

# 7 Guide per 7 Centri



Le sette guide che costituiscono questa collana illustrano l'Alta Via dei Monti Liguri in modo pratico ed efficace. L'itinerario non viene descritto passo per passo, tappa per tappa, monte per valle, bensì attraverso itinerari ad anello, o a "ferro di cavallo", che comprendono sempre sentieri di raccordo raggiungibili con i mezzi di trasporto pubblico di linea o integrativo. Si è trattato di un'operazione laboriosa e impegnativa, ma indispensabile per rendere l'Alta Via più "amichevole" e accessibile, per poter attrarre in particolar modo quanti hanno sempre considerato questo percorso assai affascinante ma altrettanto complicato da raggiungere o da percorrere, ovvero chi non ha mai preso in considerazione l'opportunità di trascorrere un week end, o una gita giornaliera, sui monti liguri.

L'occasione per scoprire l'"altra Liguria", con le sue grandi ricchezze paesaggistiche, naturalistiche, culturali ed enogastronomiche, è oggi ancora più allettante grazie ai servizi integrativi di trasporto messi a disposizione dalla "Rete dei Parchi e Alta Via": sette Centri Servizi, distribuiti da ovest a est lungo tutta la regione, realizzati grazie ad altrettanti progetti pilota, resi possibili da fondi ministeriali e regionali.

I Centri forniscono servizi di mobilità, da e per l'Alta Via e le Aree protette - direttamente o in convenzione con le aziende di trasporto pubblico locale - e servizi di accompagnamento con Guide Ambientali ed Escursionistiche (GAE).

## I sette Centri con i relativi soggetti gestori sono:

1. Colle di Nava (IM) - Provincia di Imperia - *in edicola dal 14 Maggio*
2. Savona - Provincia di Savona - *in edicola dal 21 Maggio*
3. Sassello (SV) - Ente Parco Beigua - *in edicola dal 28 Maggio*
4. Mignanego (GE) - Comune di Mignanego - *in edicola dal 4 Giugno*
5. Torriglia (GE) - Ente Parco Antola - *in edicola dal 11 Giugno*
6. **Passo del Bocco (GE) - Ente Parco Aveto - in edicola dal 18 Giugno**
7. Calice al Cornoviglio (SP) - Ente Parco Montemarcello-Magra - *in edicola dal 25 Giugno*



Regione  
Liguria



Parco Naturale  
Regionale  
dell'Aveto



Associazione  
Alta Via  
Dei Monti Liguri



## Alta Via dei Monti Liguri - Aveto

Testi: Gian Antonio Dall'Aglio, Sara Montoli, Fabrizio Oneto, Fabrizio Càzia

Fotografie: Archivio GAL Appennino Genovese, Archivio Servizio Parchi e aree protette della Regione Liguria, Fabrizio Càzia, Massimo Campora, Renato Cottalasso, Gian Antonio Dall'Aglio, Carmelo Marino, Sara Montoli, Fabrizio Oneto, Maurizio Robello, Giuseppe Vigo

Progetto grafico Mario Benvenuto

Basi cartografiche Servizio Parchi e aree protette della Regione Liguria, Piero Ferrari

Stampa Erredi Grafiche Editoriali - Genova

Edizione Galata s.r.l. - Via G. D'Annunzio 2/52, 16121 Genova - Tel./Fax. 010 8696816

www.galataedizioni.it - galata@galataedizioni.it



9 771594 439514

90618



In vendita esclusivamente con  
**IL SECOLO XIX**

a € 3,90 più il prezzo del quotidiano

Direttore responsabile:

Lanfranco Vaccari

Registrazione Tribunale di Genova

n.7424 del 17/06/1924

# 6 | L'Alta Via dei Monti Liguri

Aveto

ITINERARI, TRASPORTI, OSPITALITÀ



## Alta Via dei Monti Liguri: un cammino tra terra, cielo e mare

Con un po' di retorica si potrebbe anche dire "camminare sul confine tra terra, cielo e mare" perché le sensazioni, fisiche quanto emotive, che si possono avvertire lungo l'affascinante Alta Via sono davvero forti; sia nelle limpide giornate di sole e tramontana, quando l'arco alpino occidentale e tutto il mar Ligure si offrono allo sguardo; sia sotto la nebbia che sale dal mare sotto il soffio dello scirocco, mentre si cammina realmente con la testa fra le nuvole.

Una definizione inesatta - ma di successo - dice che l'Alta Via è "l'autostrada dei monti liguri"; di fatto essa percorre trasversalmente la regione quasi, per dirla con Dante, "da Lerici a La Turbie": un sentiero lungo oltre 400 chilometri, che in 43 tappe riprende l'intero spartiacque ligure/padano da Ventimiglia alla piana della Magra, salendo dal livello del mare ai 2200 metri del monte Saccarello, nelle Alpi Liguri. Un percorso di confine fra due ambienti naturali tanto vicini quanto diversi, entrambi necessari per comporre quella piccola meraviglia che è la Liguria. A sud, versanti che digradano verso la costa solcati da brevi torrenti, ricoperti di macchia mediterranea, oliveti, serre e vigneti, qua e là borghi arroccati punteggiano il paesaggio lasciando definitivamente il posto, in prossimità del margine costiero, a chiassosi centri abitati, strade e altre infrastrutture, posti davanti al mare in cui l'inverno sembra solo un modo di dire.

A nord, verso la pianura padana, i pendii disegnano linee più dolci, scendendo fino al Po (o suoi affluenti) lungo massicci montuosi ammantati di foreste e boschi misti nei cui cieli volano falchi e aquile e dove i lupi sono tornati a cacciare camosci e caprioli; valli meno abitate e più selvagge, dove l'inverno è vero come lo si dipinge.

Dal crinale, linea invisibile che separa e insieme unisce questi due mondi, si aprono panorami unici e affascinanti: a sud, oltre le Riviere, il mare, chiuso all'orizzonte da quel miraggio che è la Corsica con le sue ancelle: le isole toscane, l'Elba, Capraia, la Gorgona. A nord la pianura padana è raramente così limpida da poter essere visibile, ma oltre la sua caligine appare maestoso il muro bianco delle Alpi che, dalle vette seghettate del Cuneese, innalza il triangolo roccioso del Monviso; quindi l'enorme candore del monte Rosa, fino a svanire nell'orizzonte, coi lontani ghiacciai dell'Adamello lombardo e la dorsale grigia del monte Baldo. Un mondo di mare e di montagne, incorniciato dal profilo azzurrato della Costa Azzurra e dalle vette, bianche di marmo e nere di foreste, delle Alpi Apuane.

L'Alta Via dei Monti Liguri. Un cammino lungo ma non particolarmente difficile, ben tracciato e segnalato. Buona parte del suo percorso può essere affrontato da un'escursionista medio, anche se percorrerla per intero è già un'altra storia, sebbene la mountain bike o il cavallo permettano, lungo molti tratti, di ridurre i tempi. In fondo però non importa: ché percorrere anche solo qualche tratto dell'Alta Via significa immergersi in una Liguria profondamente diversa. Un'Altra Via, dunque. Ma assolutamente vera, da sempre. Basti pensare che fin dalla preistoria quel popolo un po' misterioso, fiero e selvaggio che i greci chiamarono *Lygues* e i romani *Ligures* abitava i castelli nascosti nelle foreste e sulle vette dei monti, mentre il mare era roba per greci o fenici. L'Alta Via incrocia molte strade: a essa si allaccia una fitta rete di sentieri grosso modo perpendicolari in direzione mare-monti/nord-sud, per lo più ben segnalati, che spesso ricalcano antiche vie di comunicazione che univano valle con valle e la costa con la pianura padana; sono, anzi erano, le "vie del sale" o "vie marenche" che dalla preistoria all'arrivo di Napoleone hanno svolto la funzione di strade di collegamento e di commercio: "vie del sale" per chi portava non solo il sale ma anche l'olio e le merci d'oltremare dai porti della costa ai mercati della pianura Padana - o delle fiere di Fian-dra - ; "vie marenche" per chi le percorreva in senso opposto dalla pianura al mare, con grano, carne e quant'altro abbondasse nelle terre "celtiche" del nord e scarseggiassero sulle mediterranee coste dei Liguri.

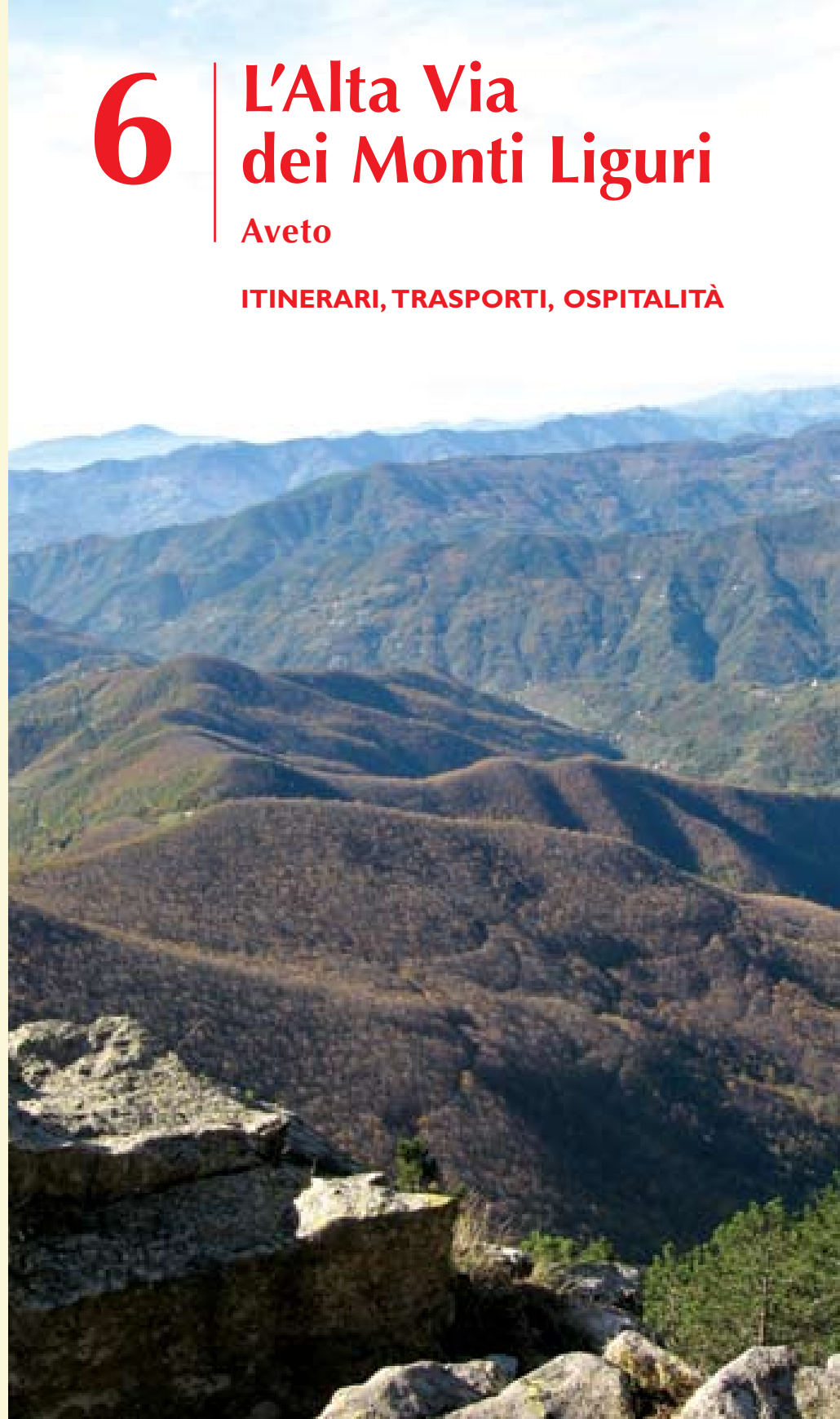
In copertina: la vetta del monte Aiona. A fianco: il monte Zatta

# 6

## L'Alta Via dei Monti Liguri

Aveto

ITINERARI, TRASPORTI, OSPITALITÀ



## L'Alta Via nel Parco Naturale Regionale dell'Aveto



È vero che le Alpi ce le siamo lasciate indietro parecchie tappe dell'Alta Via orsono, ma quando si cammina lungo il crinale che separa le valli Cicana, Sturla e Graveglia - rivolte verso sud, verso il mare - dalla "padana" val d'Aveto, che scende verso la Trebbia e quindi verso il Po, può capitare di pensare alle Alpi. Perché le cime rocciose e maestose su cui salgono le tappe dell'Alta Via che andiamo a considerare - Maggiorasca, Bue, Aiona, Penna, anche lo Zatta - hanno un che di "montagna" con la M maiuscola che non è facile da trovare nel resto del pur magnifico Appennino della Liguria di Levante. Certo non sono vette altissime, si sfiorano i 1800 metri, ma il contesto

ambientale, il paesaggio, la geologia, anche lo scarso popolamento, sono fattori che conferiscono al comprensorio un notevole valore naturale e culturale. Anche il clima collabora: questa è una delle zone più piovose d'Italia, si possono raggiungere anche i 2500 mm annui di pioggia, e la neve cade abbondante e frequente.

Inoltre la vicinanza del mare e l'alternarsi di correnti da sud e da nord è causa di cambiamenti climatici repentini (proprio come nelle Alpi più eccelse) accrescendo in qualche caso le difficoltà dell'escursionista (nebbie improvvise) che deve quindi affrontare questi monti con la dovuta prudenza.

# Il Parco Naturale Regionale dell'Aveto

## Dove & come

### Ente Parco dell'Aveto

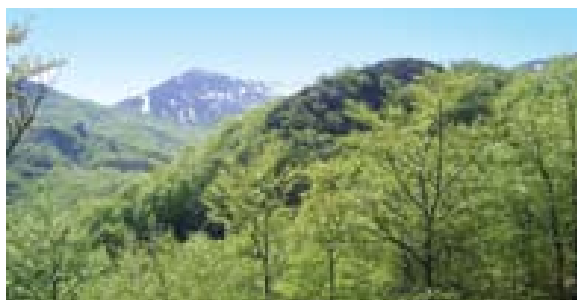
via Marrè 75a  
Borzonasca  
tel. 0185 340311  
fax 0185 343020  
parcoaveto@libero.it  
www.parks.it/parco.aveto

### Info e Centro Educazione Ambientale

c/o Sede Parco, Borzonasca,  
tel. 0185 343 370

### Centro Visite

Rezzoaglio  
via Roma 47  
tel. 0185 870171



5688 ettari, di cui 3018 ettari di "Area Parco" e 2570 ettari di "Area Contigua", distribuiti sul territorio dei cinque comuni delle valli Sturla e Graveglia (sul versante marino) e Aveto (sul versante padano): sono questi i dati che inquadrano il Parco Naturale Regionale dell'Aveto, che tutela una delle zone più suggestive e selvagge dell'Appennino Ligure. Un territorio che dai boschi e dai monti della val d'Aveto scende ai crinali della valle Sturla, che precipitano verso il mare, per toccare le campagne della val Graveglia, lavorate e "vissute" con passione dai loro abitanti, e le miniere, dalle quali per secoli sono stati estratti minerali di importanza economica e scientifica.

Il Parco intende tutelare la natura e la cultura delle popolazioni del territorio proteggendo e ricostruendo gli ecosistemi naturali spontanei nelle aree di maggior pregio naturalistico, realizzando le condizioni di equilibrio ottimale fra la conservazione degli ecosistemi e le attività agricole, silvicole e pastorali tradizionali, recuperando il patrimonio urbanistico e storico dei centri rurali, sviluppando le produzioni agricole e artigianali tipiche, favorendo la fruizione turistica, sportiva e culturale di qualità.

# Geologia più unica che rara

Le peculiari vicende geologiche che hanno interessato questa parte di Appennino Genovese hanno reso il territorio una sorta di "grande laboratorio di geologia", dove affiorano formazioni rocciose diverse e interessanti: si va dalle rocce ofiolitiche alle peridotiti lherzolitiche di fondo oceanico (Pietra Borghese, un enorme masso lucente ed elegantemente fratturato, antico di un paio di miliardi di anni, che per la sua composizione mineralogica attira i fulmini e fa "impazzir" e le bussole), dai basalti di fondo oceanico "a cuscino" (ovvero "pillow" che caratterizzano il monte Aiona e il monte Penna) ai calcari ricchi in fenomeni carsici con grotte e doline (Arzeno e in generale la val Graveglia). Senza dimenticare i grandi circhi erosivi dei versanti sud dei monti Zatta e Ramaceto quest'ultimo affacciato sulla val Cichero - tra i più importanti e belli, dell'intero Appennino. Il "cuore" geologico del comprensorio è comunque la val Graveglia, le cui rocce magmatiche e metamorfiche racchiudono una enorme varietà di minerali, alcuni dei quali in quantità tali da essere stati sfruttati per secoli per l'estrazione di metalli (manganese, rame, argento, piombo) e altri presenti in quantità minime ma dalle composizioni chimiche rare e insolite, quindi di grandissimo interesse scientifico, a fare della Val Graveglia (e delle vicine val Gromolo, val Petronio e alta via di Vara) un'area minereologica di fama internazionale.



## La flora



Il Parco dell'Aveto, e più in generale tutta l'area dell'Appennino Genovese di levante attraversata dall'Alta Via, offre ambienti di grande biodiversità e presenta una notevole varietà di habitat vegetazionali: prati e pascoli di antica origine antropica, faggete, boschi misti di latifoglie, brughiera montana, boschi misti di conifere da rimboschimento, pendici rupestri, laghetti glaciali. I boschi attuali sono gli "eredi" delle vaste foreste che, sotto il governo dei Malaspina, poi dei Fieschi, infine dei Doria, dal Medioevo al XVIII secolo hanno rifornito di legna i cantieri navali di Chiavari e di Genova, oltre che, nel XIX secolo, gli artigiani delle famose sedie "chiavarine".

