

Ciclovacanza Liguria di Ponente
da giovedì 31 Ottobre a domenica 3 Novembre 2019
direzione tecnica Top Travel Team via Pallone 12A Verona

Programma

Cicloturismo tra monti, boschi, mare e borghi della costa ligure di ponente

1 – giovedì 31.10.2019 : Verona – Ovada - Varazze
Percorso in bus fino ad Ovada km 270

Ritrovo alle ore 6.00 allo Stadio Bentegodi, carico delle bici e partenza per Ovada entro le ore 6.30 e arrivo verso le ore 9.30

A - Percorso in bicicletta Monte Beigua -Varazze **km 45**

Scarico delle biciclette e inizio del percorso nei pressi del Santuario Rocche. Si segue la strada provinciale 207, che costeggia il corso sinuoso del fiume Orba, l'*Orba Selvosa* di Manzoniana memoria, e sale lentamente verso il massiccio del Beigua. Attraversiamo un ambiente boscoso ricco di aceri, ornielli, carpini, querce e castagni, che si presentano nella sfolgorante veste cromatica autunnale. In località Urbe saremo a quota . 500 circa e avremo percorso circa metà della strada in salita: ora la strada accentua la pendenza, non segue più il fiume Orba, ma si inoltra verso la cima con ampi tornanti, che portano ad un altopiano umido, Pianpaludo. Ci attende ora una strada immersa in faggete. Incontreremo il laghetto morenico del Laione nelle cui acque crescono le *Drosera*, *piante carnivore che catturano gli insetti*. Giungiamo al crinale pianeggiante dove si trova il Rifugio: siamo sullo spartiacque tirrenico-padano e possiamo scorgere il mare e il digradare del monte verso la costa. La strada corre ora tra sassi e rocce verdi e raggiungiamo la vetta del Monte Beigua a 1280 metri. Inizia ora la discesa, ripida, in un ambiente caratterizzato dal bosco di faggio intervallato da conifere e anche da castagni. Si giunge ad Alpicella, frazione di Varazze: sosta in qualche bar per un ristoro caldo. Scendiamo lungo la Val Teiro fino al Passo del Muraglione e il percorso offre bei panorami sulla costa sottostante. Ultimi chilometri tra case e autostrade e rumore: nonostante la fatica rimpiangeremo la strada fatta nel silenzio tra prati e boschi. Arrivo a Varazze e al lungomare. Cena e pernottamento in hotel.

B – Percorso in bicicletta sulla costa Voltri – Varazze **km 25**

Il Bus raggiunge Voltri sulla costa vicino a Genova.
Scarico delle biciclette e inizio del percorso.
Si inizia subito recandosi a visitare la *Villa Duchessa di Galliera*, che ospitò Papi e Regnanti ed è circondata da un parco di 32 ettari di boschi di leccio, di ulivi e pinete di pino marittimo.
Si pedala lungo la costa tra cascate di profumato pitosforo e piante mediterranee e la vista

sul mare azzurro. In breve si giunge ad Arenzano, famoso per la sua passeggiata a mare bordata da pini, tamerici e palme. Dopo una sosta pranzo si prosegue imboccando subito il tunnel della bella ciclabile realizzata sul sedime della vecchia ferrovia dismessa. Si raggiunge così Cogoleto. Si prosegue sempre in riva al mare con qualche altra breve galleria e si arriva a Varazze. Percorso molto tranquillo e di tutto riposo. Cena e pernottamento in hotel.

2 – venerdì 01.11.2019: Percorso in bicicletta Varazze – Imperia

km 80

Partenza in bicicletta alle ore 9.00.

Oggi seguiremo la Via Aurelia e saremo sempre sulla costa attraversando via via i vari nuclei abitati ricchi di testimonianze storiche e paesaggistiche.

Notevole è Savona con il poderoso castello a mare e il Duomo ricco di opere d'arte.

Poco oltre incontriamo Noli, antica Repubblica Marinara inizialmente in lotta con Genova.

Varigotti, con il suo intrico di case arabeggianti affacciate sulla splendida spiaggia.

Finale Ligure, sbocco al mare dell'entroterra piemontese e arrivo della strada napoleonica:

notevole il Centro Storico e particolare Finalborgo, che ci inviterà ad entrare tra le sue vie.

Albenga ci attende alla fine con il suo straordinario Centro Storico e le sue architetture.

Senza dimenticare il golfo su cui si affacciano Alassio con il suo famoso *Muretto* e Laigueglia con la sua passeggiata a mare e la splendida corona di monti alle spalle.

