Voltri. Ad Arenzano si parte dalla stazione ferroviaria, e si procede a sinistra di Piazza Golgi, verso Via Minzoni. Giunti quasi in cima alla salita, si prende una stretta viuzza, che affianca il vecchio ospedale, e finisce sul sagrato della chiesa di S. Nazario e Celso. Imboccata in salita Via R. Sanzio, per un breve tratto, prendiamo a destra una via pedonale (Via Capitano Romeo), che transita nel centro storico di Arenzano, tra le mille botteghe e ristoranti del borgo. Questa viuzza prosegue come Via E. Ghigliani e Via delle Olivette. Quest'ultima confluisce su Via V. Veneto (parcheggio), salvo poi continuare più avanti, in direzione est. Continuiamo a seguire questa via che porta verso il santuario omonimo (segnavia M bianca). Affianchiamo il manufatto religioso sulla destra imboccando una croce stretta in salita (Via Antica Romana di Levante). Questa stradina pedonale passa tra gli orti e alcuni palazzi della periferia, fino a sbucare in una zona densamente abitata. La via romana continua in salita sulla sinistra al successivo bivio, lungo una strada rotabile che passa sotto l'autostrada A10. Subito dopo il tunnel imbocchiamo a destra un piccolo sentiero segnalato col segnavia M che affianca l'autostrada stessa per un breve tratto, fino a sbucare in una zona prativa con alcune case isolate. Raggiunto un edificio in costruzione procediamo a destra, e dopo alcuni metri troviamo un bivio, dove seguiamo sulla strada in salita sulla sinistra. Poco più avanti troviamo il segnavia M su entrambi i sentieri che si distaccano all'altezza di un palo della luce. Qui prendiamo il tracciato in piano sulla destra, che punta dritto verso Terrarossa (170 m – 30' di cammino da Arenzano). Dopo un tratto su sentiero, sbuchiamo su Via Terrarossa, dove passiamo tra le case della frazione più orientale di Arenzano. Procediamo in leggera discesa fino a incontrare nuovamente l'autostrada A10, che sovrappasseremo all'altezza di un bivio. Qui prendiamo la strada a sinistra, che porta verso una pista da motocross. Superato l'impianto si prosegue ancora su strada sterrata per un breve tratto, fino al successivo bivio, dove impegneremo una strada dissestata in discesa, delimitata da una sbarra. In questo bivio lasceremo il segnavia M fin qui seguito. Sottopassata l'autostrada, perdiamo rapidamente quota in vista del campeggio di Vesima. Proprio sotto il ponte dell'autostrada troviamo un ulteriore bivio dove procediamo a sinistra lungo Via Vesima. Questa stradina, che valica inizialmente un ruscello, con vari saliscendi affianca il tracciato autostradale per un lungo tratto e lo sottopassa altre due volte, fino ad arrivare alle ex-cartiere diroccate sul torrente Vesima. Qui raggiungiamo la strada rotabile che collega Vesima (20 m – 1h 45' di cammino da Arenzano) con la S.S. Aurelia. Prima di entrare nell'abitato prendiamo una stradina asfaltata in salita. Giunti nuovamente sotto un viadotto dell'A10, si prende un sentiero sulla sinistra, che raggiunge l'altra corsia dell'A10, evita un primo tunnel, l'affianca per un breve tratto sul versante sud, utilizza un secondo tunnel, e l'affianca sul versante nord. Dopo essere sbucati nel pergolato di una villa, si esce da questa proprietà, e si procede a sinistra, lungo una sterrata che converge verso Via L. Gainotti. Con vari saliscendi si continua sovrastando nuovamente l'A10, in vista dell'abitato di Crevari, mentre più avanti incontriamo Via Vecchia di Crevari, che anticipa un largo curvone. Giunti a un primo gruppo di case, prendiamo una discesa che porta verso Via Romana di Voltri. Ritroviamo così il vecchio tracciato, che dopo un tratto su asfalto, prosegue su sentiero, prima sopra le due corsie dell'autostrada, e poi con una scalinata e un sottopasso, passa tra le due corsie dell'A10. Giungiamo finalmente a Crevari (100 m – 2h 15' da Arenzano), all'altezza della chiesa del paese, dove nel periodo natalizio viene allestito uno dei presepi più belli e interessanti della regione. Utilizziamo per un tratto la rotabile in discesa verso Voltri, che assume nuovamente il nome di Via Romana. Un paio di scalinate tagliano all'inizio e al termine della strada un paio di curve (segnavia FIE X rossa). Siamo arrivati così al termine del nostro itinerario, ma se vogliamo raggiungere la stazione ferroviaria di Voltri, possiamo utilizzare uno dei bus