Gli alberi spontanei sono rappresentati sul territorio principalmente dai faggi, unitamente a sambuco rosso, sorbo montano e degli uccellatori, acero montano. Gli abeti bianchi attualmente presenti sono di rimboschimento ma è certo che un tempo ve n'erano allo stato naturale e che hanno iniziato a essere sostituiti dai faggi con le prime attività di disboscamento a scopo pastorale operate dai proto-Liguri dell'Età del Bronzo. Ma non è solo la varietà di ambienti a dare valore alla natura di questa parte di Liguria, e nemmeno i grandi alberi plurisecolari classificati come alberi monumentali dalla Regione Liguria: qui vivono almeno una quarantina di piante - erbe, fiori, arbusti - endemiche o rare nonché alcuni relitti glaciali che, in zone di microclima freddo quali le rocce e i laghi glaciali delle alte quote, hanno trovato un habitat a loro congeniale anche dopo il ritiro dei ghiacci quaternari e il riscaldamento climatico postglaciale. Si ricordano in particolare la *Primula impolverata*, l'*Aquilegia alpina*, la *Pulsatilla alpina* dai fiori bianchi, e i più comuni - ma sulle Alpi! - ginepri nani, mirtilli rossi e neri, o ancora la Ginestra di Salzman, tipica dei suoli ofiolitici e limitata come area alla Liguria e Toscana. Due tipologie di piante riescono a vivere sui velenosi suoli ofiolitici, ricchi di magnesio: alcune sono *serpentinofite obbligate*, ovvero piante che hanno sviluppato specifici adattamenti fisiologici per questi substrati, quali la Dafne odorosa e l'Asplenio del serpentino; altri sono *relitti serpentini*, cioè piante poco competitive che sono state "cacciate" dai suoli normali da altre specie più "prepotenti" e hanno trovato sui substrati serpentinitici un rifugio dove poter sopravvivere; due nomi: il Bosso e la Felcetta lanosa. Prati e pascoli sono infine colorati da crochi, orchidee, aquileghe, genziane, gigli selvatici.

## La fauna

La specie animale di maggior importanza ecologica, e senza dubbio di maggior richiamo, è il lupo, peraltro non facile da scorgere. Altrettanto "nobile" ed ecologicamente importante è un'altra specie al vertice della piramide alimentare: l'aquila reale, presente nella zona con alcune coppie nidificanti. Il grande volatile comunque è in buona compagnia, considerate le numerose specie di rapaci nidificanti nel Parco dell'Aveto.

Fra i mammiferi si segnalano il capriolo, gli ormai onnipresenti cinghiali, le volpi, i tassi, oltre ad altre specie di minori dimensioni quali scoiattoli, lepri, ghiri, puzzole, arvicole...

I laghetti e le zone umide ospitano anfibi quali la rana temporaria e almeno tre specie di tritoni. Si trova anche il geotritone, in particolare nelle cavità della val Graveglia.

Il gambero di fiume testimonia la buona qualità dei corsi d'acqua. Numerose e vistose sono alcune fra le farfalle che frequentano le ricche fioriture dei prati, appartenenti ai generi Vanessa e Parnassius. L'Apollo, in particolare, rappresenta la specie più rilevante sotto il profilo scientifico ma anche estetico.



## La Rete Natura 2000



Solo tre regioni possono vantare un posto sul “podio della biodiversità”, grazie alla contemporanea presenza di habitat naturalistici tipici delle tre diverse regioni biogeografiche italiane (alpina, continentale e mediterranea), tra queste la Liguria (le altre due sono l’Abruzzo e il Piemonte).

L’occupazione del territorio da parte dell’uomo con le sue attività e la frammentazione degli habitat naturali comportano una grave minaccia alla biodiversità e rappresentano una delle principali cause di estinzione delle specie viventi che, trovandosi isolate, non sono in grado di comunicare con altre popolazioni della loro specie presenti in altre aree. Per tale motivo nel 1992 gli Stati della Comunità Europea sottoscrissero la Convenzione di Rio sulla biodiversità. Da qui nacque la Rete Natura 2000, formata da “nodi” che contengono habitat e specie minacciati di frammentazione e di estinzione, e da “corridoi ecologici” che collegano nodi separati tra loro ma ecologicamente simili. Le aree della Rete Natura 2000 sono chiamate SIC (Siti d’Importanza Comunitaria) e ZPS (Zone di Protezione Speciale).

### I SIC lungo questo tratto di Alta Via

Monte Ramaceto

Monte Zatta - Passo del Bocco - Passo Chiapparino - Monte Bossea



## Percorsi accessibili

*Nell’ambito del Progetto d’iniziativa regionale Alta Via sono stati realizzati dei percorsi facilitati con lo scopo di rendere accessibili panorami ed ambienti montani di grande pregio anche alle persone più svantaggiate.*

*Questi percorsi sono adatti a ipovedenti e disabili, a famiglie con bambini e persone anziane con problemi di deambulazione; inoltre sono localizzati in prossimità dei Centri Alta Via e sono tutti serviti da bus navetta adatti al trasporto dei disabili.*

*Ciascun percorso accessibile ha una propria scheda che riporta indicazioni utili per conoscere le caratteristiche del percorso, la tipologia del sentiero, le informazioni su come raggiungerlo, i servizi e le strutture accessibili.*

*Per ulteriori info: [www.altaviadeimontiliguri.it](http://www.altaviadeimontiliguri.it). vd. “Percorsi accessibili”*

### **Percorso “Bosco Giardino” Giardino Botanico Federico Delpino**

*Ubicazione:* Comune di Mezzanego (GE), lungo l’Alta Via dei Monti Liguri, (tappa 34: passo della Spingarda - Passo del Bocco).

*Altitudine:* 956 m s.l.m.

*Tipologia:* Percorso adatto a persone con disabilità motorie, alle persone anziane e alle famiglie con bambini.

*Lunghezza:* circa 400 metri (da percorrere in andata e ritorno con l’opzione per i diversamente abili di uscire alla fine del percorso).

*Fondo:* Levostab 99, fondo naturale stabilizzato con additivi.

*Pendenze:* da 0 a 5%

*Parcheggio:* all’inizio del percorso.

*Come arrivare alla partenza:* Dall’uscita del casello autostradale di Lavagna, proseguire in direzione Carasco. Giunti a Carasco seguire per SP 586 della Val d’Aveto e, a Mezzanego, seguire le indicazioni per il Passo del Bocco (SP 26 BIS) e le targhe stradali del Parco.

*Difficoltà:* data la pendenza e la lunghezza ridotta il tracciato è percorribile senza particolari difficoltà.

*Strutture e/o WC accessibili:* a circa 300 metri dal Giardino Botanico, proprio sul Passo del Bocco si trova il rifugio del Parco “A.Devoto”, che è accessibile con servizi per disabili. Un altro percorso adatto anche alle persone con disabilità motorie si trova poco oltre il Passo del Bocco: è il sentiero natura del Laghetto del Bocco, realizzato dal Parco e situato lungo la strada provinciale che porta a Varese Ligure.

*Note:* il percorso coincide con il percorso di visita del giardino botanico e pertanto unisce alla possibilità di una piacevole gita all’aria aperta, l’opportunità di apprendere e interpretare la flora e la vegetazione spontanea del Parco.

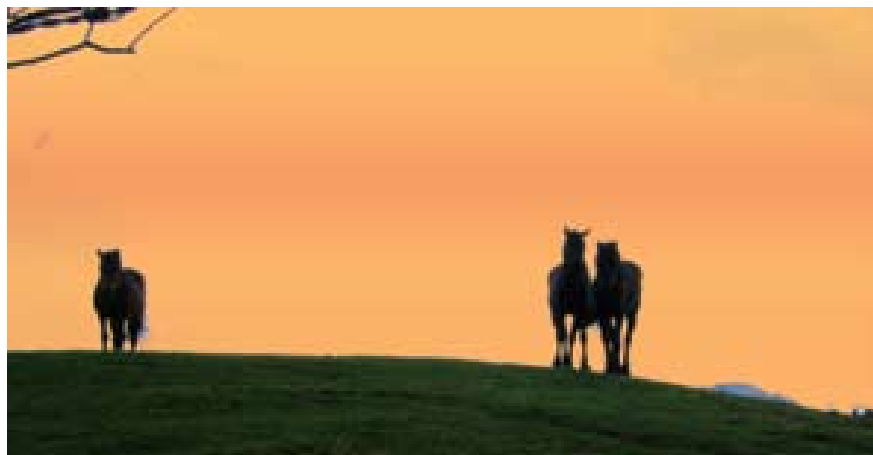
*Descrizione:* l’ingresso del Giardino Botanico è situato di fronte al parcheggio. Il giardino ospita una ricostruzione in piccole aiuole delle diverse coperture boschive che caratterizzano il nostro entroterra. Una visita al giardino porta a conoscere gli elementi botanici, e non solo, degli habitat tipici dell’Appennino Ligure, ma anche a scoprire alcuni aspetti fitogeografici ed ecologici del Parco, evidenziando le relazioni tra le specie e le comunità vegetali e i diversi fattori ambientali. Questa esperienza naturalistica, proposta in maniera semplice e divulgativa e volutamente non “pedante”, rappresenta comunque per chi visita il Parco o è ospite del vicino Rifugio del Parco “Antonio Devoto” una piacevole opportunità per una tranquilla passeggiata nel verde. Nelle immediate vicinanze si trovano anche il delizioso laghetto del Bocco e un’area picnic.

## Sport nel Parco e lungo l'Alta Via

Nelle valli dell'Aveto, Sturla e Graveglia è possibile praticare numerosi sport estivi e invernali: nei mesi freddi si pratica sci di fondo sulla ventina di chilometri di piste fra Santo Stefano d'Aveto e il monte Penna e nella Foresta delle Lame; per il fondo escursionistico con le ciaspole vi sono decine di chilometri di piste forestali, mentre gli sci alpinisti e gli escursionisti possono raggiungere le vette più alte; di recente è stato riaperto il piccolo ma suggestivo comprensorio di sci alpino che da Santo Stefano sale al monte Maggiorasca. Qua e là, nei periodi più freddi dell'anno, è possibile l'arrampicata su cascate di ghiaccio, attività difficile e pericolosa, riservata ai soli esperti.

La bella stagione invita a percorrere a cavallo e in Mountain bike molti sentieri, fra i quali alcuni tratti dell'Alta Via e altri tracciati ad anello del Parco. Vi sono inoltre numerosi percorsi adatti al trekking a cavallo, compresi fra le antiche vie del sale e i cammini della transumanza che uniscono tra l'altro la val d'Aveto con la Fontanabuona. Si può ricordare qui l'allevamento del cavallo bardigiano, razza locale dell'Appennino ligure-emiliano, diffuso anche in val d'Aveto.

I torrenti principali, e in particolare l'Aveto, sono a tratti percorribili in kayak mentre alcuni siti sono stati attrezzati dal Parco in collaborazione con L'Associazione Italiana Canyoning. Chi ama le arrampicate potrà scegliere alcune attrezzate e sicure pareti di roccia - rigorosamente in siti di scarsa importanza per la nidificazione degli uccelli - mentre i novelli Icaro possono volare con deltaplano e parapendio dal Monte Bue; si ricorda infine che presso il complesso polisportivo di Belpiano, nei boschi di Borzonasca, è operativo un Parco Avventura Indian Forest (tel 348 252 4098, 339 530 9625).



### Visite guidate:

**Con accompagnatori GAE - Guide Ambientali ed Escursionistiche della Liguria**  
Le Guide Ambientali escursionistiche sono professionisti che accompagnano in sicurezza singole persone o gruppi su tutto il territorio ligure, illustrandone gli aspetti naturalistici, antropici e culturali.

L'attività richiede un esame e il rilascio di un patentino valido in ambito provinciale.

Nel 1992 è stata costituita l'AIGAE (Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche) a cui fanno riferimento le Guide Ambientali Escursionistiche nonché gli operatori del settore ecoturismo e divulgazione ambientale.

Per informazioni [www.aigae.org](http://www.aigae.org) e [liguria@aigae.org](mailto:liguria@aigae.org).

## I servizi di trasporto del CST Bocco

### Info Centri Servizi Alta Via

Numero Verde gratuito 800 445 445 (lun-ven 9,00-18,00)

E-mail: [cst.bocco@altaviadeimontiliguri.it](mailto:cst.bocco@altaviadeimontiliguri.it)

Sito web: [www.altaviadeimontiliguri.it](http://www.altaviadeimontiliguri.it) (vd. "Centri Servizi")

### Sede CST Bocco:

Ente Parco Aveto, Via Marrè, 75A - Borzonasca (GE)

Responsabile: Ente Parco Aveto

Tel.: 0185 343370



### SERVIZI DI ACCOMPAGNAMENTO (CON POSSIBILITÀ DI TRASPORTO DEDICATO)

#### Lungo l'Alta Via con le Guide del Parco

##### Periodo:

tutto l'anno (salvo condizioni meteo avverse); da aprile a dicembre - in coincidenza con l'apertura del Rifugio Devoto al Passo del Bocco - per le escursioni con appoggio al rifugio stesso.

##### Modalità di prenotazione:

telefonando con otto giorni di anticipo allo 0185.343370 (Parco dell'Aveto) sarà possibile prenotare e concordare un'escursione - con accompagnatore GAE del parco

##### Prezzo per l'accompagnamento:

per gruppi fino a 25 persone (adulti) o fino a 30 persone (scuola): € 90,00 per mezza giornata; € 130,00 per l'intera giornata. Maggiorazione di € 10,00 con guida in lingua straniera.

#### Il Parco a ruota libera: escursioni guidate sul microbus 4x4 del Parco

##### Possibilità di trasporto dedicato:

Escursioni guidate con accompagnatore GAE del Parco per piccoli gruppi (max 8 persone), con trasporto su microbus del Parco 4x4. Tracciati predefiniti o da concordare al momento della prenotazione.

Il mezzo è attrezzato per trasporto disabili e trasporto MTB (da comunicare all'atto della prenotazione)

##### Modalità di prenotazione:

telefonando con otto giorni di anticipo allo 0185.343370 (Parco dell'Aveto) sarà possibile prenotare e concordare un'escursione guidata sul microbus 4x4 del Parco - con accompagnatore GAE del parco

##### Prezzo per il trasporto:

€ 1,00 a chilometro fino a 4 persone; € 1,50 a chilometro per 5/8 persone. Maggiorazione di € 1,00 a chilometro per tratte su strade non asfaltate.

##### Prezzo per l'accompagnamento:

€ 100,00 per mezza giornata; € 150,00 per la giornata intera. Maggiorazione di Euro 10 con guida in lingua straniera

##### Per ulteriori informazioni:

Punto Info Parco Aveto, Via Marrè, 75A - 16041 Borzonasca (GE). Orari: dalle ore 9,00 alle ore 12,00 tutti i giorni (Tel. 0185 343370) e-mail: [parcoaveto@libero.it](mailto:parcoaveto@libero.it)

##### Ospitalità CST:

Rifugio A. Devoto (tel. 0185 342065), Passo del Bocco, Mezzanego (GE). Dispone di 44 posti letto; apertura da Pasqua a Ognissanti e festività natalizie. Nel restante periodo solo su prenotazione per gruppi di almeno 15 persone.

# Alta Via e ospitalità



Oltre 190 strutture ricettive (rifugi escursionistici, alberghi, bed&breakfast, agriturismi, etc.) sono state censite, a beneficio dei fruitori dell'Alta Via, dall'Associazione e dalla Regione Liguria. Le strutture sono state individuate tra quelle ubicate entro 1 km dal percorso principale ed entro 300 m dai sentieri di collegamento ufficiali.

Sul sito [www.altaviadeimontiliguri.it](http://www.altaviadeimontiliguri.it) sono evidenziate, con icone differenti, le strutture ricettive convenzionate e quelle non convenzionate.

Ciascuna struttura ricettiva è descritta con una propria scheda identificativa completa di tutte le informazioni disponibili e i dati necessari per contattare il gestore.

Solo per le strutture convenzionate (rifugi già convenzionati con l'Associazione AV e strutture che hanno aderito al "Progetto di sviluppo dei servizi turistici correlati all'AV") sono inoltre disponibili: foto della struttura e servizio di prenotazione online gratuito.

Le strutture convenzionate possono applicare, a discrezione, riduzioni sulle tariffe standard ai soci del CAI (Club Alpino italiano) e della FIE (Federazione italiana Escursionismo).

## Le strutture convenzionate nell'ambito del CST Bocco

### **Agriturismo dei Faggi**

località Colla Caiolo, Comune di Varese Ligure

### **Agriturismo La Marpea**

Comune di Ne

### **Casa Vacanze La Corte**

Comune di Rezzoaglio

### **Posto Tappa Cabanne**

Comune di Rezzoaglio

### **Rifugio Antonio Devoto**

località Passo del Bocco, Comune di Mezzanego

### **Rifugio incustodito Monte degli Abeti**

Località Passo delle Lame, Comune di Rezzoaglio

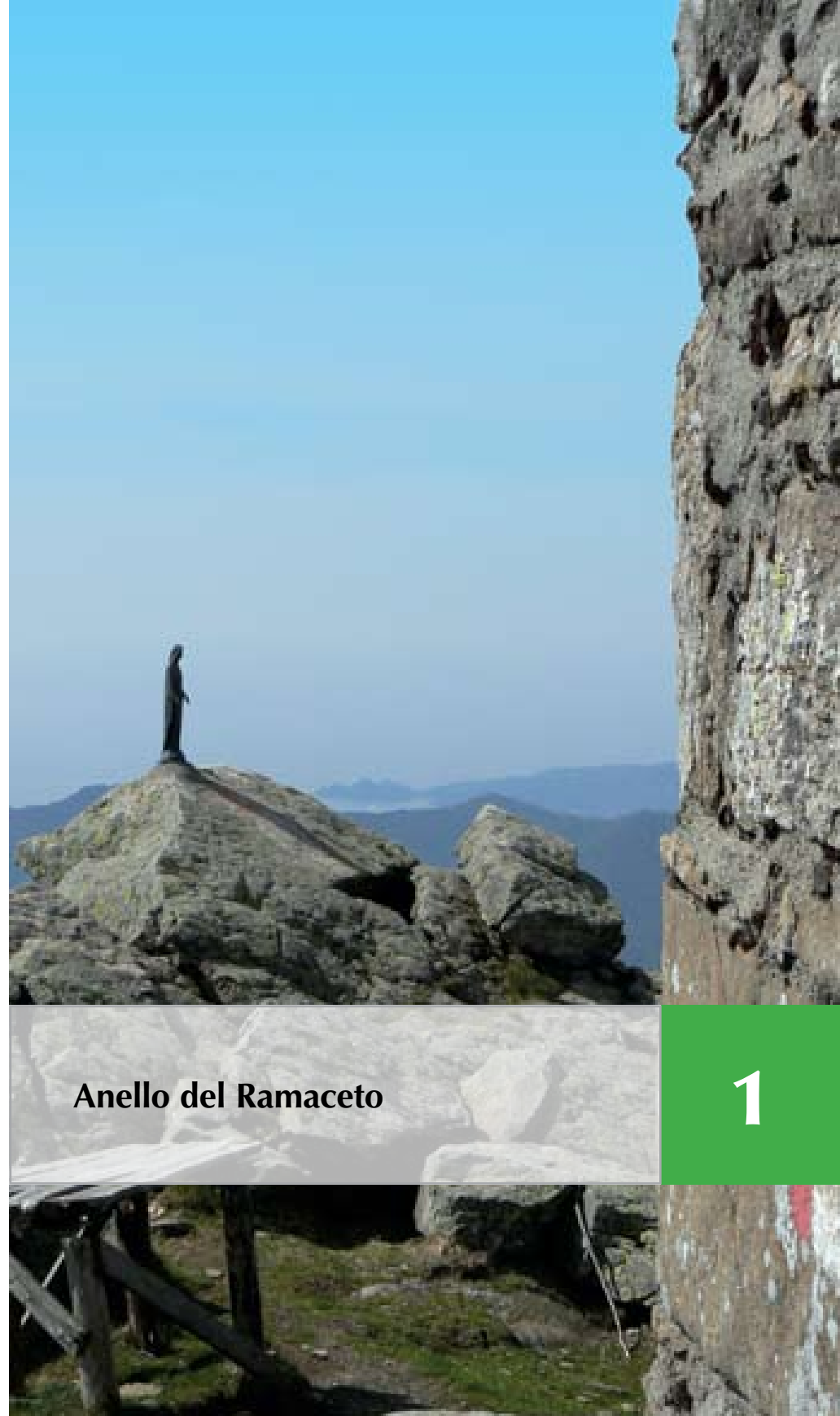
### **Rifugio Monte Aiona**

località Prato Mollo, Comune di Borzonasca

### **Trattoria Pensione Villa Rosa**

Comune di Ne

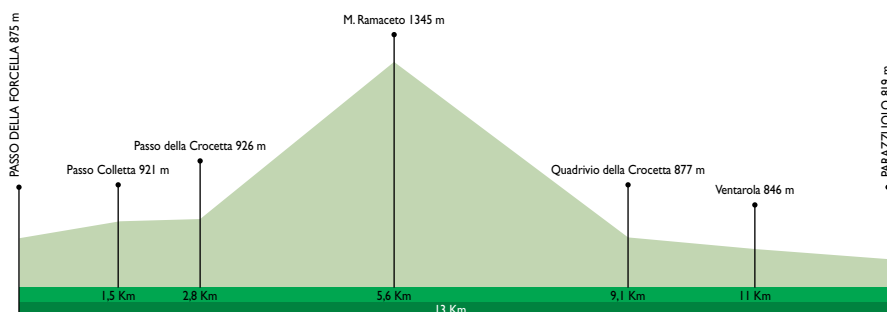
*Le strutture ricettive proposte come punto di sosta lungo gli itinerari di questa Guida sono meglio descritte all'interno della pubblicazione.*