Uno sforzo ulteriore e arriviamo alla nostra meta: Imperia, unione di due abitati:

Oneglia e San Maurizio. Cena e pernottamento in hotel.

3 – sabato 02.11.2019: Due Itinerari

A - lungo la costa

B - sul versante montano

A – Percorso in bicicletta lungo la costa

Imperia – Dolceacqua

km 57

Partenza alle ore 9.00. Si attraversa l'abitato di Imperia e si raggiunge a San Lorenzo al Mare la pista ciclabile realizzata sul sedime della ferrovia dismessa. E' un percorso splendido con ampia vista sul mare e sulla costa montana. Si potrà fare un'escursione fino a Bussana Vecchia, borgo abbandonato dagli abitanti e rivisitato e rivitalizzato da artisti che qui vivono e creano le loro opere d'arte e di artigianato.

Si raggiunge poco dopo Sanremo, splendida con le sue belle case d'epoca, i suoi Hotels, il Casinò e in particolare l'antico *Borgo Pigna*, così detto per la sua forma a *pigna*. Degne di ammirazione sono le maestose piante di *Ficus Elastica* che troviamo nella parte alta.

Il percorso continua: la ciclabile a un certo punto termina e si raggiunge Bordighera. Si può fare il percorso sul Lungomare, evitando così il traffico veicolare, che diventa intenso più ci si avvicina a Ventimiglia. Prendiamo la strada per la Val Nervia e in breve si giunge a Dolceacqua, splendido abitato conosciuto dai viaggiatori stranieri anche nell'800.

Il *Castello* domina l'abitato dall'alto e sotto si stende la parte antica con le *case a gironi concentrici* e i frequenti passaggi coperti tra i *carruggi*.

Dolceacqua è nota anche per il suo vino *Rossese* prodotto da uve coltivate sui monti soprastanti.

Al di qua del Nervia si stende il *Borgo medioevale*. Le due parti dell'abitato sono collegate dal ponte medioevale ad una sola campata di 33 metri, dipinto da Claude Monet.

Il Bus con il carrello provvederà a caricare tutti i ciclisti riportandoli all'hotel.

Cena e pernottamento.

**B – Percorso in bicicletta ad anello sul versante montano
Imperia – Cesio – Imperia**

km 55

Partenza alle ore 9.00. Il primo tratto segue la strada statale di fondovalle e lo percorriamo con il bus dopo avere caricato le bici. A Pontedassio scarico delle bici e inizio del percorso. Salita continua sulla costa del monte passando per Chiusanico e raggiungendo Cesio: fino a qui avremo fatto circa m 750 di salita e km 16. Ora il percorso si apre ad ampio arco e segue una serie di strade provinciali che corrono lungo il crinale offrendo una visione ampia sulle costa digradante verso il mare. Ci sono alcuni saliscendi non impegnativi per complessivi m 680 di salita e km 37 di strada. Arrivati a livello del mare ritorniamo al nostro hotel. Cena e pernottamento.

4 – domenica 03.11.2019:

A - Visita Grotte di Toirano -

Partenza da Hotel ore 9.00 con bus diretti a Toirano, che si trova vicino ad Albenga. Arrivo alle grotte. La visita dura 70 minuti circa, la temperatura all'interno è 16 gradi e per sicurezza sarà necessario calzare scarpe chiuse con suola di gomma.

“ Il complesso carsico è formato da molte cavità di cui due, la grotta della Bàsura (o grotta della Strega) e la grotta di Santa Lucia Inferiore sono aperte e attrezzate per il pubblico. Le grotte sono molto conosciute per la loro bellezza, per la ricchezza di stalattiti e stalagmiti, ma soprattutto per le importanti valenze archeologiche della grotta della Bàsura. Questa grotta conserva numerosissimi resti di *Ursus spelaeus* , l'orso delle caverne, che la utilizzò come rifugio per il letargo (tra circa 50.000 anni A.C.) e molteplici testimonianze all'ingresso di uomini preistorici durante il *Paleolitico superiore* (circa 12.000 anni A.C.).

B - Ritorno a Verona

Terminata la visita ci spostiamo a Borghetto Santo Spirito e facciamo la sosta pranzo in riva al mare. Verso le 14.30 risaliamo sul bus e ci dirigiamo verso Verona.

Arrivo previsto in prima serata .

Nota: Caratteristiche e difficoltà del percorso:

- **I percorsi lungo la costa sono considerati facili**
- **I percorsi sul versante montano sono considerati impegnativi**
- **Tutti i percorsi si svolgono su strade asfaltate**
- **Ogni gruppo ha una guida**

Ideatore del percorso e coordinatore: Guido Dosso

guido@dosso.it

3286350305