AMT in partenza dal capolinea sottostante, oppure possiamo procedere a piedi, utilizzando le vie interne che costituivano la vecchia viabilità cittadina. Superato il torrente Cerusa, prendiamo la seconda traversa lato monte, che porta alla chiesetta di S. Limbania. Poco prima dell'edificio religioso prendiamo a destra Via Cerusa, dove passiamo sotto l'antica porta d'ingresso al centro storico di Voltri. Passati nella caratteristica via pedonale, tra botteghe e ristoranti tipici, proseguiamo su Via Guala e Via Cialdini, fino a raggiungere l'altro torrente principale di Voltri, il Leira. Rientriamo nuovamente verso l'interno, passando per altre due caratteristiche vie della delegazione genovese, Via S. Ambrogio e Via Chiaramone. Quest'ultima termina sul curvone che sovrasta la stazione ferroviaria di Voltri. Un consiglio: per rientrare ad Arenzano possiamo prendere un bus extraurbano da Voltri, oppure utilizzare il treno dalla stazione ferroviaria di Voltri. Riferimento cartografico: carta EDM/FIE N°1 "Arenzano, Cogoletto,

Periodo consigliato: tutto l'anno

Dislivello: 10 m

Lunghezza / durata del percorso: 16,4 km / 4 h

Grado di diffi coltà: • facile •• medio ••• impegnativo

Percorso impegnativo per motivi di lunghezza. Si può ridurre la percorrenza, limitandola a Cogoletto o Arenzano, usufruendo dei servizi pubblici per il rientro. Il percorso è tutto su asfalto o cemento, permette il corretto e continuativo svolgimento del gesto tecnico.

Caratteristiche: sentiero che si snoda lungo la costa con tratti molto interessanti da un punto di vista panoramico, naturalistico e geomorfologico.

Accesso e punto di partenza:

in auto: giunti a Varazze dal casello autostradale omonimo, sito in località Piani d'Invrea, si supera via Carlo Nocelli e si svolta a destra, imboccando Lungomare Europa;

in treno: occorre scendere alla stazione di Varazze e proseguire a piedi sul lungomare in direzione levante, fino al limite dell'abitato, da dove si accede al percorso.

Coordinate GPS: +44° 21' 39.66" N / +8° 35' 19.81" E

L'itinerario si sviluppa lungo la spettacolare costiera che da Varazze raggiunge il quartiere genovese di Voltri, dopo aver attraversato i comuni di Cogoletto ed Arenzano; il percorso, di circa 16 km, è sostanzialmente pianeggiante in quanto ricalca, per buona parte, il tracciato della vecchia sede ferroviaria dismessa alla fine degli anni '60. Dall'estremo levante del centro abitato di Varazze si imbecca il panoramico LUNGOMARE EUROPA, il cui inizio coincide con quello del nostro itinerario. Dopo le prime centinaia di metri, oltrepassata la sagoma bianca della "Villa Araba", parte un bel tratto affacciato sul mare, caratterizzato dalla presenza di rocce metamorfe che di color verde chiaro, note con il nome di "metagabbri", che danno la stessa colorazione ai vari manufatti presenti: muretti di contenimento, massicciate e gallerie, costruiti con il medesimo materiale trovato in loco. Proseguendo in direzione di Cogoletto si superano alcune gallerie, fino a raggiungere il lungo tunnel rettilineo, di circa 290 metri, che passa sotto il Castello d'Invrea. All'uscita si incontrano i resti di un campeggio che sorgeva sulle rive del torrente Portigliolo, spazzato via alcuni anni fa da un evento alluvionale. Si continua incontrando scogliere rocciose che ora cambiano aspetto, assumendo una colorazione molto più scura rispetto a prima, dovuta alla presenza di quantità notevoli di minerali ferrosi, le "serpentiniti". Superate le ultime gallerie (sono nove in tutto partendo da Varazze), dopo aver oltrepassato il torrente Arrestra raggiungiamo le prime case di Cogoletto. Qui si abbandona il tracciato della vecchia ferrovia e si prosegue lungo il marciapiede dell'Aurelia fino ad incontrare la passeggiata a mare che ci consente di attraversare, senza interruzioni, l'intero centro abitato. Oltrepassata la Chiesa Parrocchiale di Cogoletto, il nostro percorso torna a sovrapporsi a quello della linea ferroviaria dismessa, giungendo al ponte sul torrente Lerone, punto di confine con il Comune di Arenzano.