## Anello del Ramaceto

1





Una facile e panoramica escursione, il cui protagonista indiscusso è l'ampio anfiteatro di arenaria costituito dal monte Ramaceto.  
La "vetta" della montagna offre un incredibile panorama sul mare, sull'Appennino, sulle Alpi e sulla val d'Aveto.  
Estese faggete alternate a zone prative tagliate da rii ricchi d'acqua, numerose ardesie affioranti e fioriture che colorano in primavera il paesaggio, costituiscono il degno prelude per la salita a una delle vette più caratteristiche dell'Appennino Ligure.



#### Accesso e punto di partenza

##### Con mezzi pubblici:

Il passo della Forcella e successivamente località di Parazzuolo sono raggiungibili con l'autolinea 11 dell'ATP, in servizio fra la stazione ferroviaria di Chiavari, Rezzoaglio e S. Stefano d'Aveto.

Per ulteriori informazioni si può consultare il sito dell'azienda di trasporto all'indirizzo web [www.tigulliotrasporti.it](http://www.tigulliotrasporti.it), telefonare allo 0185 53731 o ancora consultare il sito <http://www.orariotrasporti.regione.liguria.it>

##### Con mezzi propri:

Dall'uscita autostradale di Lavagna (A12) occorre proseguire dapprima fino a Carasco (SP 225) per imboccare poi la SP 586 in direzione Borzonasca e S. Stefano d'Aveto. Il passo della Forcella si trova più o meno a metà strada fra Borzonasca e Rezzoaglio.

Dal passo della Forcella (875m), attraversato dalla strada provinciale 586, il percorso dell'Alta Via dei Monti Liguri sale rapidamente in direzione ovest all'interno del SIC "Monte Ramaceto". Al valico si trova uno slargo utilizzato come parcheggio e come area di sosta del Parco attrezzata con tavole e panche. Sa qui il sentiero si immerge subito in una rada faggeta. Il percorso di crinale delimita contemporaneamente il confine fra la vegetazione arbustiva ed erbacea che caratterizza il versante meridionale e la faggeta che ricopre quello settentrionale. In questo suo primo tratto l'itinerario sovrasta la valle del torrente Oneto, affluente del torrente Sturla, per poi addentrarsi nuovamente nel bosco misto in cui prevale il carpino e in cui non di rado è possibile osservare lo scoiattolo rosso (*Sciurus vulgaris*) fra i rami e udire il picchio verde (*Picus viridis*) in lontananza.

Il sentiero procede in saliscendi sui teneri scisti della val Lavagna, fino a raggiungere il



Panorama dall'Alta Via nei pressi del monte Ramaceto

#### **Passo Colletta (921m/30')**

dove occorre svoltare a sinistra. Il percorso in salita fiancheggia i versanti della Cima d'Acero (1006m) coperti da un bel querceto.

Superato il minuscolo nucleo rurale di Case Cima d'Acero l'itinerario segue uno sterrato che, in leggera discesa, fiancheggia zone prative in cui, in primavera, si osservano abbondanti fioriture di orchidee.

Si giunge così al

#### **Passo della Crocetta (926m/45')**

punto di incrocio fra l'Alta Via, le strade per Acero e per il quadrivio della Crocetta, dove si trova un tabellone "Rete Natura 2000" del Parco.

Si intraprende per qualche centinaio di metri lo sterrato in ripida salita fino a imboccare, oltre le vasche dell'acquedotto, una deviazione sulla sinistra, rappresentata da un sentiero che sale in una bella faggeta ad alto fusto con esemplari di discrete dimensioni.

Lentamente si raggiunge il crinale di Liciorno, stretto fra la valli del torrente Ventarola e dello Sturla, nelle cui acque si riscontra la presenza del vairone occidentale (*Leuciscus souffia*).

Si sale ora più dolcemente, fino ad affacciarsi finalmente sulla val Cichero in corrispondenza del Fò de Driun (1277m). Il caratteristico crinale del Ramaceto si distende come in un abbraccio, disegnando un anfiteatro roccioso che crea un forte contrasto con i verdi pascoli dei prati di Cichero, solcati dalle sorgenti del rio Cicana. Appaiono qui evidenti le caratteristiche geologiche di questo settore, condivise con il monte Caucaso e caratterizzate dalla formazione delle "arenarie del Monte Gottero", qui presenti con possenti stratificazioni inclinate, delle quali risultano ben visibili le teste protese verso il cielo.

L'Alta Via procede ora a picco sulla val Cichero, mentre a destra il versante scivola ricoperto da faggi.

Si raggiunge la vetta del

#### **Monte Ramaceto (1345/1h45')**

Poco o nulla significativa dal punto di vista del panorama. Per questo motivo la "vetta morale" è considerata, piuttosto, la cima sud-ovest, raggiungibile in pochi minuti e sulla quale sorge anche una cappelletta che può fornire riparo in caso di condizioni meteo avverse. Da qui il panorama è eccezionale: la costa appare nel tratto compreso fra il promontorio di Sestri Levante e il promontorio di Portofino, mentre la catena appenninica ligure rivela alcune fra le sue cime più importanti quali il monte Aiona, il monte Maggiorasca e il monte Zatta.

La falesia rocciosa cade a picco sui prati di Cichero. Su queste pareti sarà possibile individuare, con un po' di fortuna, la sagoma maestosa e inconfondibile dell'aquila reale (*Aquila chrysaetos*).

L'itinerario prosegue ora in discesa, seguendo il crinale prativo frequentato dal succiacapre (*Caprimulgus europaeus*), fino a Bocca di Serva. Da questo valico si prosegue sulla destra, abbandonando l'Alta Via per seguire nella faggeta il segnavia FIE triangolo giallo pieno. L'ampio sentiero fiancheggia piccoli rimboschimenti ad abete e scende fino al fondo valle dove scorre il Fosso di Liciorno. Guadato in alcuni punti il corso d'acqua avvalendosi della presenza di massi affioranti, si esce dal bosco in corrispondenza di un'ampia zona prativa nota come



## SIC "Monte Ramaceto" - Flora e fauna

Gli estesi pascoli dei versanti meridionali del Ramaceto, su cui si affaccia spesso il nostro itinerario, costituiscono habitat di interesse prioritario, ospitano specie botaniche quali la viola di Cavillier (*Viola calcarata* ssp. *cavillieri*), rara sull'Appennino ligure, la genziana di Koch (*Gentiana kochiana*) e diverse specie di orchidee. Altro habitat di maggiore interesse del sito è costituito dalle belle faggete dei versanti settentrionali. Di un certo rilievo, ancora sui versanti meridionali, anche alcuni esemplari di cerro-sughera (*Quercus crenata*),

Per quanto riguarda la fauna, il territorio conta circa 60 specie di uccelli protetti da normative internazionali, tra le quali l'aquila reale (*Aquila chrysaetos*). Da segnalare il geotritone (*Speleomantes strinatii*) e la rana temporaria (*Rana temporaria*). Tra i lepidotteri, sono presenti la rara *Erebia meolans* e la falena *Euplagia quadripunctaria*.

### Quadrivio della Crocetta (877m/2h45')

in cui si incrociano i sentieri che conducono, verso destra, al passo della Crocetta (926m) e a sinistra a Ventarola, dove si trova un'area picnic del Parco con tavoli e panche.

Imboccando la pista di sinistra, sempre segnata con il triangolo giallo pieno, si attraversano ora ampi prati (meta di gite domenicali) seguendo il deflusso del torrente Ramaceto. In breve la pista lascia lo spazio a una mulattiera, a tratti elevata e facile da seguire fino a scavalcare il torrente con l'aiuto di un ponte pedonale, e raggiungere rapidamente l'abitato di



Il rifugio di Ventarola

### Ventarola (846m/3h)

Connesso, con rotabile asfaltata, alla strada provinciale 586. In questa località il Parco dell'Aveto ha recentemente recuperato un immobile destinandolo a rifugio, mantenendone le caratteristiche originarie e garantendo una disponibilità di 12 letti (per informazioni: Tel. 0185/86788 - 340/8307793).

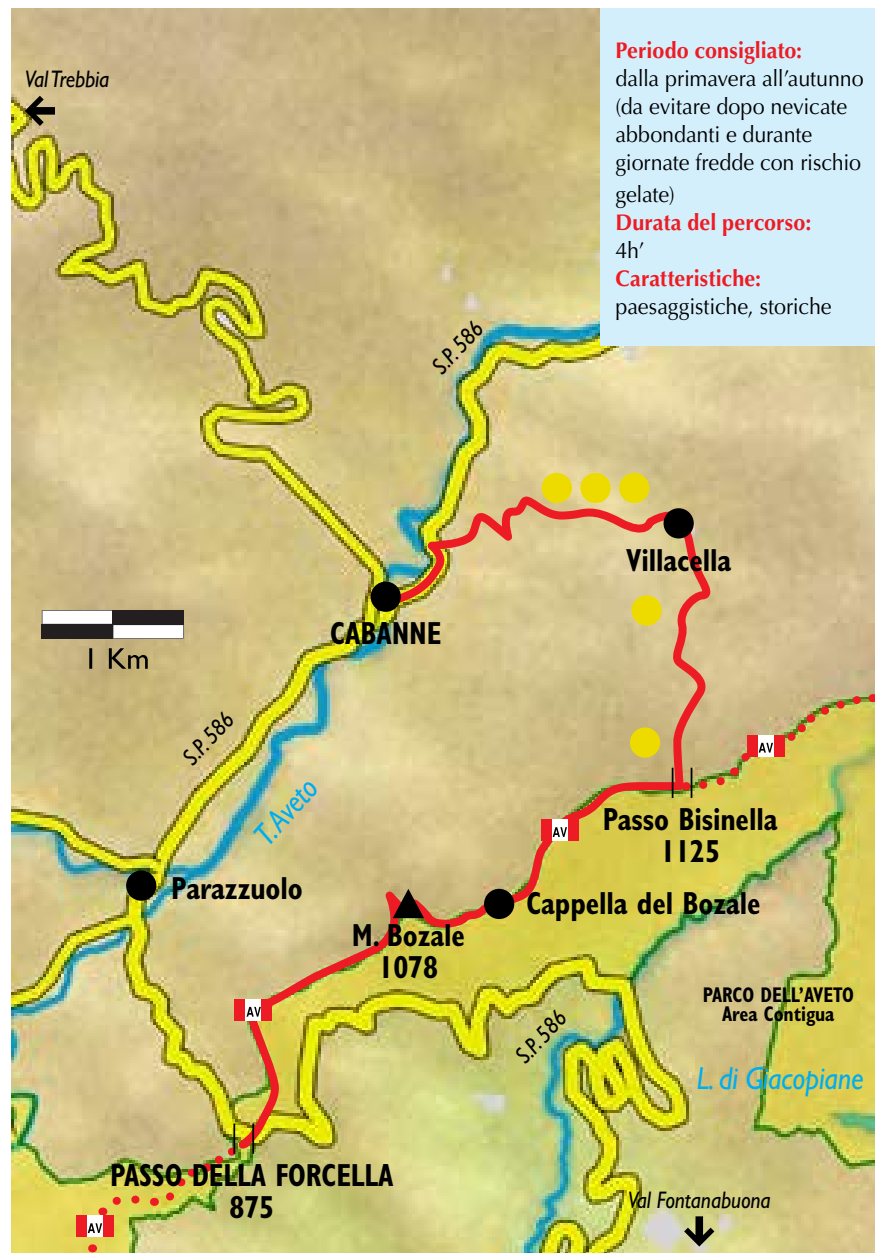
Si percorre la strada asfaltata che costeggia il torrente Ventarola, stretto fra i contraforti del monte Cavallo (1092m) e del monte Ventarola (1098m), fino a tornare sulla strada provinciale presso

### Parazzuolo (825m/3h15')

da cui è possibile usufruire per il rientro delle autolinee ATP oppure ritornare, lungo la provinciale, in circa 15' al passo della Forcella e chiudere effettivamente l'anello.



Passo della Forcella - Bozale  
Passo delle Rocche - Villacella  
Cabanne



**Periodo consigliato:**  
dalla primavera all'autunno  
(da evitare dopo nevicate  
abbondanti e durante  
giornate fredde con rischio  
gelate)

**Durata del percorso:**  
4h'

**Caratteristiche:**  
paesaggistiche, storiche

*Un cammino tra storia, natura e scenari suggestivi. Un percorso alla scoperta delle località della valle Sturla e dell'alta val d'Aveto, immerso in un paesaggio montano a volte aspro eppure non lontano dal mare.*

*Questo tratto dell'Alta Via ripercorre i sentieri battuti dai partigiani durante la lotta di Liberazione, in un'area compresa tra Borzonasca e Rezzoaglio.*

*L'arrivo dell'itinerario è a Cabanne, che ospita la piana più bella della valle d'Aveto.*

#### Accesso e punto di partenza

##### Con mezzi pubblici:

dalla stazione ferroviaria di Chiavari diverse corse delle Autolinee Tigullio conducono alle località nei pressi del valico della Forcella. È possibile consultare gli orari e programmare il viaggio utilizzando il sito dell'azienda di trasporto all'indirizzo web [www.tigulliotrasporti.it](http://www.tigulliotrasporti.it), telefonando allo 0185 53731 o ancora consultando il sito [www.orariotrasporti.regione.liguria.it](http://www.orariotrasporti.regione.liguria.it)

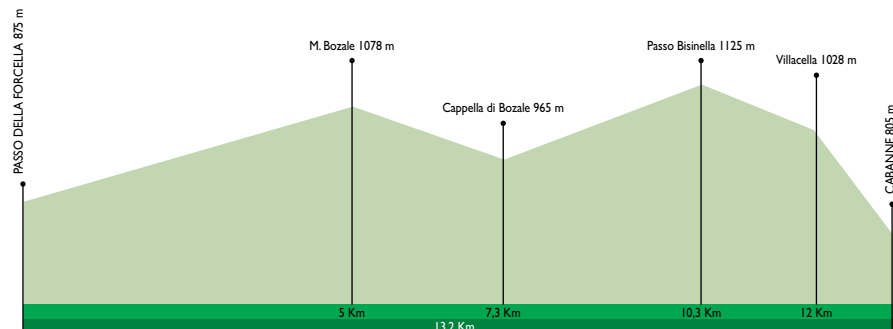
##### Con mezzi propri:

Da Chiavari o da Lavagna (entrambi raggiungibili con l'autostrada A12 Genova-Livorno e serviti da caselli) si procede in direzione Santo Stefano d'Aveto imboccando a Carasco la provinciale 586 fino al valico della Forcella.

Il valico della Forcella (875 metri) unisce la valle Sturla con la val d'Aveto, ed è percorso oggi dalla provinciale che dal mare di Chiavari sale, oltre Borzonasca, alla località sciistica di Santo Stefano d'Aveto per scendere poi, oltre il passo del Tomarlo, nella provincia emiliana di Parma.

Sul valico si trova una piccola area di sosta con piazzale e parcheggio abbellito da un caratteristico "barco" fatto realizzare appositamente dal Parco dell'Aveto. Nelle immediate vicinanze, ovvero sul lato marittimo del passo, si erge una piccola cappella dedicata alla Madonna della Neve.

Di fronte all'area di sosta parte il sentiero (segnavia AV), che passa accanto a un monumento dedicato ai partigiani e alle popolazioni civili che sostennero la loro lotta. L'itinerario dunque non presenta solo motivi di interesse naturalistico ma anche storico-culturali. Questi stessi sentieri furono teatro delle drammatiche vicende legate alla lotta di liberazione durante l'ultimo conflitto mondiale. Il Parco dell'Aveto, in collaborazione con gli enti locali e le associazioni escursionistiche, le ricorda con un "Sentiero Cultura": il "Sentiero della Resistenza", che unisce Borzonasca a Rezzoaglio.



Passo della Forcella



L'Alta Via fiancheggia una vecchia staccionata, risale il crinale e rapidamente guadagna quota. Raggiunta la sommità dello spartiacque, il tracciato prosegue in lieve discesa sul lato nord della dorsale, alternando saliscendi a tratti in piano.

Risalito un secondo, ripido crinale, il percorso si addentra nel bosco per attraversarlo. Lungo questo tratto, alternando saliscendi, pianori e parti di bosco, il panorama, ampio e suggestivo, si apre sulla valle Sturla e sul mare; lo sguardo abbraccia il valico e le numerose strade e vecchie mulattiere che, da Borzonasca, salgono a Rezzoaglio e alla Pianura Padana.

