

2ª Tappa

Cascina Cirimilla - Cascina Cornagetta - Cascine Foi - Cascine

Alberghi - Lago Bruno - Cascina Direzione - Lago Lungo - Colla di

Praglia - Colla Proratado - pendici Monte Penello - Giutte -

Acquasanta - Voltri

Altitudine partenza : m. 244

Altitudine arrivo : m. 4

Altezza massima : m. 871 (Passo Prou Nercu o Colla di Praglia)

Dislivello complessivo salita : m 993

Dislivello complessivo discesa : m 1233

% ciclabilità salita : 100 %

% ciclabilità discesa : 81 %

Sviluppo percorso indicativo : 41,1 Km

Tempo indicativo : 7 ore

Partiamo dal piazzale adiacente alla **Cascina Cirimilla (244 m)** con indicazione per "Capanne" e lasciamo in asfalto l'omonimo ristorante proseguendo in saliscendi, ora su carrareccia, marcata con "due bolli gialli e riga su bollo giallo". Dopo circa 2 Km, passando la Cascina Manuale Inferiore, incontreremo un **trivio (340 m)** : la prima sulla destra porta dritti alle rive del torrente Piota, la centrale con indicazione "Capanne" è marcata con "due bolli gialli", la terza che svolta decisamente a sinistra



è quella da seguire passando al fianco di una cabina elettrica e marcata con riga su bollo giallo. La strada si immerge in boschi di castagno e con qualche rampa raggiunge la

Foto 09 - Sotto le pendici del Mondovile

***Cascina Manuale Superiore (380 m).** Il falsopiano si alterna a qualche breve rampa fino ad casolare chiamato **Cascina Maggiafontana (450 m)** ed alla vicina **Cascina Mondovile Inferiore (470 m)**; poco più avanti un bivio indicherà l'incontro con una strada senza sbocco per le Cascine Fossa del Cucco che naturalmente non prenderemo tenendo la strada maestra sempre inconfondibile . Ora i pini si mescolano ai castagni uscendo poi dal bosco, raggiungendo un colletto **alle pendici del Mondovile (quota 590 m)** (vedi foto 09) in un punto dove il panorama si apre sulla valle del Torrente Piota nei pressi di un bivio dove teniamo la nostra via principale. La carrareccia con alcuni saliscendi in mezza costa arriva ad un pianoro troveremo un sentiero sulla nostra sinistra per i Laghi della Lavagnina nei pressi dei resti della **Cascina Maggie (647 m)**, mentre noi proseguiamo dritto trovando di fronte a noi un tratto di salita impegnativa alternata al falsopiano. Raggiungiamo così la **Cascina Cornagetta (quota 805 m)** e davanti a noi un bivio; svoltiamo ora a sinistra costeggiando la cascina in tratto pianeggiante e poi con alcuni saliscendi*

*fino ad un bivio (quota 795 m) con la carrareccia marcata con "due bolli gialli e riga su bollo giallo" che prosegue in leggera discesa ad incrociare la strada provinciale n° 165 (segnava tre bolli gialli) che, imboccata sulla destra, porta dapprima alla **Cascine i Foi (770 m)** dove possiamo notare delle aree attrezzate e dopo poche centinaia di metri si arriva al ristorante delle **Capanne di Marcarolo (758 m)** dove*



Foto 10 - Verso Cascina Menta

*ci fermiamo per la sosta. Proseguiamo in asfalto ed al bivio teniamo la sinistra arrivando alla **Cappella dell'Assunta (813 m)** dove il bivio (marcato con il quadrato vuoto giallo) a sinistra ci porta*