Oltrepassato il corso d'acqua, si scende lungo la rampa di accesso al centro sportivo "Nazario Gambino", costeggiando sul lato di monte i campi di calcio che ne fanno parte; si prosegue poi sul Lungomare De Andrè, che alterna brevi e suggestivi tratti all'aperto a picco sul mare, ad altri più lunghi in galleria, fino a giungere nei pressi del porticciolo turistico dove ha inizio la scenografica passeggiata di Arenzano. All'altro capo della passeggiata, una ripida scaletta ci consente di riguadagnare la quota della sede stradale dell'Aurelia, in corrispondenza della galleria del Pizzo; da qui, proseguendo sempre lungo il marciapiede lato mare con percorrenza ondulata, raggiungiamo in breve tempo gli stabilimenti balneari di Vesima, la prima località genovese sul litorale di ponente della città. Proseguendo, dopo un

tratto in galleria ed uno, più lungo, in rettilineo, raggiungiamo la splendida villa in località Punta Nave, in corrispondenza della quale il nostro percorso abbandona per un breve tratto l'Aurelia, per riguadagnarla, ancora su marciapiede, dopo alcune centinaia di metri. Un rapido succedersi di curve ci conduce al caratteristico borgo del Mulino di Crevari e, poco dopo, all'abitato di Voltri. Oltrepastato il torrente Cerusa, dal piazzale dove è ubicato il capolinea del bus AMT n.1, si scende sulla passeggiata a mare dal fondo in legno, di recente realizzazione che ci accompagna fino al termine del nostro itinerario, posto in corrispondenza della storica piscina Mameli e del Palazzo Municipale di Voltri.

Itinerario 2 - Tra rapaci e uccelli migratori

Periodo consigliato: tutto l'anno (evitare le giornate calde)

Dislivello: 200 m circa

Lunghezza / durata del percorso: 3,5 km / 1 h 30'

Grado di diffi coltà: • facile •• medio ••• impegnativo

Itinerario ad anello, per la maggior parte su strada forestale che si percorre in leggera salita, dove si può esprimere una buona tecnica di spinta. Al ritorno, un breve tratto su mulattiera è da affrontare con la tecnica di discesa, il rimanente in tecnica classica.

Caratteristiche:

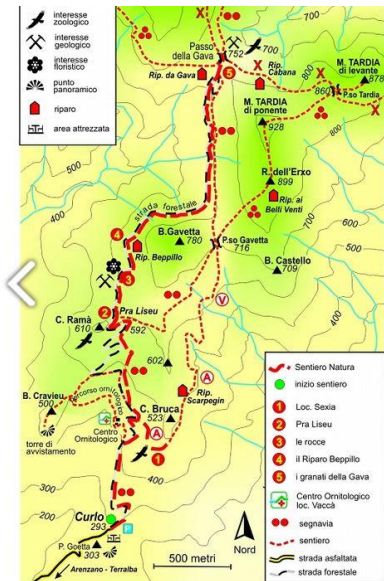
sentiero assai panoramico, molto interessante da un punto di vista ornitologico e botanico

Accesso e punto di partenza:

dalla sede del MUVITA Science Center e dell'Ente Parco del Beigua ad Arenzano, in località Terralba, si seguono le indicazioni per il Centro Ornitologico e di Educazione Ambientale del Parco del Beigua. Giunti in località Curlo, dopo circa 1,5 km, si parcheggia l'automobile vicino all'area attrezzata, da dove ha inizio l'anello.