Raggiunto il km 280 (picchetto AVML), il sentiero attraversa una zona rocciosa appena strapiombante. A predominare, in quest'area, sono le rocce di scisti argillosi, molto friabili e assai differenti dalle ofioliti del non lontano monte Aiona o dalle arenarie del Monte Ramaceto. Proseguendo nel bosco si raggiunge il

### Monte Bozale (1078m / 1h)

che occorre aggirare sul lato nord per proseguire, lungo il versante opposto della montagna, fino alla pineta. Il sentiero prosegue nella pineta alternando lievi discese a tratti in piano fino alla

### Cappella del Bozale (965m / 1h 20').

che offre un provvisorio e provvidenziale riparo in caso di necessità e si trova posizionata sul tracciato dell'antica mulattiera che collegava Chiavari con la val d'Aveto. Prima di essere soppiantata dalla strada che valica il passo della Forcella, questo passo rappresentava direttrice di collegamento fra la valle Sturla e la val d'Aveto. Il passo conduce a sinistra a Cabanne e a destra a la Squazza dove, il 15 febbraio del 1945, dieci giovani prelevati dalle carceri di Chiavari vennero fucilati dai nazisti. All'eccidio è dedicata un'intensa poesia di Elena Bono.

L'itinerario prosegue nella pineta. Raggiunto un breve tratto in piano è necessario proseguire in salita verso sinistra. L'Alta Via raggiunge così il versante sud del monte Fa-

scia e prosegue in direzione del passo delle Rocche e del passo delle Lame. Si procede ora in lieve discesa, in un ambiente boschivo più aperto e piacevole, dove a predominare è la faggeta.

Laddove i faggi lasciano il posto alla pineta si arriva al

### Passo Bisinella o delle Rocche (1125m/2h).

Contrassegnato da un pannello in memoria dei partigiani posto da CAI e FIE.

Il passo evidenzia il limite fra due distinte consociazioni vegetali: da un lato la faggeta e, proseguendo, la pineta, introdotta attraverso rimboschimenti.

Si scende quindi a sinistra, deviando dall'Alta Via e seguendo il "Sentiero della Resistenza" in direzione Nord (segnava pallino giallo pieno), ci si inoltra nuovamente in una faggeta e si costeggia un piccolo rio (è consigliabile fare attenzione in autunno e in inverno: ghiacciati o nascosti dal fogliame, questi corsi d'acqua possono diventare insidiosi).

Il tratto di bosco che si attraversa si presenta aperto e dolce. In autunno le foglie ricoprono il sentiero e rendono più problematico l'orientamento (prestare attenzione ai segni).

Il bosco si apre infine, lasciando intravedere l'abitato di Villacella, caratterizzato dalla sua chiesa e dalla vecchia ruota di mulino; si superano balzi rocciosi e, attraversato un ponte, ci si ritrova a percorrere un'antica mulattiera che conduce in breve alle prime case di

## Dai pascoli ai gustosi formaggi

Con meno di 400 capi, la mucca Cabannina rappresenta una razza bovina autoctona, risultato di una selezione biologica naturale durata centinaia di anni. Allevata quasi esclusivamente in val d'Aveto, più precisamente nella piana di Cabanne, questa razza è particolarmente adatta al territorio aspro e montano e si può considerare estinta al di fuori dello stesso.

La Cabannina si presenta con un mantello color castano scuro, a volte bruno chiaro con sfumature intermedie, e una riga più chiara sulla dorsale e sull'addome. Grazie alla taglia piccola è in grado di arrampicarsi su terreni accidentati e scoscesi, sfruttando pascoli inaccessibili ad animali più grossi e pesanti. In val d'Aveto la pastorizia e la produzione di formaggio hanno da sempre rappresentato la principale risorsa economica. Con il latte della Cabannina si produce tradizionalmente il formaggio San Stè, dalla crosta sottile, liscia, il colore giallo paglierino, e un aroma intenso, lievemente amarognolo.

## Sulle orme dei Partigiani

“Tra queste valli e questi monti nacque e si propagò un anelito di libertà contro l’oppressione nazifascista”, così recita la targa commemorativa al passo Bisinella, non lontano dall’abitato di Villacella. Tra Borzonasca e Rezzoaglio diverse vie, mulattiere e stradine furono teatro delle vicende della lotta di Liberazione. In queste valli, dove i partigiani trovarono rifugio in fienili e casoni, nacque la brigata “Cichero”, ramificatasi fino a dare vita alla VI Zona Ligure, comprendente un vasto territorio da Genova all’Appennino, fino ad alcune aree della Pianura Padana. Capo della brigata fu Aldo Gastaldi, più noto con il nome di “Bisagno”, mentre il nome della brigata, Cichero, si riferisce al territorio, nei pressi del Ramaceto, che vide la nascita del gruppo.

Le talvolta raccapriccianti vicende che videro protagonisti i partigiani su queste terre sono state rese in tutta la loro drammaticità dai versi appassionati di Elena Bono. Sentita e lacerante è una poesia dedicata all’eccidio della Squazza, ricordato da una lapide lungo la SP 586 in località case Squazza appunto:

*Ci sono dieci morti sulla strada  
Le madri non li possono lavare  
il prete non li può benedire*

Sono i corpi di dieci partigiani, fucilati per rappresaglia dopo essere stati torturati nelle carceri nazifasciste di Chiavari.



Nella pagina a fianco:  
il monte Aiona

### Villacella (1028m/3h).

L’itinerario prosegue in piano e passa in prossimità del mulino e della chiesa, entrambi costruiti sui resti di un antico monastero fondato dai Benedettini all’inizio dell’anno Mille. Villacella si trova sulla destra orografica dell’omonimo Fossato, affluente del torrente Aveto, sul versante sud-ovest di un monte dal nome pittoresco: “Pietre dello Zuccherò”. Superate le prime abitazioni la mulattiera lascia il posto a una carrozzabile.

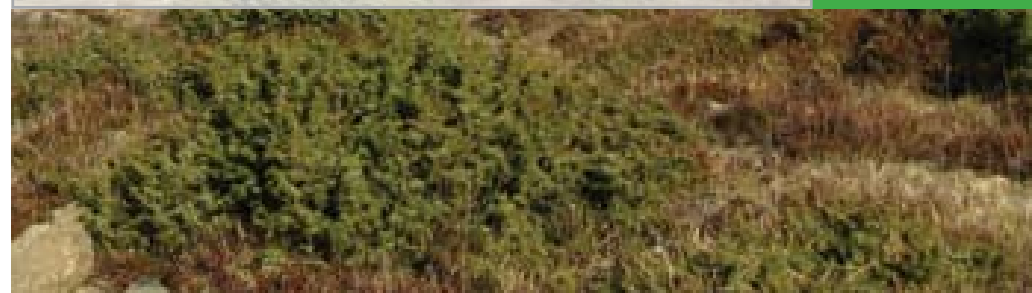
Uscendo dall’abitato l’itinerario si divide. È necessario proseguire a sinistra sul tracciato che scende, supera la strada asfaltata e si inoltra nel bosco. Il tracciato da seguire è segnalato ora con segnavia tre pallini gialli.

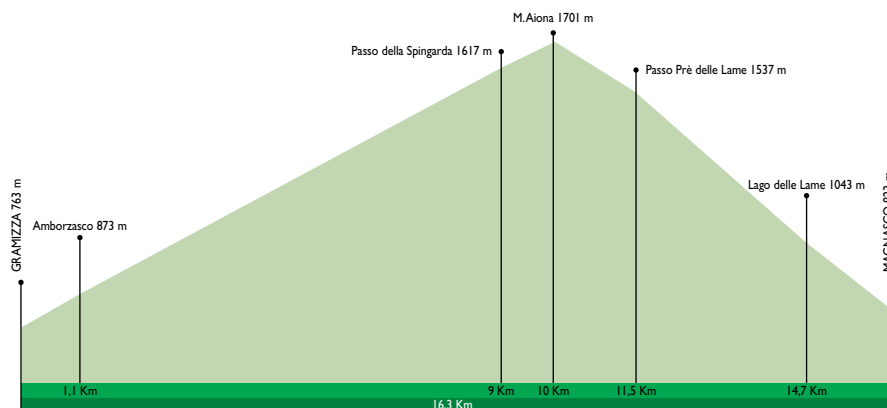
Si procede ancora nel bosco lungo un ripido sentiero e, dopo un lungo tratto in piano, si raggiunge un rudere immerso tra alberi di castagno. Si giunge quindi a un torrente che è necessario guardare (prestare attenzione dopo abbondanti piogge). Oltrepassato il rio, il sentiero procede in piano e raggiunge uno sterrato più ampio. In corrispondenza del bivio si prosegue a sinistra, in discesa, fino a raggiungere la strada statale in località Farfanosa, nei pressi di un’area di sosta attrezzata del Parco. All’interno dell’area, a ombreggiare i tavoli, sono riprodotti due “barchi”: strutture per la conservazione del fieno ricostruite secondo i metodi tradizionali. L’alta Val d’Aveto vive ancora oggi, sebbene in misura minore rispetto al passato, di pastorizia.

Proseguendo sulla statale, lasciando alla propria destra l’area di sosta, si raggiunge Cabanne, nel fondovalle della val d’Aveto, alla confluenza con i torrenti Aveto e Bozale, punto di arrivo dell’itinerario. Nelle piane di Cabanne pascola una razza bovina autoctona, detta appunto “cabannina”, che si alleva quasi esclusivamente in questa zona ed è il risultato di anni di selezione naturale. A Cabanne si trovano un posto tappa convenzionato AVML e un albergo ristorante (per informazioni [www.altaviadeimontiliguri.it](http://www.altaviadeimontiliguri.it)).



**Gramizza - Amborzasco  
Passo della Spingarda - Monte Aiona  
Prè de Lame - Lago delle Lame  
Magnasco**





Un itinerario poco consueto conduce dalla val d'Aveto alla vetta dell' Aiona attraverso ambienti vari e a tratti selvaggi. Dall' Aiona la veduta è impagabile: la vetta offre un vasto osservatorio a 360° sulla val d'Aveto, sull' Appennino ligure-emiliano, sulle Alpi, sul mar Ligure. Oltre il piccolo abitato di Amborzasco il sentiero attraversa i pascoli e le abitazioni in pietra per raggiungere un fitto bosco. Oltrepassati diversi ambienti caratteristici, tutti con una nota selvaggia in comune, si guadagna la vetta dell' Aiona, attraversando una parte suggestiva dell' Alta Via, con il suo scenario lunare e la singolare veduta. La discesa dal monte al fondovalle attraversa il cuore del Parco dell' Aveto, passando fra magnifiche faggete e avvicinandosi ai particolari, preziosi laghetti glaciali che costituiscono una delle principali ricchezze ambientali di questo territorio.

**Periodo consigliato:**

Da aprile a novembre (in presenza di neve e gelate diventa una traversata alpinistica).

**Durata del percorso:** 4h'

**Caratteristiche:**

Grande interesse geologico, botanico e paesaggistico.

**Note:**

Zona di anomalia magnetica, la bussola è inutilizzabile.



**Accesso e punto di partenza**

il modo ideale per raggiungere il punto di partenza di questo itinerario è la combinazione fra il treno e l' autolinea dell' ATP.

Dalla stazione ferroviaria di Chiavari parte la linea 11 con destinazione S. Stefano d' Aveto. La linea è attiva sia durante il fine settimana che nei giorni feriali (è possibile verificare gli orari dell' azienda di trasporti sul sito [www.tigulliotrasporti.it](http://www.tigulliotrasporti.it) o telefonando ai numeri 0185 5731 o allo 010 546741). È inoltre possibile pianificare il viaggio utilizzando l' utile servizio regionale [www.orariotrasporti.regione.liguria.it](http://www.orariotrasporti.regione.liguria.it). che combina tutti i possibili mezzi di trasporto e gli orari per la meta che si vuole raggiungere nel giorno che si stabilisce.

Giunti, passata Rezzoaglio, a Gramizza (763 m), frazione di Santo Stefano d' Aveto, non sarà difficile individuare, proprio in corrispondenza della fermata della corriera, il punto di partenza dell' itinerario, segnato con un triangolo giallo pieno fino ad Amborzasco (poi con un rombo giallo vuoto fino alla cima dell' Aiona).

Una mulattiera in pietra risale, oltre un piccolo negozio di alimentari, nel bosco per ricongiungersi ancora alla rotabile. È necessario proseguire sull' asfalto per alcuni tornanti sino a trovare, sul lato sinistro, ancora una mulattiera. Il tracciato prosegue tra i prati, conduce nei pressi di alcune abitazioni e si ricollega nuovamente alla provinciale fino ad arrivare alla chiesa di



Monte Aiona

### **Amborzasco (873 m / 20')**

che, insieme con il suo cimitero, rappresenta uno fra i più interessanti complessi architettonici e artistici della val d'Aveto. Il sentiero prosegue proprio di fronte alla chiesa e sale tra le abitazioni (si segue da qui in avanti il segnavia rombo giallo). Oltrepassate alcune costruzioni, la mulattiera si inoltra tra i campi e i pascoli, mentre verso destra si staglia, ben visibile, il monte Penna. La stradina acciottolata sale tra i prati adibiti a pascolo e raggiunge una piccola cappella, nei cui pressi si trova una fontana. Percorso un successivo tratto della mulattiera, l'itinerario abbandona l'ampio tracciato che prosegue in piano tra le case; occorre risalire un piccolo sentiero a sinistra che fiancheggia il muro di separazione del pascolo e delle vicine abitazioni.

Il sentiero sale ora ripido e stretto tra i campi coltivati e curati a pascolo fino a oltrepassare alcuni edifici. Terminata la salita, e superate un'edicola in legno e alcune stalle, si procede ancora in falso piano per inoltrarsi nel bosco. È ripida la salita, e in questo tratto i segnavia sono radi e poco visibili.

Si arriva quindi a un cancello e a un recinto elettrico per gli animali al pascolo, mentre più in basso si osserva lo scorrere di un esile corso d'acqua.

Ora l'itinerario procede al di sopra del torrente, in un ambiente più aperto e dolce; oltrepassato un tratto in piano compare alla vista il lato nord dell'Aiona. Proseguendo, il sentiero raggiunge la strada sterrata della forestale che risale ripida, in ambiente aperto e panoramico; sulla destra il monte Maggiorasca si presenta con la sua particolare forma a panettone di roccia.

Al termine di questo tratto, in cui si procede tra la vegetazione più rada che consente di ammirare il suggestivo panorama, il tracciato prosegue oltre un recinto con cancello che si trova al limitare del bosco. Qui il sentiero si evolve in ampio sterrato che dapprima risale il bosco e costeggia un torrente per poi procedere, in falso piano, attraverso la fitta foresta. Oltre un tratto in semipiano il percorso scavalca un ruscello che dà origine a una fonte, in corrispondenza della quale si trova, a sinistra, il bivio per il passo della Spingarda. L'ampio e comodo sterrato sale attraverso alcuni tornanti fino a guadagnare un punto panoramico, dal quale è possibile ammirare alcune fra le più importanti cime della zona: il monte Penna, il Tomarlo e il Groppo Rosso. Si procede ancora in semipiano - o con lievi salite - sull'ampio sterrato fino a oltrepassare le piccole cascate del rio Ronco del Diavolo.

Risaliti alcuni ripidi tornanti si raggiunge una sbarra e, poco oltre, il

### **Passo della Spingarda (1551 m / 2h 30')**

La 33° tappa dell'Alta Via procede da qui in direzione ovest, attraverso un ambiente suggestivo e particolare; dopo breve tratto si individua la deviazione (segnavia triangolo rosso vuoto) che risale le pendici del

### **Monte Aiona (1701 m / 3 h)**

Questa è la più elevata cima dello spartiacque principale ligure a levante del monte Galero e il suo altipiano sommitale offre uno scenario insolito, assolutamente uni-





co in Liguria: “lunare”, affascinante col sole tanto quanto sa essere inquietante nella nebbia. La cima dell’Aiona è una dorsale lunga e quasi pianeggiante, priva di alberi, senza arbusti, con erba bassa, detriti, massi e pozze d’acqua; solo il suo versante nord è dirupato e ripido, scavato dai canali formati dai ghiacciai quaternari. Più che una montagna dell’Appennino, la vetta dell’Aiona - contraddistinta da una piramide di pietra e da una croce - sembra un segmento di altopiano andino finito quasi chissà come; è uno di quei paesaggi di roccia e vento, di sassi e silenzio che appaiono fuori dal mondo.

Accanto alla piramide di pietre si trovano le indicazioni dei quattro punti cardinali dipinte in giallo sul terreno e una placca metallica che riporta i nomi di tutte le principali emergenze del paesaggio visibili dalla vetta quando l’aria è limpida: il panorama da quassù è veramente vastissimo e grandioso, spaziando dalle cime dell’Appennino Ligure (Bue, Maggiorasca, Penna, Gottero, Ramaceto, Antola, Lesima...) all’Appennino Tosco-Emiliano (monti Cusna e Cimone), dalle Apuane alla val di Vara, dalla Spezia a Capo Mele, dalle Alpi Occidentali (Pizzo d’Ormea, Monviso, Gran Paradiso, Cervino, Monte Rosa) a quelle lombardo-trentine (Pizzo Bernina, Adamello), alle città di Piacenza e Parma nella pianura Padana. Oltre il mare si distinguono le sagome delle isole di Capraia e Gorgona e della Corsica.

Dalla vetta dell’Aiona si potrebbe scendere in direzione ovest lungo una traccia (“sentiero” è già un parolone..) segnata con due linee gialle e un rombo rosso pieno. Sugeriamo tuttavia di dirigersi a sud, in modo da incontrare quasi subito l’Alta Via che procede in lieve discesa - ben segnalata da evidenti picchetti in legno - dapprima fra massi e detriti quindi sulla dorsale erbosa del Pian delle Pumme (1615 m).

Scendendo da qui nella faggeta il sentiero si fa pietroso e sconnesso per raggiungere rapidamente il

### **Passo Prè di Lame (1537 m / 3 h 30’)**

Dal valico si abbandona l’Alta Via - che prosegue pianeggiante nella faggeta in direzione ponente - e si scende verso nord, nel versante avetano, lungo il sentiero segnato con due linee gialle. Il percorso di discesa è inizialmente piuttosto ripido e sconnesso, almeno sino a giungere a un rio che si guada piegando un poco a sinistra.

La discesa continua quindi tra i faggi sino a un bivio (1435 m circa) dove compare l’indicazione per il passo Cerighetto (a destra); si prende a sinistra sino a un secondo bivio (1425 m) da cui si continua a scendere verso destra lungo una vecchia mulattiera; questa costeggia un ruscelletto, passa accanto a una fonte e incontra un piccolo pianoro umido e alberato (1300 m circa), allagato in primavera e vivacizzato da una scrosciante cascatella.