*alle Capanne superiori di Marcarolo notando la mulattiera che parte e ci porta alla Cascina Porasa e alla vicina **Cascina Menta I (811 m)**. Si prosegue (vedi foto 10) arrivando ai ruderi della **Cascina Menta II (820 m)**. Proseguiamo ora con molti tratti a piedi fino ad un punto panoramico dove troviamo il bivio (quota 800 m) (marcato con tre bolli gialli) che porta sulla Costa Lavezzara imponente sulla nostra sinistra. Il percorso però per noi prosegue lungo il sentiero marcato con il nostro segnavia, ma purtroppo dovendo proseguire a piedi con solo qualche tratto pedalabile (vedi foto 11); si arriva così alla diga del **Lago Badana (716 m)** l'attraversiamo e dalla sponda opposta scendiamo verso il **Lago Bruno (646 m)** che*

raggiungiamo dopo il bivio a destra, attraversando la galleria ed il ponte sul lago. Proseguiamo verso la Casa della Direzione e sulla nostra destra parte la carrareccia cementata marcata con il quadrato giallo (il segnavia lo incontriamo poco più in alto nei pressi della Chiesa, percorso che in questa prima parte prosegue con il segnavia

della riga rossa, percorso naturalistico dei Laghi del Gorzente) che diventa sterrata dopo poco per raggiungere così una fontana nei pressi di una lapide commemorativa, ritrovando



Foto 11 - Verso il Lago Badana

di nuovo la strada cementata che si innalza notevolmente. Stiamo percorrendo il Bosco di Guaina sulla cui sommità è stato installato l'Osservatorio Scientifico del C.A.I., e solo nell'ultima parte diventa sterrata ed arriviamo al **Passo Prato Leone (779 m)** dove incontriamo i due segnavia principali della "AV" e "E1". Passiamo il **Bric Roncasci (841 m)** arrivando al **Giogo di Paravanico (789 m)** dopo una veloce discesa, lasciamo la carrareccia e teniamo i segnavia della "AV" ed "E1" dovendo però proseguire a piedi ed arrivare al **Passo Prato del Gatto (834 m)**, dove inizia un tratto in discesa, poi un ultimo tratto in salita fino ad arrivare con veloce discesa al vicino **Passo Prou Renè (825 m)** dove le nostre indicazioni principali, ora su asfalto, ci portano al **Passo Prou Nercu o Colla di Praglia (871 m)**. Restiamo

con i nostri segnavia (bivio a sinistra) uniti ad altri (quadrato rosso e triangolo rosso) scendendo e risalendo di nuovo fino alla **Colla del Canile (854 m)** oltrepassando le pendici del Monte Sejeu (croce a ricordo) ed arriviamo alla **Colla del Proratado (875 m)**. Proseguiamo lasciando la deviazione sulla sinistra che ci porta a Lencisa e proseguiamo il nostro cammino verso **pendici Monte Penello (936**



Foto 12 - Sotto il Monte Penello

m) che raggiungiamo dopo aver passato un colletto ed affrontato l'ultima veloce discesa. Una visita ora (ruderi e bivacco) alla cima del monte è quanto mai giusta anche per

ammirare la costa ligure di fronte a noi. Tornando sui nostri passi teniamo la nostra sinistra (a destra se non ci porteremo sulla cima del monte Penello) e proseguiamo lungo la AV che ormai rovinata ci porta a proseguire lungo un ripido costone con la bici al fianco, arrivando ad una fontanella dove possiamo riempire la borraccia. Arrivando ad evidente sella alla **Colla del Bric Strambè (804 m)** lasciamo la AV che prosegue verso il Passo del Turchino e svoltiamo decisamente a sinistra (segnavia triangolo vuoto rosso) lungo un sentiero che ci impone massima attenzione perché ciclabile solo per i più esperti con molti salti e tratti ripidi che prosegue poi

*con molti tornanti fino ad attraversare il Rio Giazzi, risalendo con la bici in spalla dalla parte opposta (vedi foto 12) trovando ora un sentiero che prosegue ora in mezzacosta diventando più ciclabile ma non senza qualche brivido visto che in molti tratti il sentiero prosegue a strapiombo. Ora ci portiamo lungo la nostra via che si fa sempre più larga fino al **bivio di quota 422 m** all'asfalto dove svolteremo a destra al vicino abitato di Giutte e, passato un ristorante, sulla nostra sinistra parte il sentiero che alterna tratti di salita e di discesa mentre tenendo la nostra destra (segnavia triangolo rosso vuoto) arriveremo presso l'abitato di **Acquasanta (165 m)** con un ultimo tratto di strada cementata. Ora ci portiamo in veloce discesa verso **Voltri (4 m)***