Coordinate GPS: +44° 24' 47" N / +8° 40' 10" E

L'itinerario, sito nell'immediato entroterra di Arenzano, parte dall'area attrezzata del Curlo (a 293 m di quota), seguendo uno sterrato (Sentiero Natura) il cui ingresso è delimitato da una sbarra in legno. Questa zona, che offre agli sguardi un magnifico scorcio del golfo di Arenzano, rappresenta il primo punto di osservazione dei flussi migratori dei rapaci che ogni anno, in primavera, provenendo da sud-ovest transitano lungo la valle della Gava. Tra le specie più diffuse vi sono i rapaci diurni, come il biancone, il falco pecchiaiolo il falco di palude ed il nibbio bruno. Il percorso risale il versante che si affaccia sul mare e porta alla Foresta Demaniale del Lerone. Arrivati ad una sbarra in metallo che ne delimita i confini, troviamo un bivio sulla sinistra che porta al Centro Ornitologico e di Educazione Ambientale situato in località Vaccà, dal quale transiteremo al ritorno. Si continua invece per lo sterrato principale e, poco dopo, si incrocia una deviazione verso destra per il ricovero Scarpeggin, posto sotto la Cima Rianin, che tralasciamo; l'itinerario segue ancora per un tratto il Sentiero Natura che, salendo progressivamente, dal Curlo porta al Passo della Gava. Abbandoniamo il sentiero fin qui percorso, imboccando la deviazione verso sinistra che, mantenendosi in quota, ci permette di raggiungere in breve il Bric Cravieu (499 m). Sulla cima del Bric è situata un'altana di avvistamento in legno, predisposta dall'Ente Parco Beigua per favorire l'osservazione dei fenomeni migratori dei rapaci. Si ritorna sui propri passi, attraversando una zona prativa, e poi si devia a destra, lungo una marcata discesa che si sviluppa a mezza costa. Superato il Rio Lissolo, il tracciato torna ad essere pianeggiante, raggiungendo in breve tempo il Centro Ornitologico. Da qui si continua, fino ad incrociare nuovamente la strada sterrata il Passo della Gava; svoltando sulla destra in discesa, ripercorriamo a ritroso il tratto iniziale dell'anello, giungendo rapidamente all'area attrezzata del Curlo.



Curlo - Passo della Gava

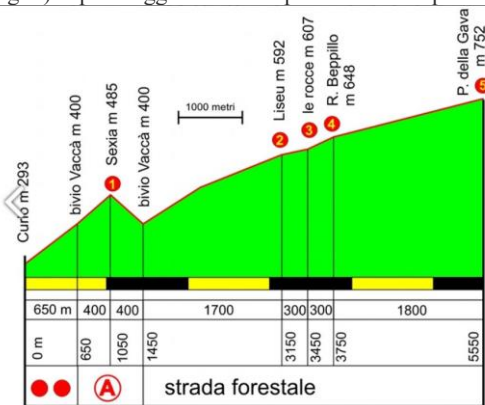


- Tempo di percorrenza: 2 ore
- Difficoltà: E - Escursionistico
- Lunghezza: 6 km
- Dislivello: 450 m

Difficoltà: Escursionisti medi (E)

Caratteristiche: sentiero panoramico, dedicato agli aspetti ornitologici, geomorfologici e botanici