Prendendo invece a sinistra si arriverebbe alla Riserva naturale orientata delle Agoraie: un ambiente caratteristico e insolito di laghetti, stagni, prati umidi semi nascosti fra i boschi di una conca di origine glaciale. Dal punto di vista botanico questi prati umidi rivestono grande interesse perché ospitano specie vegetali che rappresentano veri e propri “reliqui glaciali”, ovvero piante tipiche della flora artico-alpina, che normalmente vivono a quote assai o comunque in zone decisamente più settentrionali, quali la Groenlandia.

La Riserva delle Agoraie è chiusa da un recinto e la sua visita viene autorizzata dal Corpo Forestale dello Stato per soli scopi scientifici e didattici. In alcune, rare occasioni il Parco Naturale dell’Aveto organizza escursioni guidate e a numero chiuso all’interno dell’area. Per informazioni: 0185 340311.

Il “pezzo forte” della Riserva è rappresentato dal Lago degli Abeti, sul cui fondo giacciono da alcune migliaia di anni alcuni tronchi di abete bianco perfettamente integri, a testimoniare la presenza di questa conifera.



Per osservare e comprendere la valenza ambientale di quest'area, ricca di prati umidi e laghetti, non è necessario, tuttavia, entrare nella Riserva vera e propria. Se ne trovano anche all'esterno, ad esempio la Pozza della Polenta, il Lago Coda d'Asino e il Lago di Asperelle; si trovano tutti a breve distanza da una strada forestale che scende a tornanti nel bosco e prosegue verso il Lago delle Lame.

Ma ritorniamo al nostro itinerario: dal bivio di quota 1425 la mulattiera scende nella faggeta avvicinandosi a un poggio panoramico dal quale si possono ammirare le cime dei monti Aiona, Maggiorasca, Antola, Alfeo e Lèsima. Sullo poggio ci sono alcune panche per meglio contemplare il panorama.

Giunti a una biforcazione si prende a destra; il sentiero si fa ora più dolce e, offrendo belle vedute sulla val d'Aveto, scende fra boschetti e radure sino a un crocevia (1050 m circa). Da qui, voltando brevemente a sinistra in lieve salita e, passando accanto all'albergo che si affaccia sullo specchio d'acqua sottostante, si raggiunge il delizioso

#### **Lago delle Lame (1043m / 4 h 30')**

il più turistico (ma non per questo meno suggestivo) dei numerosi laghetti che punteggiano il Parco dell'Aveto. Da qui inizia la strada asfaltata che attraverso il bosco e i campi scende verso Magnasco.

Per riprendere il sentiero segnato con la doppia riga gialla occorre risalire al crocevia a quota 1050 per poi procedere in discesa nel bosco di conifere: il sentiero interseca due volte la discesa asfaltata e la incontra una terza volta, seguendola per un centinaio di metri; poi, nel punto in cui la strada disegna una curva a destra, si riprende il sentiero che scende diritto fra prati e terreni agricoli; occorre prestare attenzione ai bivi successivi, in particolare a quello a quota 873 fra due viottoli campestri: qui non c'è alcuna segnalazione, si deve prendere a destra. Con breve cammino si arriva alla borgata di

#### **Magnasco (823 m / 5 h)**

frazione di Rezzoaglio sulla SP 654, dove si trova una fermata della corriera e ha termine l'itinerario.



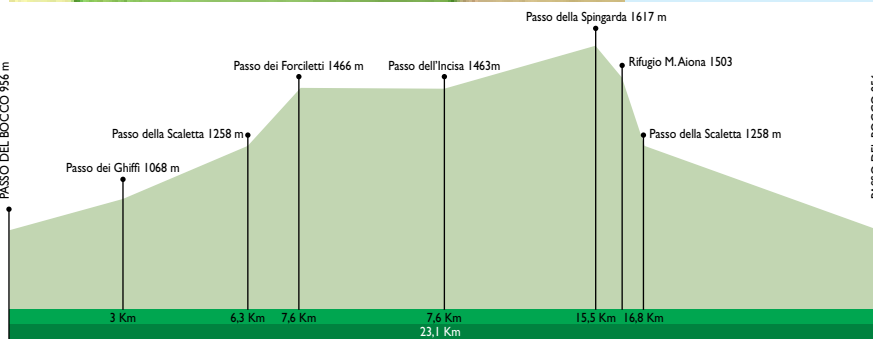
## Anello del Bocco



**Periodo consigliato:**  
Dalla primavera all'autunno - l'inverno è sconsigliato perché nevicata forte, c'è il rischio di ghiaccio e fa molto freddo

**Durata del percorso:**  
2h30'

**Caratteristiche:**  
È un percorso molto interessante dal punto di vista geologico, botanico e paesaggistico



L'itinerario riprende in sostanza la tappa numero 34 dell'Alta Via, con una variante che chiude l'anello dandogli la forma di un lazo, per una lunghezza totale di circa 22 chilometri. Siamo in parte ai confini, in parte all'interno del Parco Naturale Regionale dell'Aveto, in una delle zone più interessanti - soprattutto sotto il profilo geologico - dell'Appennino Ligure: affioramenti di rocce ofiolitiche e colate basaltiche nonché la bizzarra presenza della Pietra Borghese, risalita sin qui letteralmente dalle viscere della terra. I motivi di interesse dell'itinerario, tuttavia, non si esauriscono qui: il Monte Penna rappresenta ad esempio una delle più belle vette della Liguria di Levante e la copertura forestale dell'area è ricca e imponente.

Il percorso presenta vari gradi di difficoltà, alternando tratti di strada asfaltata e quasi pianeggiante a facili sentieri aperti e panoramici, a ripidi e un poco vertiginosi passaggi su roccette esposte (sconsigliabili con condizioni meteo avverse e in pieno inverno). Rare e praticamente invisibili le tracce della presenza umana, se si esclude l'asfalto nel tratto iniziale-finale del percorso. Per contro è tutt'altro che difficile imbattersi in animali, siano essi piccoli o grandi mammiferi - senza sperare di avvistare i lupi, che pure sono presenti - uccelli rapaci o, con un po' di fortuna e vista acuta, simpatici anfibi o elusivi coleotteri.

**Accesso, punto di partenza**

**Con mezzi pubblici:**

Il Passo del Bocco è raggiunto dalla linea 121 dell'ATP Tigullio, in partenza dalla stazione ferroviaria di Chiavari. Gli orari sono consultabili sul sito [www.tigulliotrasporti.it](http://www.tigulliotrasporti.it) o telefonando allo 0185.3731. La linea bus Chiavari-Bedonia è altresì servita dalla TEP (Trasporti Pubblici Parma), <http://www.tep.pr.it/>, Tel. 800 977 966. È possibile pianificare meglio il viaggio usufruendo di un utile servizio fornito dal sito regionale [www.orariotrasporti.regione.liguria.it](http://www.orariotrasporti.regione.liguria.it), che combina orari e mezzi di trasporto per raggiungere le diverse aree della Liguria.

**Con mezzi propri:**

autostrada A12 Genova-Rosignano, con uscita al casello di Lavagna. Si risale la valle Sturla verso Carasco (SP 225), Borgonovo di Mezzanago (SP 586, direzione Santo Stefano d'Aveto), prendendo poi per il Passo del Bocco lungo la SP 26 bis.



Il rifugio "Antonio Devoto" (44 posti letto e bar ristorante) è sede del Centro Servizi Alta Via al Passo del Bocco (956 m) e punto di partenza dell'itinerario.

Da qui si imbecca la SP 49 che procede - asfaltata ma poco trafficata - in lievissima salita fra i pini in direzione nord, passando accanto al Giardino Botanico "Federico Delpino"; rapidamente si supera un colletto, si valica il crinale fra valle Sturla ligure e val Taro emiliana e, lasciando a sinistra il monte Bocco (1086m), si prosegue in provincia di Parma sul versante orientale del crinale (SP88) in lievissima salita fra boschetti e radure, con belle viste sull'alta valle del Taro. Circa due chilometri e mezzo di questa facile e piacevole strada conducono al



### **Passo dei Ghiffi (1068 m / 1 h)**

dove, voltandosi indietro, si può contemplare il bel versante nord del monte Zatta ricoperto di boschi. Qui si lascia la strada, che “rientra” in Liguria ridiscendendo verso Sopralacroce, e si sale a destra lungo lo spartiacque-confine regionale, prima tra faggi quindi fra pini. Si raggiunge così l'alberata cima del monte Ghiffi (1237 m); è bella la pineta di crinale aperta e panoramica che si affaccia a levante sulla emiliana valle del Taro col borgo di Santa Maria del Taro (PR). Sul lato ligure si scorge il monte Ramaceto con la maestosa bastionata rocciosa ad anfiteatro che chiude la val Cicana. Breve la discesa sulla cresta nord sino a una sella erbosa a quota 1167 m dove, da sinistra, sale un sentiero, segnato A8 in rosso e con un quadrato giallo pieno; questa segnaletica si aggiunge ai due pallini blu pieni che identificano lo spartiacque principale. Da qui si vede, in direzione ponente, il lago di Giacopiane. L'Alta Via ora aggira sul lato orientale, emiliano, il monte Pertusa, fra faggi e faggetti, arbusti e alberelli, offrendo belle

viste sulla sottostante val Taro e il monte Gòttero sullo sfondo. È un sentiero appenninico molto bello, facile, piano, comodo e panoramico, in una parola: piacevole... Oltre un costone appare, di fronte, la bella vetta piramidale del monte Penna, “signore” di questo itinerario. Si continua a mezza costa attraverso un pascolo, incontrando una fontana, attraversando tratti di rocce ofiolitiche dalle caratteristiche tonalità verdegrigio lucente, entrando in una bella pineta di rimboschimento. Si raggiunge così il

### **Passo della Scaletta (1258 m / 2 h)**

(indicato anche come “Incisa della Scaletta” e quotato, su alcune carte, 1262 m); qui si tralascia il sentiero segnato col quadrato giallo che va a sinistra indicando “Passo della Spingarda 1h” e si prosegue dritti sul crinale, lungo un sentierino che si inerpica su rocce che rendono necessario ricorrere alle mani durante la salita. È questo il tratto dell'itinerario che richiede maggiore attenzione: probabilmente è uno dei più difficili dell'intera Alta Via. In compenso il panorama che si gode lungo la salita è grandioso, verso la val Taro e verso quasi tutte le cime della Liguria di Levante.

Il cammino si fa poi più agevole, fra erba e spuntoni rocciosi, sino ad avvicinarsi alla cima della Rocca della Scaletta (1433 m); questa cima e il passo sottostante prenderebbero il nome dalla cresta rocciosa gradonata che si è appena percorsa; gradini che, secondo alcune tradizioni orali, sarebbero stati scavati dai Liguri preistorici che veneravano - come moltissime altre popolazioni primitive - le vette dei monti. Lungo questa via i primi Liguri raggiungevano il sacro Monte Penna, il cui nome sarebbe riferibile al dio Pen, signore ligure-celtico delle vette. Va aggiunto peraltro che il toponimo “Penna” e derivati, col significato di “vetta montuosa alta e rocciosa”, si ritrovano in numerosi nomi di montagna quali, ad esempio, le Alpi Pennine.

Dalla Rocca si scende e si risale all'interno di una faggeta, lungo un sentiero piuttosto largo e comodo sino al boscoso



Monte Penna



### **Passo dei Porciletti (1466 m / 2 h 30')**

Dove, da sinistra, arriva il sentiero col quadrato giallo che, partendo dal Passo della Scaletta, ha aggirato la difficile Rocca della Scaletta e rappresenta quindi una variante più facile per questo tratto di Alta Via. Da qui si lasciano il crinale e il confine regionale e si entra decisamente in Emilia, procedendo a mezza costa sul versante della val Taro in una bellissima faggeta. Si supera la Fontana del Becio, o dei Cacciatori (1450 m circa), poi si taglia il versante est del monte Nero passando per una suggestiva distesa di massi grigi nota come *Mare d'Pria* (mare di pietra). Il monte Penna è ormai vicino e si può ammirare in tutta la sua maestosità. Altrettanto maestoso è il torrente Incisa, che attraversa la faggeta rumoreggiando col frastuono tipico di un giovane corso d'acqua montano; superati i suoi scrosci, irruenti soprattutto in tarda primavera col disgelo, una breve salita conduce al

### **Passo dell'Incisa (1463 m / 3 h)**

Aperto e ameno punto di incontro fra diversi sentieri e attraversato da una splendida strada sterrata, sul confine emiliano-ligure, con un antico cippo del confine Regno di Sardegna - Ducato di Parma. A nord del passo scendono fitte e deserte le foreste dell'alta Val d'Aveto, a sud quelle altrettanto folte e spopolate dell'alta val di Taro. L'Incisa risulta un luogo raro (ma fortunatamente non rarissimo sull'Appennino) in quanto un poco "fuori dal tempo".

Vale ricordare che, con 45 minuti di cammino dall'Incisa, si sale (quadrato giallo pieno e croce gialla), prima fra i faggi poi su prato al monte Penna (1735 m), che a nord si alza con una parete quasi verticale dai faggi e dai pini della val d'Aveto e a sud scende fra i faggi della val Taro; esso si trova quindi interamente sul lato padano della catena appenninica.

Sulla vetta si trovano una statua della Madonna e una cappelletta-rifugio.

Il cammino prosegue lungo l'Alta Via, che ora piega decisamente a ovest e, un po' lungo il confine sul crinale Taro-Aveto, un po' sul versante sud - emiliano - del mon-

te Cantomoro, sale e scende attraverso una bella faggeta, con scorci panoramici sui monti circostanti (Penna, Maggiorasca) e sul mare all'orizzonte.

Si arriva così a una ampia e molto bella sella prativa fra i monti Cantomoro e Nero (1623 m); qui si rientra in Liguria e, fra boschetti, prati, grossi massi, le viste sull'Aiona e i lontani monti Antola e Lesima, si scende agli acquitrinosi Prati di Montenero, da cui si scorge il mare.

Una piacevole faggeta di crinale conduce in breve all'aperto e sassoso

### **Passo della Spingarda (1549 m / 4 h)**

tornando quindi sullo spartiacque principale Aveto-Sturla. Siamo qui nelle zone centrali del Parco dell'Aveto; si lascia l'Alta Via, diretta lungo un aperto e pietroso crinale al monte Aiona, mentre una larga carrareccia conduce in breve al

### **Rifugio Monte Aiona (1503 m / 4 h 15')**

ai margini di un vasto ripiano erboso e acquitrinoso noto come Prato Mollo (1480 m circa). È questo uno dei più famosi "luoghi tipici" del comprensorio del Parco, magnifico soprattutto sotto i colori di certi movimentati tramonti autunnali o tardo primaverili; è un paesaggio, che trasmette sensazioni, se così si può dire, "irlandesi-oniriche"...

Dal rifugio - dove si può pernottare in estate e nei fine settimana di primavera ed autunno - si può compiere una breve deviazione sul lato occidentale del Prato Mollo per andare a osservare la Pietra Borghese, una rupe formata da blocchi durissimi e magnetici di Iherzolite. Si tratta di una roccia del mantello terrestre, parente delle ofioliti che formano l'ossatura dei monti Penna e Aiona.



## Il lupo

Un gradito ritorno è quello del lupo, coerente al lento ripopolamento che dagli anni '90 ha coinvolto tutto l'Appennino ligure e anche il settore occidentale dell'arco alpino. Un fenomeno dovuto all'incremento del principale anello della catena alimentare, gli ungulati selvatici e il capriolo in particolare, ma anche nella maggiore sensibilità naturalistica delle comunità locali. Le estese faggete e aree di crinale dell'Aiona e del Maggiorasca sono oggetto di escursioni tematiche da parte delle Guide del Parco che accompagnano gli escursionisti sulle orme di questo carnivoro. Dal rilevamento delle impronte è stato possibile stimare la dinamica dell'insediamento, l'ecologia alimentare del predatore, la popolazione nel territorio del Parco e zone limitrofe. Il loro avvistamento è riservato a pochi fortunati; il lupo è estremamente elusivo ed evita accuratamente il contatto con l'uomo.



Leggenda vorrebbe si trattasse di un meteorite, mentre essa proviene in realtà dalle profondità della terra.

Dalla Pietra Borghese si raggiunge il lato opposto del pianoro di Prato Mollo, trovando il sentiero segnato con tre pallini rossi e la dicitura A8 in rosso, che scende in direzione sud-sudest accanto a un ruscelletto; si scende nella sassosa boscaglia di bassi faggi godendo delle viste sui monti Gottero e Zatta e sulla val di Vara col mare e la costa toscana all'orizzonte, sulla vicina valle Sturla, sul monte Ramaceto e ancora sulle distanti Alpi Marittime. Si tralasci la deviazione diretta per il passo dell'Incisa (tre pallini rossi) e si scenda a destra seguendo il segnavia "croce rossa" ammirando il roccione della Rocca dei Porciletti; si prenda quindi in considerazione il segnavia "quadrato giallo pieno" che prosegue a sinistra, scendendo a tornanti nel selvaggio vallone del ruscelletto, lungo un sentiero ripido e sassoso colorato qua e là di rosso da alcuni affioramenti di diaspro; il rio, spumeggiante in primavera, va superato attraverso un ponticello detto Ponte Berone (1240 m).

