

1ª Tappa**Rocchetta Ligure - Costa Vendersi - Fontana Pian del Sale - Volpara****- Monte Gropà - Monte Panà - Monte Cosfrone - Monte Ebro -****Bocche di Crenna - Capanne di Cosola**

Altitudine partenza	: m. 385
Altitudine arrivo	: m. 1493
Altezza massima	: m. 1700 (Monte Ebro)
Dislivello complessivo salita	: m 1472
Dislivello complessivo discesa	: m 364
% ciclabilità salita	: 95,7 %
% ciclabilità discesa	: 98,7 %
Sviluppo percorso indicativo	: 26,7 Km
Tempo indicativo	: 7 ore

*Il paese prescelto per questo itinerario é **Rocchetta Ligure (385 m)**, dalla sua piccola piazza passiamo il ponte sul torrente Borbera seguendo la S.P. 140 della Valle Borbera in direzione **Cantalupo Ligure** e poco prima a **quota 381 m** imbocchiamo a sinistra la strada asfaltata poi carrareccia che porta alle **Cascine Borassi (422 m)** e poi alla **Cascina Bisio (514 m)** con segnavia due bolli gialli. La salita é ripida ma pedalabile e raggiunge un primo bivio dove teniamo la destra ed un secondo bivio **(629 m)** dove si svolta a sinistra per inoltrarci lungo la Costa*

*Vendersi che risaliamo fino a raggiungere un altro **bivio (703 m)** fino alla strada asfaltata che risaliamo di un poco fino ad un **crocevia (735 m)** (vedi foto 5) vicino all'abitato di Vendersi. Dal crocevia notiamo il sentiero che risale sulla Costa*



Foto 05 - Bivio Vendersi

*Vendersi sempre con segnavia due bolli gialli (il segnavia si nota a destra del bivio Vendersi su un muretto). Il sentiero, pur avendo un ottimo fondo che induce a pedalare, ha in alcuni tratti pendenze proibitive che costringe i meno preparati a proseguire piedi, fino a raggiungere una biforcazione dove seguiamo diritto costeggiando la pineta fino ad una deviazione sulla destra in località **Fontana Pian del Sale***

quota 956 m. Qui le alternative che si propongono sono due: proseguire lungo questo crinale che porta alle pendici del monte Giarolo e trovare una deviazione sulla destra (quota 1492 m) da poco ripristinata ed allargata che raggiunge i prati del crinale tra i monti Giarolo e Gropà, più diretto ma molto più impegnativo con la facile possibilità di proseguire a piedi in alcuni tratti; mentre la

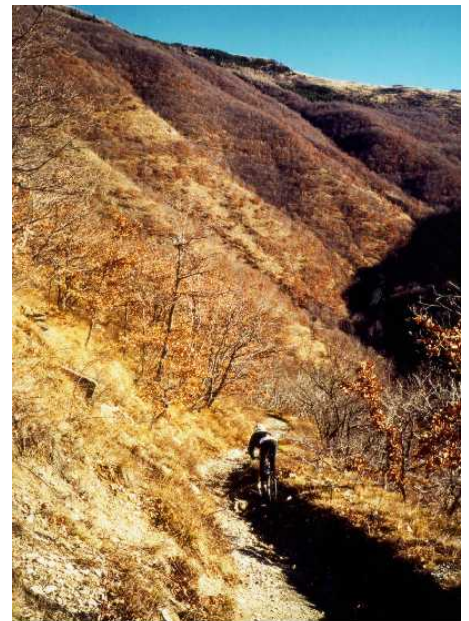


Foto 06 - La discesa per Volpara

seconda più lunga ma più interessante porterà a Volpara a ritrovare lo stesso punto

dalla direzione opposta. Qualche saliscendi con altezza massima a **quota 926 m** e poi in discesa bella e scorrevole (vedi foto 06) fino ad attraversare il **rio Pentema 873 m** per proseguire in un ultimo tratto in salita ed arrivare alle prime case dove