Accesso e punto di partenza: Da **Arenzano** – loc. Terralba nei pressi del **Muvita** (Sede del Paco del Beigua) - con la strada comunale che conduce alla località Agüeta. In circa 1,3 km si raggiunge la loc. Curlo dove termina la strada percorribile in auto (sbarra in legno) si parcheggia l'auto nei pressi dell'area pic-nic, e si inizia il sentiero a piedi. (44°24'47"N - 8°40'10"E)



L'itinerario consente di ammirare alcune dei più importanti luoghi per le migrazioni dei rapaci e di scoprire le caratteristiche geologiche e geomorfologiche delle valli del Beigua Geopark. Dai punti più alti dell'itinerario si possono osservare bellissimi scorci sulla valle della Gava, sui condizionamenti tettonici e sulla particolare forma a "collo di bottiglia" che ne fa un sito unico per la migrazione dei rapaci come il biancone ed il falco pecchiaiolo.

L'area attrezzata del Curlo, da cui si gode di un ampio panorama sul golfo di Arenzano, costituisce il primo punto per osservare le migrazioni primaverili dei rapaci che arrivando da sud-ovest risalgono la valle della Gava. Particolarmente numerosi e facilmente avvistabili di giorno sono i rapaci diurni, come il falco pecchiaiolo, il falco di palude, il nibbio bruno, il biancone.

Il sentiero conduce alla Foresta Demaniale del Lerone seguendo il segnavia XX rosse, che in alcuni punti segue la Strada Forestale per il Passo della Gava. Giunti alla sbarra in metallo che indica l'entrata nella Foresta una deviazione di 100 metri sulla sinistra ci porta al Centro ornitologico Vaccà. Tornati sulla strada sterrata un secondo bivio sulla destra ci porta al

1_ stop (480 mt /35min)

una deviazione sul sentiero che porta verso il rip Scarpezzin, (segnavia A) per raggiunge in circa 10 minuti un crinale esposto che costituisce un secondo punto di avvistamento dei rapaci. A maggio tra le rocce di questi versanti fiorisce la Dafne Odorosa, il fiorellino rosa rappresentato nel simbolo del parco, che con il suo profumo intenso caratterizza le giornate di primavera. Tornati sul sentiero principale si seguono sempre le XX rosse sino al panoramico pianoro di

2_ Pra Liseu - stop (600 mt /1h15min)

e la vicina Cima Rama: un magnifico panorama sulle morfologie della val della Gava. Una profonda incisione sul versante opposto "Cu du Mundu" ci fa scoprire la forza erosiva dei torrenti del versante tirrenico. In queste zone è possibile udire il canto di due specie nidificanti tipiche delle zone aperte: l'allodola ed il prispalone; sempre legati ad ambienti aperti rocciosi sono lo zigolo muciatto e il codirossone.

Procedendo lungo la strada forestale si giunge al

3_ stop (630 mt /1h25min)

dove possiamo osservare le serpentiniti, rocce metamorfiche in cui, è possibile riconoscere i due minerali che le costituiscono il serpentino, verde chiaro ceroso (costituente principale della roccia) e la magnetite, nera, sotto forma di piccoli aggregati.

Proseguendo ancora la strada si incontra il

Riparo Beppilu - stop 4 (650 mt /1h35min)

Una traccia del passato sfruttamento di questi luogo. Come altri ripari della valle anche questa costruzione offriva uno spartano riparo a coloro che frequentavano questa via di comunicazione ed ai falciatori d'erba che lavoravano nelle zone prative di questo aspro territorio

Girato il Bric Gavetta ci si apre una visuale sul punto di arrivo del Sentiero Natura

Passo della Gava - stop 5 (752 mt /2h) (44°26'26"N - 8°40'42"E)

Questo punto di avvistamento dall'avifauna migratoria viene posto in corrispondenza del vero e proprio crocevia di itinerari che conducono verso Voltri, al Passo del Faiallo e sul versante padano in valle Stura. Lungo le dorsali arrotondate rilievi circostanti nidificano specie di pregio naturalistico come il calandro, lo strillozzo, il culbianco, e l'ortolano.