Una leggera salita porta nuovamente al

### **Passo della Scaletta (1258 m / 5 h)**

dove ci si immette nuovamente sull'Alta Via, ricalcando i passi percorsi alcune ore prima. Da qui il ritorno al Passo dei Ghiffi e al

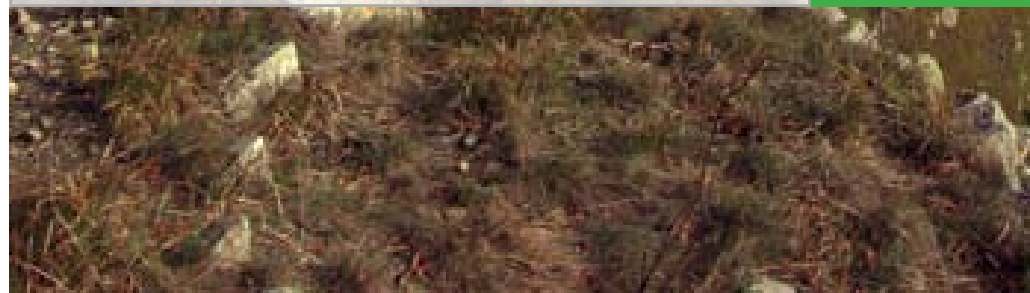
### **Passo del Bocco (956 m / 7 h)**

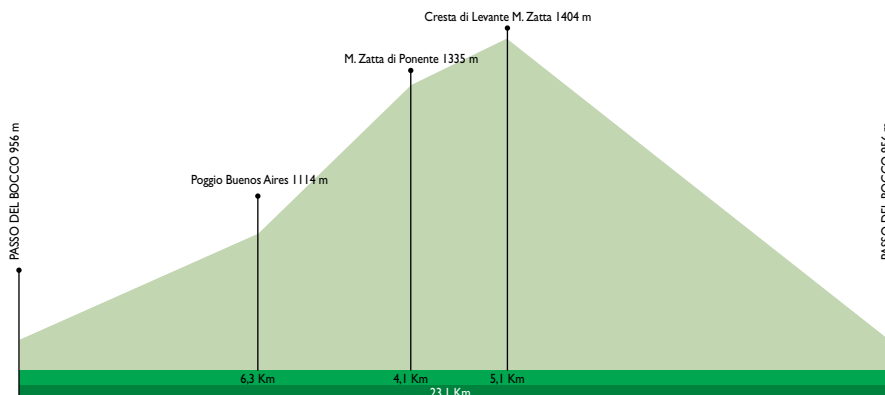
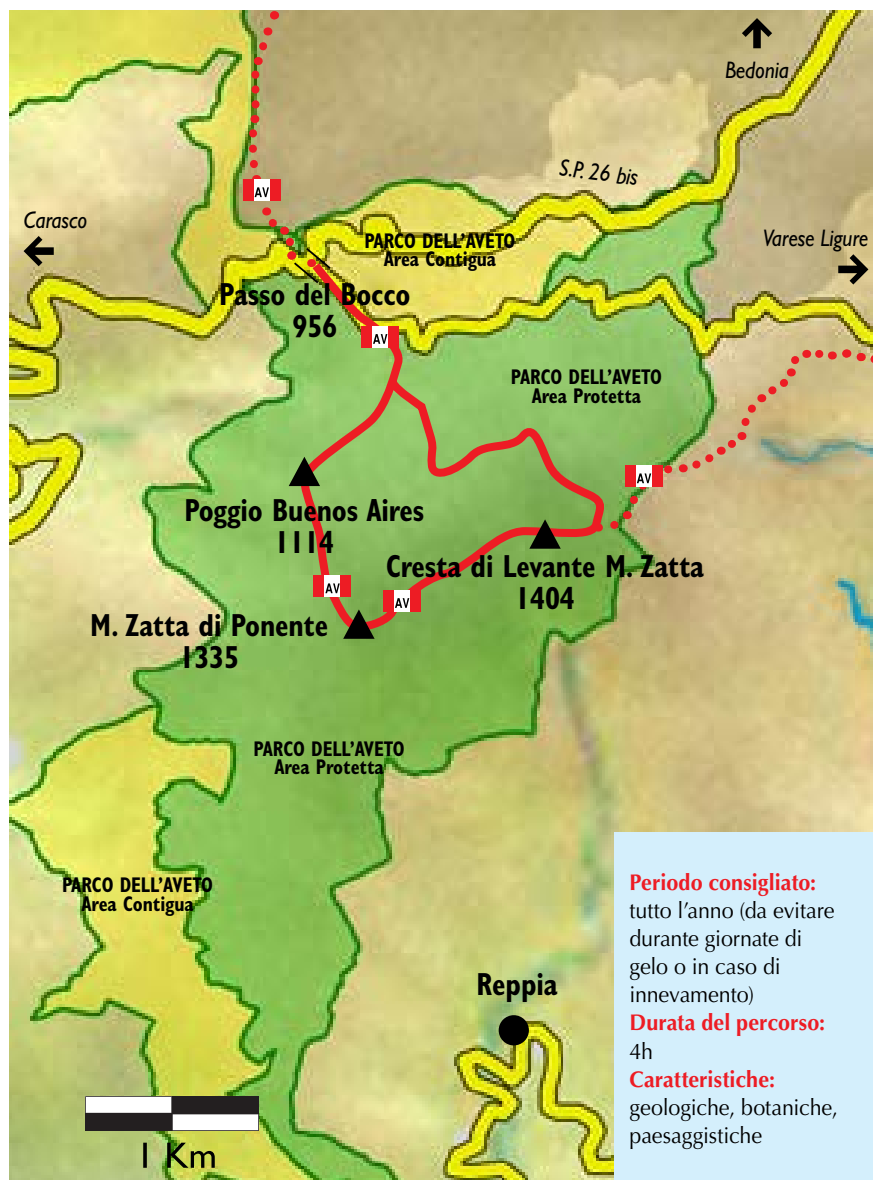
non presenta sorprese.



## Anello del monte Zatta

5





Da un lato la faggeta, dall'altro strati orizzontali di roccia arenaria. Il monte Zatta si presenta così: un particolare insieme naturale di incontaminata bellezza. A sud presenta un'aspra bastionata, composta da numerosi strati di roccia e ricoperta d'erba, che si affaccia ad anfiteatro, con uno spettacolare circo di erosione, sulla val Graveglia; a nord, lungo l'ultimo strato superficiale, un dolce pendio è ricoperto dalla più vasta e spettacolare faggeta della Liguria.

La cresta del monte, che si leva tra le province di Genova, della Spezia e le valli dell'Entella, del Vara e del Taro, delimita per circa un chilometro il netto confine tra faggeta e gli strati affioranti di roccia.

Il giro ad anello del monte Zatta percorre parte del tratto dell'Alta Via che, dal passo del Bocco, conduce alla colla Craiolo e rappresenta un itinerario di notevole bellezza e suggestione.



### Accesso e punto di partenza

#### Con mezzi pubblici:

Il Passo del Bocco è raggiunto dalla linea 121 dell'ATP Tigullio, in partenza dalla stazione ferroviaria di Chiavari. Gli orari sono consultabili sul sito [www.tigulliotrasporti.it](http://www.tigulliotrasporti.it) o telefonando allo 0185.3731. La linea bus Chiavari-Bedonia è altresì servita dalla TEP (Trasporti Pubblici Parma), <http://www.tep.pr.it/>, Tel. 800 977 966.

È possibile pianificare meglio il viaggio usufruendo di un utile servizio fornito dal sito regionale [www.orariotrasporti.regione.liguria.it](http://www.orariotrasporti.regione.liguria.it), che combina orari e mezzi di trasporto per raggiungere le diverse aree della Liguria.

#### Con mezzi propri:

Per chi utilizza l'auto, dall'uscita autostradale di Lavagna (A12 Genova-Livorno) si segue oltre Carasco la strada provinciale 586 per S. Stefano d'Aveto. Prima di entrare in Borgonovo si prende a destra la SP26bis del Bocco.

In alternativa il passo del Bocco è raggiungibile dalla val Graveglia attraverso il passo della Biscia e Cassego, da Varese Ligure (SP) lungo la SP 49, da Santa Maria sul Taro (PR) lungo la SP3 e ancora da Borzonasca, lungo la provinciale che transita da Sopralacroce e dal passo dei Ghiffi.

Il Passo del Bocco, punto di partenza dell'itinerario, fu antico valico dell'Appennino tra la valle Sturla e la val di Taro. Qui, a 952 m di altezza, è stato recentemente ristrutturato dal Parco un vecchio albergo e trasformato in un moderno e funzionale rifugio: il "Rifugio Antonio Devoto" rappresenta un punto di ristoro, aperto da Pasqua a Ognissanti e durante le feste natalizie; se si sceglie di mangiare o pernottare al rifugio è sempre meglio verificare telefonicamente apertura e disponibilità prima di partire (Tel.: 0185.342065, [www.rifugiodelbocco.it](http://www.rifugiodelbocco.it)).

Proprio di fronte al rifugio, sul lato opposto della carrozzabile, si trova un'area attrezzata, mentre nei pressi il Parco ha allestito un giardino botanico e un breve "Sentiero Natura" (Laghetto del Bocco).

Dal Passo del Bocco si prende la carrozzabile per il passo della Spingarda, procedendo in direzione Varese Ligure; passando per il laghetto del Bocco, l'itinerario devia dalla strada asfaltata per proseguire lungo un ampio sterrato (occorre seguire il segnavia bianco-rosso dell'Alta Via) di difficile percorribilità con l'auto.

Si guadagna quota lungo alcuni tornanti per raggiungere in breve una biforcazione. Da qui si prosegue a destra lungo lo sterrato in discesa, caratterizzato da doppio segnavia (Alta Via e A10). Dopo una breve discesa, la stradina prosegue in piano, alternando alcuni lievi saliscendi nel bosco misto che, gradualmente, lascia spazio ai primi faggi. Il sentiero, ampio e ben visibile, scavalca alcuni torrentelli, particolarmente suggestivi in autunno, quando il tappeto uniforme delle foglie rosse dei faggi sul terreno crea un contrasto intenso.

L'ampio sterrato si immerge quindi nella faggeta, con tratti in salita alternati ad altri, brevi, in piano. Forti sono la suggestione e il fascino del percorso nel folto della foresta. Ma la faggeta non ha solo un valore estetico-paesaggistico. Essa riveste anche, o soprattutto, un'importante funzione ecologica, mantenendo in perfetto equilibrio l'ecosistema locale: i maestosi esemplari di faggio rappresentano un importante rifugio per la fauna proveniente dai caldi versanti meridionali dello Zatta. Diverse specie protette di uccelli possono essere avvistati in quest'area: dai più conosciuti, come l'astore, al falco pecchiaiolo o l'averla piccola. Essi trovano qui un ambiente ideale caratterizzato dalla presenza contemporanea di boschi e spazi aperti.

Il sentiero si restringe gradualmente, sviluppandosi lungo il fianco della montagna e aprendo la vista alle Alpi in lontananza nonché alla sottostante val Mogliana. Si prosegue tralasciando un sentiero che scende a destra. Percorso un successivo, breve tratto in salita nel bosco si raggiunge il

#### **Poggio Buenos Aires (1114m /45').**

Il toponimo evoca il periodo dell'emigrazione, fenomeno che all'inizio del Novecento aveva provocato lo spopolamento di queste valli.

Sul poggio si trova un'area attrezzata del Parco con tavoli, panche e area fuoco. Superata l'area attrezzata, il nostro itinerario tralascia l'ampio sterrato che procede in piano sulla sinistra e risale il bosco lungo un ripido e angusto sentierino, contrassegnato dal segnavia AV. Oltrepassato un maestoso faggio, il tracciato risale il bosco e,



*Panorama da Poggio Buenos Aires*





Verso il monte Zatta

superati alcuni tornanti, raggiunge uno sterrato in salita. Si prosegue ora nella pineta per risalire alcuni tornanti. Poi la faggeta torna padrona. Si raggiunge una zona aperta sulle valli circostanti fino al mare, per risalire poi ancora nella faggeta, tuttavia più rada in questa porzione di percorso..

Oltrepassato un tratto esposto, dal quale è possibile avvistare il litorale fino a Portofino, il percorso si inoltra nuovamente nel bosco e incrocia due deviazioni, entrambe verso sinistra. La prima merita di essere considerata perché conduce in breve, attraverso un piccolo sentiero, al "Faggio 40" o "Faggio dello Zatta": un albero monumentale, caduto nel 2005 a seguito di un' aggressione fungina. Il suo nome pare derivare da una leggenda secondo la quale quaranta contadini sorpresi da un violento temporale trovarono riparo sotto di esso.

Tornati sul sentiero principale si procede nel bosco misto: una deviazione a sinistra permette, in caso di necessità, di raggiungere un piccolo riparo in legno.

Mentre il sentiero principale conduce, attraverso dolci e ampi tornanti in salita, al

### Monte Zatta di Ponente (1355m 2h).

Sulla vetta si trovano una piccola edicola votiva e una croce. Da questo punto è possibile osservare l'irregolare cresta dello Zatta, che si estende per più di un chilometro e mostra i suoi due opposti versanti. Il panorama spazia sulla val Graveglia, sulle non lontane cime del monte Porcile, Alpe e Treggin, fino al mare; se la giornata è limpida si arrivano ad avvistare, in lontananza, le Alpi Apuane.

Oltre la vetta il sentiero prevede un alternarsi di tratti in piano e di saliscendi, sempre fiancheggiando la faggeta e il versante ripido, con i suoi evidenti strati di roccia sedimentaria. Tratti panoramici ed esposti si alternano nella faggeta: i segnavia AV sono rari qui, ma rimangono evidenti, e altrettanto utili, quelli A10.

Un sentierino che si sviluppa verso destra conduce a una grossa croce in ferro posta su un punto elevato e aperto al panorama sulla vallata.

Si procede quindi, sempre in cresta e alternando ancora tratti aperti ad altri in faggeta, per giungere infine alla

## La faggeta dello Zatta

Considerata una delle più belle faggete della Liguria, si estende per tutto il lato nord del monte Zatta. Oltre agli evidenti aspetti estetici, garantiti dai suoi notevoli esemplari che si elevano slanciati e creano affascinanti forme con i loro rami irregolari, la faggeta presenta anche importanti aspetti ecologici. Per un naturale dinamismo vegetale, noto ai botanici, la vegetazione tende a svilupparsi fino a quando non raggiunge un equilibrio, in grado di mantenersi stabile salvo incendi o disboscamenti. In Liguria sono proprio la faggeta, la lecceta o il querceto a rovere a dominare i boschi e raggiungere questa particolare condizione, detta, con vocabolo scientifico, "climax". Dove l'uomo non ha interrotto il processo naturale con rimboschimenti errati (il caso delle conifere ne è un esempio), con tagli ripetuti o ancora dove frane e incendi non hanno interrotto lo spontaneo dinamismo vegetazionale, il bosco ha raggiunto il suo culmine evolutivo.

Il faggio è un albero che può raggiungere un'altezza di 30-35 m e un diametro di oltre 1,5 m; normalmente longevo, raggiunge i 150 anni di vita e in casi eccezionali anche i 300-400 anni. Predilige condizioni climatiche oceaniche tendenzialmente umide e miti, tollera abbondanti precipitazioni, ma soffre le gelate tardive. La comunità vegetale della faggeta offre riparo ad alcuni animali, ma per le sue caratteristiche biologiche, come una fruttificazione abbondante solo ogni 4-5 anni, non è in grado di nutrire una fauna numerosa. Sono prevalentemente gli uccelli a trovare nei vecchi esemplari di faggio interessanti ripari e a sfruttarne i pregi naturalistici. Ecco perché è possibile ammirare tra i suoi rami e nei dintorni specie che amano l'alternanza di spazi aperti e boschi riparati.



## Gli alberi monumentali

Uno dei tanti patrimoni naturalistici che la Liguria possiede sono gli alberi monumentali, più o meno enormi e generalmente plurisecolari. Sono tanti, alcuni dichiarati ufficialmente tali da una legge regionale (L.R. 4/99) che li tutela, altri privi, diciamo così, d'etichetta ma "battezzati" con nome e cognome dagli abitanti dei luoghi in cui questi giganti della natura vivono. Nel Parco dell'Aveto e intorno all'Alta Via si trovano ad esempio il Castagno del Poggio di Borzonasca, il Cipresso di Borzone, la Roverella di Gòsita a Ne, la Sequoia di La Villa a Santo Stefano d'Aveto, il Faggio 40 del monte Zatta a Mezzanego, il castagno *Elefante* di Borzonasca, le *Colonne d'Ercole* e il *Re della Foresta*, faggi della Foresta delle Lame.

## L'arenaria del monte Zatta

Se a nord è la faggeta a colpire l'attenzione, a sud, proseguendo nell'itinerario, sono le arenarie a sorprendere, con i loro strati che precipitano aspri e imponenti.

Le arenarie sono rocce sedimentarie che si sono originate lungo il corso di tempi geologici grazie a combinazioni chimiche di varia natura. Le rocce sedimentarie rappresentano la maggioranza delle rocce visibili sulla superficie terrestre. A formarle sono stati diversi materiali erosi trasportati da agenti naturali come i fiumi, il vento o la forza di gravità. Per chi non ha familiarità con la materia, l'espressione tecnica per questo processo di solidificazione è "compattazione e litificazione". In questa ambito rientrano anche le conformazioni che si creano in ambiente marino, come le costruzioni coralline o i materiali organici che hanno subito una dissoluzione chimica. L'aspetto attuale delle arenarie del monte Zatta è dunque l'effetto combinato dei sedimenti che in vari strati sono arrivati ai giorni nostri dopo aver subito i notevoli movimenti della crosta terrestre. Un incredibile processo naturale che fa parte di una "piega coricata" di uno spessore che raggiunge anche i 500 m circa e che caratterizza anche il non lontano Monte Ramaceto.

### Vetta di Levante del Monte Zatta (1404m/2h 30').

Da qui è ben visibile lo sviluppo dell'Alta Via che si sviluppa, nel suo tratto spezzino, alle spalle delle Cinque Terre.

Dalla cresta lo stretto sentiero scende ripido fino a raggiungere il crinale.

Poco prima di monte Prato Pinello, raggiunto dall'Alta Via, si incontra a sinistra la deviazione dell'anello dello Zatta con segnavia A10.

Il sentiero procede ancora in discesa e si inoltra nella fitta pineta, delimitata e come accerchiata dalla faggeta. Non si tratta di uno scenario casuale: in passato, errate politiche di rimboscimento hanno privilegiato le conifere. Una soluzione inizialmente gradevole, ma solo sotto il profilo estetico: con il tempo questi alberi si sono rivelati una minaccia, impoverendo il terreno, il paesaggio e le risorse per la fauna.

Oggi un'attenta scelta ecologica tutela la faggeta e la sua ideale capacità di adattamento e valorizzazione del territorio.

Il tracciato scende ripido e raggiunge la fonte Prato Pinello, nei cui pressi è stata allestita una piccola area di sosta. Si procede quindi in piano, per attraversare ancora la stupenda faggeta; a un bivio si prosegue quindi a sinistra, prima in semipiano, poi in lieve discesa, per inoltrarsi ancora in una pineta.

Trascurata una nuova deviazione per il Faggio 40, dopo alcuni tratti in discesa e in lieve pianura si oltrepassa un piccolo ruscello. Raggiunto un secondo rio, lo si costeggia fino a una deviazione a sinistra, per scendere ancora a fianco di un tratto di bosco recintato.