Foto 07 - Il crinale con in fondo il Giarolo

un tratto di strada asfaltata ci porta, svoltando a sinistra al bivio, e poi a **Volpara 941 m** nei pressi di un cappelletta (dal paesino si può prendere la direzione della Chiesa di Volpara

ma è sconsigliabile per via della pendenza; un'altra alternativa porta da Volpara risalendo il paese alla sua Chiesa per puntare dritto e risalire fino al bivio della variante precedentemente descritta). Arriviamo ad incontrare una fontana nell'abitato di Pian della Chiesa punto di sosta per affrontare questa seconda parte in salita. Sempre su asfalto seguiamo attraversando e tenendo la sinistra al **bivio alle Case Vignasse (1012 m)** lasciando l'asfalto per la mulattiera che ci conduce ad un cancelletto con il filo spinato per gli animali al pascolo (naturalmente da richiudere) ed una sterrata a destra da non prendere. La mulattiera risale alternando tratti di buona pendenza a zone pianeggianti che possono dare respiro alla nostra fatica; un ultimo strappo ed arriviamo alla fontana con la vasca adibita ad abbeveratoio chiamata **Fontana della Gure (1196 m)** per gli animali al pascolo (in inverno e con il forte gelo il ghiaccio trasforma la fontana in una scultura). Qui il

percorso si divide in due sterrate: quella a destra si dirige verso il Colle della Trappola mentre a sinistra si proseguirà con buona pendenza (il dislivello tra i due punti risulta di poca differenza ma il percorso per noi sarà comunque difficoltoso



Foto 08 - Monte Ebro - parla da solo

*perché copre tratti di discesa a tratti di forte pendenza) ad una seconda vasca chiamata **Fontana Cune (1211 m)** dove ritroviamo la sterrata da poco aperta*

*che proveniva da quota 1492 prima indicata. Ora risaliamo il crinale che porta al Monte Gropà passando tra alcuni alberi su tratto erboso alla **quota di 1398 m** dove teniamo la destra tenendoci alle spalle la statua del Redentore posta sulla vetta del Monte Giarolo (1473 m). Contorniamo la cima del **Monte Gropà (1446 m)** e passando la stazione della seggiovia dopo un breve tratto abbandoniamo la larga sterrata (inizio delle piste da sci e di una gara di down-hill) per prendere un sentiero che scavalca il crinale costeggiando una recinzione e passando i ruderi del Castello di Brusamonica, Arriviamo al **Passo di Brusamonica (1394 m)** lungo un ripiano erboso fino alla **quota di 1433 m** dove abbiamo di fronte a noi due alternative: la prima di tenere la destra e percorrere le pendici del Monte Panà per poi riprendere il crinale e che comunque non sempre ci permette di pedalare per il*

fondo sconnesso, la seconda è quella di affrontare a piedi la cima del **Monte Panà (1559 m)** e restare sul crinale costeggiando la recinzione. La discesa ci permette di riprendere fiato ma dopo poco ricomincia la salita verso il **Monte Cosfrone (1661 m)** che raggiungiamo sempre seguendo il crinale continuando a seguire la recinzione e tenendo la nostra sinistra in discesa raggiungendo una **sella (1646 m)** per risalire il **Monte Ebro (1700 m)** sulla cui cima troviamo una croce ed un cippo. La vista di tutto il crinale fin qui fatto dal monte Giarolo è ottima (vedi foto 07) e qui una sosta è più che mai meritata. Si scende lungo la ben marcata sterrata (vedi foto 08) e passando un gobba il percorso si fa impegnativo per il terreno sconnesso fino alle **Bocche di Crenna (1553 m)** dove teniamo la destra in discesa con una poco evidente traccia di sentiero, segnata però dalle bande bianco rosse della Via del Mare, che contorna le pendici del Monte Chiappo e raggiunge la **Fontana dell'Uomo Morto (1523 m)**. Proseguendo ora con il segnavia del "quadrato giallo" fino ad un evidente **bivio di quota 1498 m**, passiamo una piccola cappelletta e raggiunta la piccola costruzione (passare il cancelletto) dell'acquedotto in località **Fontana Zerba (1490 m)** possiamo respirare lungo la bella sterrata che ci permette di raggiungere il passo alle **Capanne di Cosola (1493 m)**.