Periodo consigliato: tutto l'anno, ad esclusione dei giorni più caldi dell'estate

Lago della Tina da Arenzano

Un rilassante percorso ad anello che consente di visitare un altro angolo suggestivo del Parco del Beigua, l'alta Val Leone, tra scorci panoramici, cascatelle, pinete e la caratteristica zona del Lago della Tina.

NOTE TECNICHE

Partenza e arrivo: Arenzano Loc. Agueta

Dislivello: 250 m circa

Tempo di percorrenza: 2h,30/3h

Difficoltà: E

Segnavia: "T"- "C2 su traccia bianco-rossa"

Cartografia: Studio Naturalistico E.d.M SV-1

Accesso stradale

All'uscita autostradale di Arenzano si prende a destra in direzione del valico della Colletta. Poco prima si volta a destra per Loc. Terralba, quindi si percorre via Pecorara sino alla Loc. "Agueta", dove si posteggia in un ampio slargo nei pressi di un agriturismo

Itinerario
Dalla località Agueta (240 m) si prosegue su asfalto per pochi metri. Nei pressi di un pannello indicativo e di alcune segnalazioni si imbecca a sinistra una strada sterrata. Questa, dopo un primo tratto quasi pianeggiante, prende poi ad innalzarsi con modesta pendenza, sino a raggiungere dopo circa 2 km., il Passo Gua (348m).

(Dal passo è possibile raggiungere direttamente il lago della Tina, percorrendo il sentiero di sinistra con segnavia "T".

Per questa proposta di itinerario, sarà utilizzato per il ritorno ad anello).

Si prosegue quindi sulla sterrata di destra (indicazioni per Località Ruggi) seguendo l'itinerario contraddistinto dal segnavia "C2 su base bianco-rossa".

Dopo breve salitella, nei pressi di una curva a gomito, si lascia la strada principale per inoltrarsi a sinistra su sentiero ad andamento quasi pianeggiante.

Si ignora poco dopo una ulteriore deviazione in salita sulla destra, per proseguire sul tragitto principale che attraversa una zona panoramica, con splendide vedute verso la catena montuosa dell'Argentea e la sottostante Val Lerone, solcata dall'omonimo torrente. Passa quindi a fianco del riparo "Cianella" (raggiungibile con breve deviazione).

Il sentiero prosegue pianeggiante fino alla località "Ruggi", zona dell'acquedotto che rifornisce Arenzano, dove due aerei ponticelli consentono di superare la stretta valle del rio Leone (446m).

Si percorre ora l'opposto versante del vallone, attraversando inizialmente una pineta e una zona di arbusti, dove affiora un grosso masso ("baro da sinsea" (470 m), utilizzato un tempo dai contadini come riparo.

Si supera poi la deviazione per "Rocca Sciappà"- sentiero della Squadra Antincendio, per arrivare presso un bivio dove si va a sinistra, e dopo una discesa ed alcuni tornanti si raggiunge in breve il Passo "du Figu", dove il Rio Leone forma alcuni caratteristici laghetti, collegati da cascatelle (339 m).

Risalendo per poche decine di metri il corso del torrente e superando con attenzione alcuni grossi massi, si raggiunge il più bello di questi, il Lago della Tina, grossa "marmitta dei giganti, piuttosto profonda, alimentata da una copiosa cascata.

Ritorno ad anello

Dal "Passo du Figu", (con segnavia "T") si prosegue su sentiero inizialmente in leggera salita sull'opposto versante del vallone. Successivamente diventa più pianeggiante, attraversa il rio Colletti e il rio Ramà, percorre poi una bella zona boschiva sino ad una deviazione sulla destra (palina indicatrice: area del castagno).

Seguendo tali indicazioni si raggiunge in pochi minuti una area con tavolini e fresca fontanella, dove spicca un enorme castagno pluricentenario.

Ritornati al bivio si ignora la deviazione su di una salita a sinistra e si prosegue dritti sul sentiero, inizialmente delimitato da una ringhiera in legno, che dopo aver percorso una zona particolarmente panoramica riporta al Passo della Gua.

Da qui per il percorso dell'andata si fa ritorno al punto di partenza.