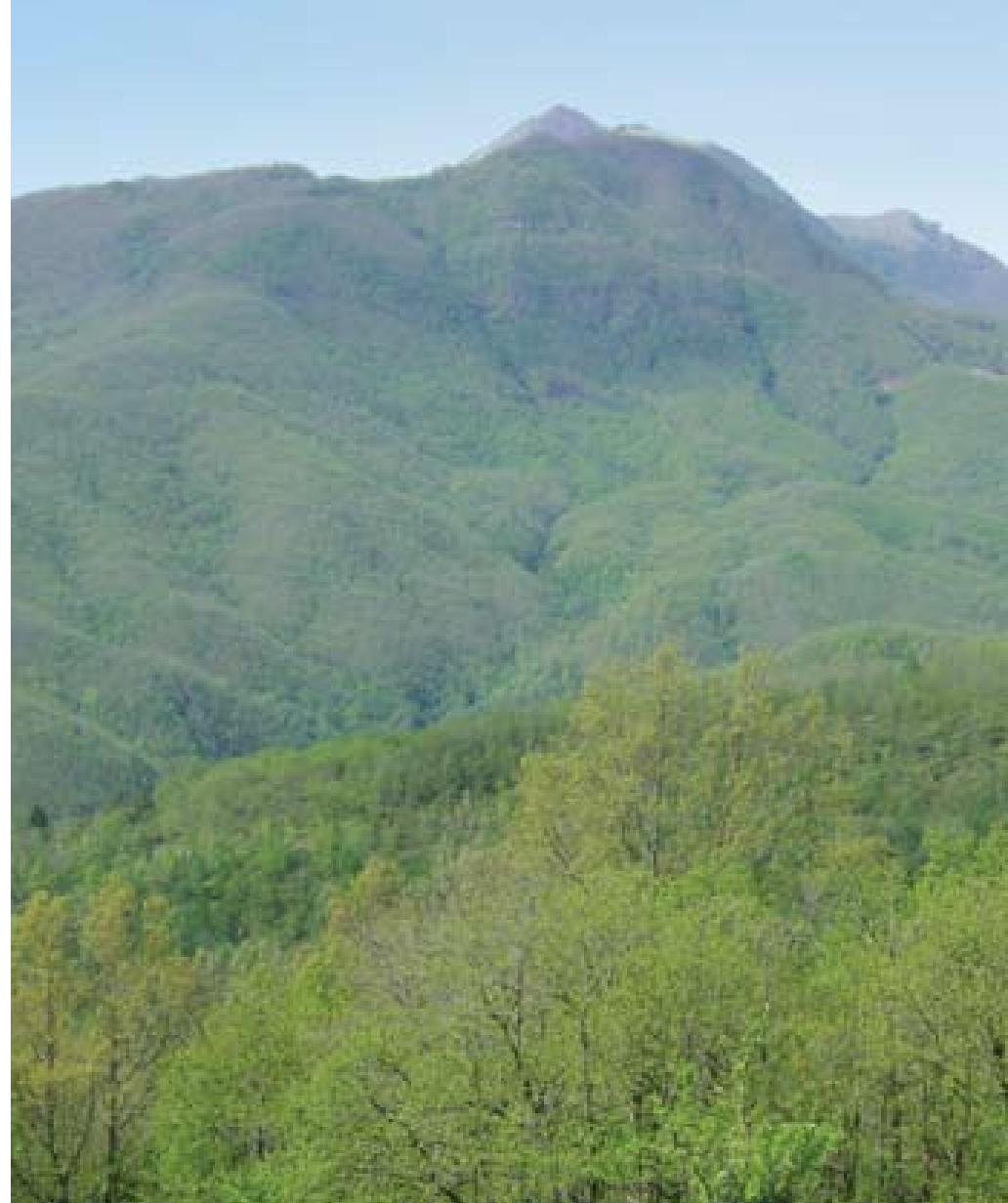
Oltrepassata una proprietà privata, una porzione di bosco misto conduce all'ampio sterrato semiasfaltato che, in breve, riporta al bivio incontrato a inizio itinerario.

Si prosegue, infine, lungo lo stesso tratto di partenza, fino al Passo del Bocco.

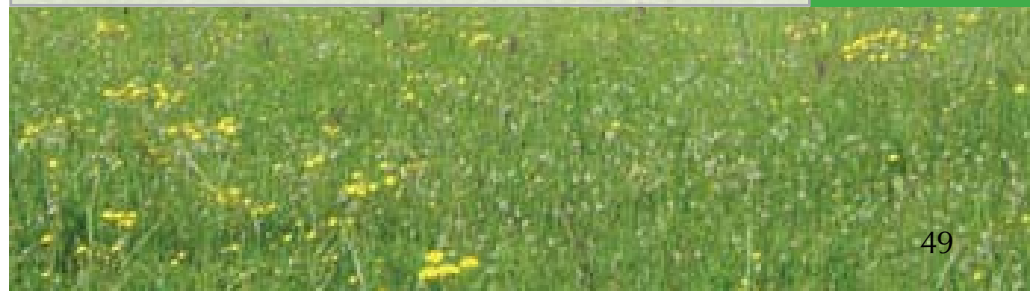


A fianco: panorama dal monte Zatta.

Nella pagina a fianco: panorama da case Forcella



## Varese Ligure Passo Chiapparino - Colla Craiolo Monte Zatta - Passo del Bocco





**Periodo consigliato:**

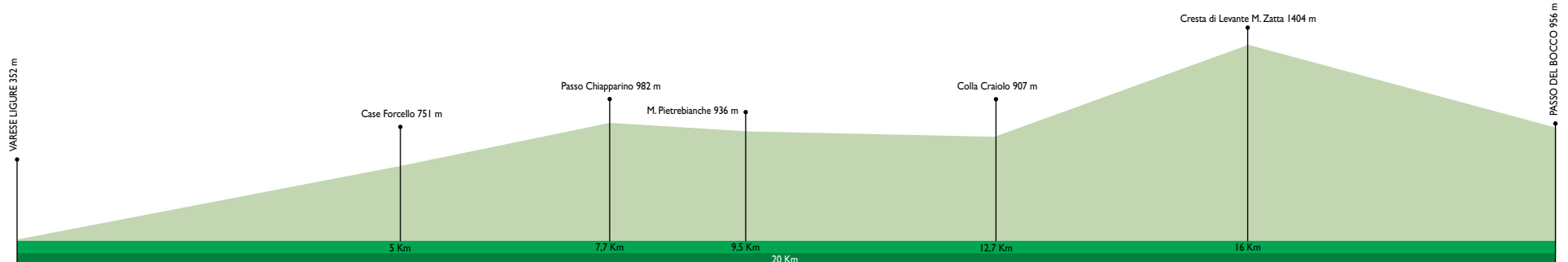
Da aprile a novembre; ovvero, da quando si scioglie la neve sullo Zatta e lungo il crinale, sino alle prime nevicate abbondanti d'inverno

**Durata del percorso:**

7h30'

**Caratteristiche:**

È un percorso di interesse geologico, botanico, architettonico e storico, con bei panorami



Questo percorso di notevole fascino è lungo circa 25 km e comprende la tappa n° 35 e parte della tappa n° 36 dell'Alta Via.

La salita da Varese Ligure, capoluogo storico ed economico dell'alta val di Vara, conduce letteralmente dalla cultura alla natura. La stessa Varese sintetizza questi due aspetti: oltre che un centro ricco di bella architettura, il borgo rappresenta una delle "capitali" dell'agricoltura e dell'allevamento biologici liguri.

La parte "alta" dell'itinerario si sviluppa dapprima lungo il crinale dell'Alta Via fra la val di Vara e la valle del Taro, in uno scenario dai profili dolcemente erbosi e boscosi, per toccare quindi le molteplici cime del Monte Zatta - 1400 metri di arenaria a cavallo fra le province di Genova e della Spezia - e raggiungere al passo del Bocco il punto di incontro fra le valli del sistema Sturla-Graveglia, del Vara e del Taro - attraversando una magnifica faggeta che del monte Zatta ricopre il versante nord, mentre dal ripido versante sud si può osservare il mare all'orizzonte.

#### Accesso, punto di partenza

##### Con mezzi pubblici:

linee pubbliche dalla Spezia (per info e orari vd. [www.atclaspezia.it](http://www.atclaspezia.it)) e dalla provincia di Genova (per info e orari vd. [www.tigulliotrasporti.it](http://www.tigulliotrasporti.it)).

È possibile pianificare meglio il viaggio usufruendo di un utile servizio fornito dal sito regionale [www.orariotrasporti.regione.liguria.it](http://www.orariotrasporti.regione.liguria.it), che combina orari e mezzi di trasporto per raggiungere le diverse aree della Liguria.

##### Con mezzi propri:

chi proviene da Genova uscirà dall'autostrada A12 al casello di Sestri Levante per imboccare la SP 523. Provenendo invece dalla Spezia il casello giusto è quello di Brugnato, oltre il quale si imbecca la SP 566.

Al limitare del nucleo storico del nobile, elegante borgo di Varese Ligure (352m) si individua il medievale ponte di Grexino. Il toponimo indica la storica presenza dei "Greci", ovvero dai Bizantini che governarono la *Provincia Maritima Italarum*, cioè la Liguria, per alcuni decenni a cavallo fra il VI e il VII secolo d.C., essendo la Pianura Padana e l'Appennino occupati dai Longobardi. Il ponticello rappresenta il punto di partenza del percorso, classificato come raccordo AVML n° 71 e segnato dal CAI col n°30.

Si sale, fra le case colorate di Grexino, una bella scalinata. Oltre questa si percorre il breve tratto superstite dell'antica mulattiera che collegava Varese col Passo Chiapparino e l'alta Val di Taro per poi trovare l'asfalto di una stradina assai poco trafficata, molto gradevole in quanto risale un costone panoramico tra boschetti, prati e piccoli gruppi di case, con begli scorci su Varese, sul monte Zatta e sulle altre vette circostanti. Si superano tre bivi: a Case Boschetto (572m) si prosegue a sinistra; a Case Piazze (645 m) si continua a destra, a case Camou (674 m) di nuovo a sinistra verso Forcelle. Si arriva quindi in vista delle scenografiche

#### Case Forcelle (751 m / 1 h 30')

e al loro bivio si prende a destra; l'asfalto lascia il posto a una carrareccia che sale fra i pascoli in un paesaggio aperto, con magnifici panorami sull'alta val di Vara e sui monti circostanti, dallo Zatta al Penna al Göttero, sul quale si distendono in volo i rapaci:





### **Passo Chiapparino (982m / 2 h 30')**

Il toponimo deriva dalla voce dialettale *ciappa* = lastra di pietra, indicando pertanto un luogo ricco di pietre e rocce.

Si ritorna rapidamente sui propri passi per procedere lungo l'Alta Via in direzione ponente, avanzare quasi in piano lungo una sterrata sullo spartiacque, superare una piccola depressione del crinale, prendere a destra a un bivio, attraversare una sterrata che si dirige nella pineta che scende in val Tara, infine salire su una mulattiera fra boschetti e radure, con belle viste sulla val di Vara. Si arriva così al

### **Monte Pietrebianche (936 m / 3h)**

dal quale l'ondulato e panoramico crinale prativo prosegue con un sentiero ben battuto, ampio, agevole, intorno al quale crescono cespugli di rose spinose, quindi pini, arbusti, faggetti. Ampio e suggestivo appare il panorama su entrambi i versanti, verso le vallate e i monti Zatta, Penna, Gottero.

Occorre in ogni caso prestare attenzione, ché in questo tratto fino ai passi di Revota (863 m) e Sericiotto (855 m) la segnaletica AV risulta scarsa; fra i due valichi, ovvero a quota 880 m, l'Alta Via compie una breve, brusca deviazione a sinistra, sul versante del Tara; là inizia, non segnalato, un sentiero che scende a nord sino al fiume Tara (che in questo tratto traccia il confine fra Liguria ed Emilia) e alla SP3 della provincia di Parma, che dal Passo del Bocco discende la val di Tara sino a Bedonia. In questa zona il paesaggio risulta un poco più spoglio, con prati sassosi e cespugli lungo il tratto di crinale detto Costa dei Greci (ecco un altro riferimento ai Bizantini) che conduce al Monte La Crocetta (931 m), in una zona dai panorami finalmente ampi, aperti verso le valli e le montagne liguri ed emiliane (Zatta, Aiona, Gottero, mentre in fondo alla valle si riconosce Varese Ligure): da qui passava un'antica "Strada dei Mercanti".

Superato un boschetto rado di castagni si raggiunge il Passo di Casa Cuneo (849 m), oltre il quale si procede lungo una strada ora asfaltata ora sterrata che si lascia alle spalle alcuni piccoli agglomerati (Case Bottin, Case Marchesano). Si procede quindi lungo un tratto di terreno irregolare, lungo lo spartiacque Tara-Taro, immersi in un paesaggio rurale domestico piacevolmente affollato di mucche al pascolo.

Si arriva così alla

### **Colla Craiolo (907 m / 4 h 30')**

nota anche come Colla dei Faggi, dove si trova l'Agriturismo "Colla dei Faggi" (tel. 0187 843003). Il valico rappresenta il terminale della tappa n°35 dell'Alta Via ed è percorso dalla SP 49 che sale da Varese Ligure per raggiungere il Passo del Bocco.

Dalla cappella-rifugio della Colla, attrezzata con panche di pietra e caminetto, si segue dapprima l'asfalto della SP 49 per poche decine di metri verso nord ovest. Nei pressi di una fontana si attraversa la strada, portandosi sul lato sinistro della carreggiata, quello che dà verso la val di Vara, e si imbecca a sinistra una strada sterrata che aggira a sud il Poggio della Marchesina; la si lascia dopo poche decine di metri per imboccare un sentiero - sempre segnato AV - che sale a destra fra gli arbusti. Neanche dieci minuti di marcia e si ritrova ancora la SP 49 in corrispondenza della Colla Cavenuzze (953 m). Occorre seguire la strada per brevissimo tratto verso sinistra (nord ovest) e poi, ancora a sinistra, si prende un sentiero che procede fra cespugli e alberi dirigendosi verso il folto del bosco, sul versante della val di Vara; il sentiero avanza molto evidente e facile ma l'Alta Via lo abbandona presto: la deviazione non è ben segnalata e può sfuggire alla vista se si è distratti dalla freschezza del bosco e non si osservano con attenzione i segni AV; ad ogni buon conto più avanti, sulla destra, l'Alta Via prosegue lungo un sentiero ripido che si arrampica fra i cespugli ed entra nella bellissima faggeta che copre il versante padano della Costa di Malanotte; questa è davvero una magnifica foresta, uniforme, omogenea, dove i faggi sono tutti alti, snelli ed eleganti, il terreno è coperto dalle loro foglie secche color bruno rossiccio sulle quali è tanto piacevole camminare affondando i piedi facendole scrocchiare; di fatto però il sentiero per lunghi tratti è poco tracciato: in realtà non si tratta nemmeno un vero e proprio sentiero, piuttosto si seguono i segni dipinti sui tronchi dei faggi.

Giunti intorno ai 1240 m di quota si esce dalla faggeta e ci si affaccia sul versante della val di Vara, in un paesaggio appena più brullo di prima ma molto aperto e panoramico. Si sale rapidamente apprezzando il magnifico panorama verso il passo del Biscia e la val Graveglia coronata dai suoi monti; guardando più oltre, verso il mare, si distinguono dapprima Riva Trigoso e il promontorio di Punta Manara quindi, mano a mano che si procede in salita, appaiono anche il monte di Portofino e infine tutta la costa ligure.

## L'Alta Via delle Cinque Terre

Circa 15 ore di cammino lungo un percorso che scende dai 1400 metri di altitudine al mare unendo l'Appennino alle onde, i faggi ai corbezzoli, i falchi alle acciughe, il monte Zatta a Monterosso al Mare, insomma la montagna ligure quasi sconosciuta al pezzo di Riviera più famoso nel mondo: tutto ciò è l'Alta Via delle Cinque Terre, che nasce sul Monte di Prato Pinello a 1394 metri di quota e, lasciandosi i faggi del Monte Zatta alle spalle, si tuffa verso quelle valli e quel mare che occupano l'orizzonte di fronte allo sguardo dell'escursionista. Che è chiamato ad attraversare tutti i paesaggi naturali che la Liguria di Levante è in grado di offrire, le faggete, i banchi di arenaria, i prati d'altura, e via via sino alla macchia mediterranea e alle fasce d'olivi. Non si richiede di percorrere l'intera AV5T in un'unica tirata, considerato che punti dove fermarsi ce ne sono, dal Santuario di Velva a quello di Soviore, per non parlare degli agriturismi. Ma se uno non è ancora stanco dopo aver percorso tante tappe dell'Alta Via e volesse farsi ancora una piacevole sgambata...

Si procede ancora lungo il crinale, ora più dolce, apprezzando la faggeta e molti punti panoramici.

Salendo ancora, sempre lungo il crinale, si raggiunge al limite della faggeta il confine fra le province della Spezia e di Genova; da questa zona sono bellissime le viste sulla val di Vara e sui monti Chiappozzo, Porcile, Alpe, Roccagrande, Verruga e Göttero.

Breve è il tragitto per il monte Prato Pinello (1394 m), la più orientale fra le cime del complesso del monte Zatta; qui si abbandona la val di Vara per incamminarsi lungo lo spartiacque che divide le valli del Taro e del Graveglia.

Dal Prato Pinello si stacca il sentiero che, col nome di Alta Via delle Cinque Terre (segnavia bandierina 5T e segnavia FIE cerchio rosso vuoto) ricorda l'Alta Via dei Monti Liguri con il paradiso della Riviera.

Si raggiunge in breve la cima del

### Monte Zatta di Levante (1404 m/6 h)

notevole punto panoramico affacciato sull'intera Liguria nonché massima quota dell'itinerario. Eccezionale quanto evidente è il contrasto fra i due versanti dell'articolato sistema montuoso dello Zatta: il monte è formato da potenti blocchi d'arenaria inclinati, e mentre il versante nord segue la loro superficie assumendo quindi un profilo dolce, poco ripido e - per via dell'esposizione a

nord - umido e boscato, il versante sud precipita quasi in verticale, arido e assolato, sulla val Graveglia.

Il sentiero prosegue lungo il lato nord del crinale Graveglia-Taro, in direzione sud ovest, avendo la faggeta a nord (Taro) e lo strapiombo spoglio e roccioso a sud (Graveglia).

Si raggiunge quindi il non lontano Monte Zatta di Ponente (1355 m), dal quale il panorama è ancora una volta eccezionale. Siamo qui al punto triplo fra val Taro, val Graveglia e valle Sturla (più esattamente la sua tributaria val Mogliana).

Si procede ora in discesa lungo tornanti nel fitto bosco di grossi faggi e di abeti, quindi in piano sino alla cima del Poggio Buenos Aires (1115 m), il cui nome ricorda i numerosi abitanti di queste valli che emigrarono in America e in Argentina in particolare. Qui si trova un'area picnic del Parco e il panorama è ampio: include il monte di Portofino con il suo mare.

La discesa prosegue (interessante è la breve deviazione a destra lungo uno dei Sentieri Natura del Parco dell'Aveto; per osservare il Faggio 40, maestoso albero monumentale caduto qualche anno fa, ma che anche da terra rivela tutta la sua imponenza) lungo una carrareccia sul crinale Sturla-Taro, dapprima fra banchi di roccia, quindi attraverso la grande faggeta del versante nord-ovest dello Zatta. Si incrocia infine una carrabile dal fondo sconnesso, che immette nella SP 27. Si segue la provinciale verso nord-ovest, lungo il boscoso crinale fra valle Sturla e val Taro, si supera il laghetto del Bocco, contornato da un Sentiero Natura del Parco e, dopo poche centinaia di metri, si raggiunge il

### Passo del Bocco (956 m / 7 h 30')

dove si trova il rifugio "Antonio Devoto", sede del Centro Servizi Alta Via e punto di arrivo dell'itinerario.



A fianco: panorama dal monte Zatta.

# I prodotti del territorio

## San Stè

Il più celebre prodotto alimentare della val d'Aveto è il formaggio San Stè, ricavato dal latte delle mucche di razza Bruna, Cabannina che pascolano fra Rezzoaglio e Santo Stefano. Dal siero del San Stè si ricava il Sarasso, una ricotta che, una volta salata e stagionata, può essere consumata a fette, grattugiata sulla pasta o aggiunta nel *tuccu* (ragù) di carne.

## La vacca Cabannina

Unica razza bovina autoctona della Liguria, la vacca Cabannina prende il nome dalla località Cabanne di Rezzoaglio. Le mucche Cabannine sono piccole, scure. Un tempo era allevata come razza da carne e da latte, oggi è apprezzata quasi esclusivamente per il suo latte. È molto abile nel pascolare in zone impervie, ripide e tra fitti cespugli. Testimonianze archeologiche e polliniche dimostrano che l'allevamento del bestiame è praticato sin dalla fine del Neolitico e dall'Età del Bronzo e sono quindi circa 4000 anni che l'alta val d'Aveto e l'alta valle Sturla fondano la loro ricchezza e la loro storia su questa fondamentale attività economica.



## Patata Quarantina Bianca

Coltivate e apprezzate dalla fine del Settecento, sono numerose le varietà di patate dell'entroterra genovese e chiavarese. La varietà locale più famosa è la patata Quarantina bianca della Montagna Genovese; ci sono poi la patata Prugnona della Montagna Genovese, con buccia color viola-prugna e ottima per gli stufati, e la patata Cannellina nera della Montagna Genovese, tipica soprattutto della val Graveglia e particolarmente adatta per lo stoccafisso in umido e l'insalata di patate.



## Salumi di montagna (salsicce, berodi...)

Le valli Aveto, Sturla e Graveglia vantano una buona tradizione nella preparazione dei salumi, in special modo di coppa e pancetta, per la quali si usano le carni di suini locali o provenienti dalle vicine valli piacentine e parmensi. Altri salumi diffusi nell'entroterra sono la salsiccia e il *beròdo* (sanguinaccio).

## Cuocere sotto il testo

Già in epoca preromana i Liguri cuocevano i cibi all'interno di campane ribassate fornite di gancio e coperchio - praticamente dei forni portatili - che nella Liguria di Levante sino alla Lunigiana si chiamano "testi". Si usano per alcuni tipi di pasta, per la carne, il pane e in teoria per tutti i cibi da cuocersi al forno.

## Micotti, pani di mais e di castagne

I *micotti* sono tortini della valle Sturla, a base di patate e mais, burro e lardo, che si cuociono sotto il testo nell'essiccatoio delle castagne. Lo stesso metodo di cottura riguarda il "pan martin", un pane scuro di farina di grano e di castagne, che prende il nome dal giorno di San Martino, l'11 novembre, quando era pronta la farina di castagna. Si apprezza caldo con latte, formaggi e salumi. Con le castagne si prepara anche la *panella*, un castagnaccio "povero" di farina di castagne, acqua, sale e poco olio nonché la *puta*.

## Prebuggiun

A differenza del classico *prebuggiun* preparato con le erbe, quello del comprensorio di Ne prevede l'impiego delle patate quarantine.

## La baciocca

Semplice e nutriente piatto "povero" del Levante genovese, è una torta di patate quarantine con lardo, parmigiano, uova, aglio, pepe, burro, olio, cotta nel "testo" sopra un letto di foglie di castagno. Quasi ogni frazione vanta una propria ricetta.

## Le rotelle di Borzonasca

"Da in stampo ä ma a Ruëtta ä l'è nasciûa.." eccetera. Da uno stampo a mano la Rotella è nata... dice una poesia dialettale locale. Le rotelle di Borzonasca sono biscotti di pasta frolla a forma di ruota dentata, coperti di zucchero a velo, prodotti dal 1870.

## La pinolata

I pinoli sono un elemento importante nella cucina ligure e si trovano nella "pinolata della val d'Aveto", un dolce da forno, rotondo, con l'esterno dorato, croccante e coperto di pinoli e l'interno morbido e soffice.

# Cosa fare e vedere

## Centro di Educazione Ambientale e di Documentazione del Parco dell'Aveto

La sede del Parco dell'Aveto a Borzonasca ospita un Centro di Educazione Ambientale, un Punto Informazioni, un Centro di Documentazione con una biblioteca che custodisce più di 1000 volumi che trattano temi ambientali e naturalistici, oltre a molte riviste specializzate, cartine e guide; c'è pure una sezione dedicata ai ragazzi. Il Centro è visitabile su appuntamento ma il catalogo è consultabile on-line: [www.provincia.genova.it/catalogocsb](http://www.provincia.genova.it/catalogocsb)

## Escursionismo e turismo didattico nel Parco dell'Aveto

Il Parco presenta una ben segnalata e altrettanto organizzata rete di sentieri, estesa per circa 500 km, che comprende anche percorsi ad anello e alcuni "Sentieri Natura", ovvero percorsi didattici autoguidati, attrezzati con pannelli e leggii. Il Parco organizza, inoltre, numerose attività a scopo didattico-turistico: proposte a tema e stagionali, visite guidate per gruppi e società, attività per le scuole con interventi in classe e uscite sul territorio, corsi d'aggiornamento per insegnanti, escursioni guidate a piedi, in MTB e in inverno con le ciaspole.

## Il Giardino Botanico "Federico Delpino"

Intitolato a un importante botanico chiavarese del XIX secolo, questo Bosco Giardino si trova al Passo del Bocco, a circa 960 metri sul mare, nel comune di Mezzanego, al confine con l'Emilia e in corrispondenza del termine della tappa 34 dell'Alta Via. È un giardino botanico appenninico, realizzato per far conoscere i principali aspetti della flora del Parco dell'Aveto e i suoi diversi ambienti; c'è anche un minuscolo vivaio che ha scopo sia didattico sia pratico. Il percorso didattico è fruibile anche da persone diversamente abili, è attrezzato con leggii, un'area di sosta e picnic e un'"aula" didattica all'aperto.

La visita al Giardino Botanico è completata dal Sentiero Natura che fa il periplo del vicino Laghetto del Bocco, dove vivono piante e animali degli ambienti umidi.

## I laghetti glaciali

Le glaciazioni quaternarie hanno lasciato tracce nell'alta val d'Aveto: circhi glaciali, avvallamenti, depositi morenici consolidati. Tali forme del paesaggio che hanno dato vita a piccole ma interessanti zone umide, con laghetti e torbiere, nati intorno a 20.000 anni fa e oggi circondati da boschi di abeti bianchi e faggi, con specie rare di anfibi e insetti di tipo artico-alpino. Notissimo è il Lago degli Abeti, sul cui fondo riposano tronchi subfossili di abete bianco di circa 3000 anni di età.

## Il Lago di Giacopiane

In un paesaggio naturale di grande bellezza, dai colori che cambiano col ritmo delle stagioni, a circa 1000 metri di quota nell'alta valle Sturla, si incontrano i due laghi artificiali di Giacopiane, in uno spazio aperto fra i monti Bregaceto, Aiona, Zatta, Ramaceto. I due laghi, Giacopiane e Pian Sapeio, furono creati negli anni Venti del '900 per la produzione di energia elettrica e l'approvvigionamento idrico della Riviera di Levante. L'accesso ai laghi di Giacopiane è libero a piedi e in MTB, mentre in automobile è riservato ai residenti; i non-residenti possono tuttavia chiedere il permesso di transito, con rilascio immediato, al Comune di Borzonasca (0185 340 205 / 0185 340 003). Dai laghi si può salire a piedi alla foresta del monte Aiona, anche in cerca di funghi. La raccolta è regolamentata dal Consorzio Monte Aiona e dal Consorzio Valle Sturla; i tesserini per la raccolta sono in vendita negli esercizi commerciali di Borzonasca o frazioni.



## I Sentieri Natura del Parco dell'Aveto

Sono sei percorsi didattici autoguidati dedicati ad aree di particolare pregio ambientale, naturalistico, geologico. Il Sentiero Ofiolitico (13 km, 3h) che parte nei pressi di Prato Mollo, gira intorno al monte Cantomoro e presenta gli aspetti geologici dei monti Aiona e Penna; il Sentiero Carsiologico (10 km, 3h30') illustra i fenomeni carsici e geomorfologici della val Graveglia fra Arzeno e la dolina di Pian d'Oneto; il Sentiero Naturalistico PNO (9 km, 3h) parte dal Lago delle Lame e presenta le forme geologiche e i laghetti "superstiti" del ghiacciaio che 10.000 anni fa scendeva dall'Aiona; il Sentiero Naturalistico PNX (4 km, 1h30') costeggia all'esterno la Riserva Naturale Orientata Agorarie di Sopra e Moggetto, nei cui stagni vive un'interessante vegetazione palustre e di piante insettivore (*Drosera rotundifolia*, *Pinguicula vulgaris*, il *Trichophorum caespitosum* che non si trova altrove nell'Appennino e in Europa si avvicina molto al polo Nord); l'Anello del Bossea è dedicato alla flora delle serpentiniti (rocce ricche di magnesio, dove poche piante riescono a vivere) e in particolare alla formazione a bosso (*Buxus sempervirens*), relitto di origine terziaria e di clima più caldo, che oggi sopravvive spontaneo solo sui terreni ofiolitici; infine l'interessante sentiero natura della faggeta del monte Zatta.

## L'Abbazia di Borzone

Quasi nascosta in un paesaggio suggestivo, affiancata da un cipresso di 600 anni, unico superstite dei tre alberi originari, l'abbazia benedettina di Borzone venne costruita in stile romanico lombardo probabilmente nel XIII secolo su un preesistente edificio religioso longobardo del VIII secolo. Non mancano le aggiunte e le modifiche successive, sette-ottocentesche, che fanno dell'Abbazia un magnifico esempio di architettura religiosa "in divenire". Lungo la strada che da Borzone sale a Zolezzi si può notare sopra il bosco un roccione con un misterioso, grande "Volto di Cristo" scolpito nella roccia.

Sopra: il lago degli Abeti



## Le miniere della val Graveglia e il Museo Minerario di Gambatesa

Delle numerose miniere che hanno fornito pregiati minerali e metalli dal sottosuolo della val Graveglia e delle valli circostanti, la miniera di manganese di Gambatesa è l'unica ancora attiva; alla ormai limitata attività estrattiva si affianca oggi il museo minerario, che permette di visitare la miniera a bordo del trenino usato dagli operai, partecipando a visite guidate tematiche o a veri itinerari speleologici. Si percorrono chilometri di cunicoli, collegati da fornelli, discenderie, rimonte. Museo Minerario di Gambatesa, loc. Gambatesa, Ne, tel. 0185 338 876, fax 0185 338 863, info@minieragambatesa.it, [www.minieragambatesa.it](http://www.minieragambatesa.it)



### La Foresta Demaniale del monte Penna

La Foresta demaniale del monte Penna è stata, dal 2005, affidata in gestione al Parco Naturale Regionale dell'Aveto, fra il 1593 e il XVIII secolo essa fu protetta e governata dai Doria, signori feudali di Santo Stefano d'Aveto. È una magnifica foresta di faggi e conifere, con pochi abeti bianchi e molti animali selvatici di varie specie. È attraversata in parte dalla strada che porta alla casa forestale, ma va percorsa preferibilmente e auspicabilmente a piedi e in bici, lungo piste e sentieri segnati.

Suggestivo e consigliato l'anello su strada in gran parte sterrata che, attraverso il passo dell'Incisa, gira intorno al monte Penna, avvicinandosi in territorio emiliano alle sorgenti del fiume Taro, in inverno meravigliosa pista di fondo escursionistico.



## L'Associazione Alta Via dei Monti Liguri

L'Associazione Alta Via dei Monti Liguri nasce nel 1994, i suoi soci fondatori e attuali sono: C.A.I. (Club Alpino Italiano), F.I.E. (Federazione Italiana Escursionisti) e Union Camere Liguria.

Scopo dell'Associazione è la promozione, manutenzione e sviluppo dell'Alta Via dei Monti Liguri oltre alla tutela dell'applicazione e corretto adempimento delle normative indicate nella legge regionale.

Più specificamente le azioni che l'Associazione Alta Via dei Monti Liguri svolge sono:

- la valorizzazione e la promozione dei percorsi dell'Alta Via dei Monti Liguri;
- la programmazione e la predisposizione delle attività di manutenzione degli itinerari e della segnaletica;
- la predisposizione del piano di manutenzione e la redazione della specifica cartografia;
- il coordinamento delle azioni promosse dagli Enti, Associazioni e privati interessati all'itinerario ed in generale, all'escursionismo;
- la predisposizione di azioni di animazione territoriale per far incontrare i bisogni degli avventori e degli escursionisti e le proposte delle strutture ricettive;
- la tutela dell'escursionista attraverso la stipula di convenzioni e proposte di miglioramento con le strutture ricettive. A tal fine sono state redatte le norme generali e di comportamento e il progetto di sviluppo dei servizi turistici;
- la realizzazione e lo studio di modifiche, integrazioni e varianti al percorso dell'Alta Via dei Monti Liguri;
- la formulazione di proposte per il miglioramento e la valorizzazione del percorso;
- l'individuazione e la gestione dei sentieri di raccordo ufficiali.

Il "Programma Regionale per l'Alta Via dei Monti Liguri" è proposto annualmente ai sensi di legge, con l'aiuto, il sostegno e la supervisione della Regione Liguria, servizio Parchi e Aree Protette, che tutela e vigila il suo patrimonio escursionistico. L'attuazione del programma è garantita da appositi fondi regionali.

**La parte operativa di manutenzione e revisione della segnaletica e dello stato dei sentieri è affidata ed effettuata dai volontari C.A.I. e F.I.E., soci attivi e fondamentali per lo svolgimento dei programmi annuali.**

### Gli obiettivi futuri:

L'Associazione Alta Via dei Monti Liguri, da sempre basata sul volontariato dei soci (C.A.I. e F.I.E.), intende dare una svolta alla sua proposta, evolvendo l'itinerario e i percorsi regionali in un prodotto escursionistico/turistico.

Tale trasformazione vuole promuovere le potenzialità naturali e paesaggistiche della Liguria considerandole un patrimonio fruibile in grado di autosostenersi (sostegno della micro economia dell'entroterra).

Il turismo rurale ed escursionistico sviluppa nuove potenzialità per la crescente domanda del mercato e per la possibilità di sviluppo delle aree montane e dell'entroterra Ligure.

Per attuare la sua nuova politica di promozione e valorizzazione del prodotto/patrimonio Alta Via dei Monti Liguri, l'Associazione sta sviluppando azioni volte a rendere le sue proposte concrete, facilmente praticabili e integrate (abbinando cioè all'escursionismo fattori quali gastronomia, cultura, e tradizioni popolari e storiche).

**Associazione Alta Via dei Monti Liguri (c/o Unione Camere di Commercio Liguri)  
via San Lorenzo 15/1 - 16123 Genova  
tel. 010.24852200 - cell. 346.6873556 - fax 010.2471522**



## AREE PROTETTE TERRESTRI

### PARCHI NATURALI NAZIONALI

1 - Parco Nazionale Cinque Terre

### PARCHI NATURALI REGIONALI

2 - Alpi Liguri (\*)

3 - Antola (\*)

4 - Aveto (\*)

5 - Beigua

6 - Bric Tana

7 - Montemarcello

Magra (\*)

8 - Piana Crixia

9 - Portofino (\*)

10 - Porto Venere

### RISERVE NATURALI REGIONALI

11 - Bergeggi

12 - Isola Gallinara

13 - Rio Torsero

### GIARDINI BOTANICI

14 - Hanbury

15 - Pratorondanio

### ALTRE AREE PROTETTE

16 - AA.PP. Provinciali Savonesi

17 - Parco delle Mura

## ALTRI AMBITI TUTELATI

AV - Alta Via dei Monti Liguri

SC - Santuario dei Cetacei

## AREE PROTETTE MARINE

### STATALI

A - Bergeggi

B - Cinque Terre

C - Isola Gallinara (prevista)

D - Portofino

### REGIONALI

E - Hanbury

F - Porto Venere

## Segnavia lungo l'Alta Via

Il segnavia dell'Alta Via dei Monti Liguri consiste in una bandierina tricolore rossa-bianca-rossa che riporta nel campo bianco centrale la sigla AV in nero. Questo segnavia individua costantemente il tracciato del percorso in entrambe le direzioni ed è il principale elemento della segnaletica orizzontale, ossia quella al suolo, dipinto solitamente su massi o su tronchi d'albero. Talvolta, in alternanza con la bandierina, il pittogramma è costituito da due strisce orizzontali bianco-rosse (tale simbolo, non conforme alle specifiche per la segnalazione degli itinerari a lunga percorrenza, verrà progressivamente sostituito dalla bandierina). Infine, nelle province di Savona e Genova è possibile incontrare, sempre in coincidenza od in alternanza al simbolo bianco-rosso, due pallini azzurri che rappresentano il percorso dello spartiacque principale (FIE) da cui ha preso spunto, negli anni '80, l'Alta Via dei Monti Liguri. I pittogrammi sono integrati dalla segnaletica verticale, con picchetti "segnaposto" che fungono da segnavia e da punti di riferimento per individuare in maniera univoca un punto del tracciato; ciò facilita l'individuazione di un particolare tratto del percorso, ai fini della manutenzione e del soccorso. I picchetti segnaposto, a differenza di quelli "anonimi" che fungono esclusivamente da segnavia, sono numerati progressivamente da Ventimiglia a Ceparana e la loro distanza è di circa un chilometro l'uno dall'altro. Ai picchetti si affiancano tabelle e cartelli d'indicazione posti lungo il percorso e alla partenza degli itinerari di collegamento.

(\*) comprese aree esterne integrate con il parco.