

MTB Tour

Tortona - Portofino

La via del Mare

Aprile 1991

1^a Tappa

Tortona - Cascina Rampina - Sant'Alosio - Bastita - Dernice -

Giarolo - Monte Giarolo - Monte Gropà - Monte Panà - Monte

Cosfrone - Monte Ebro - Bocche di Crenna - Capanne di Cosola

2^a Tappa

Capanne di Cosola - Monte Cavalmurone - Monte Legnà - pendici

Monte Carmo - Capanne di Carrega - Monte Tre Croci - Monte

Antola - Passo dei Colletti - Donnetta - Torriglia

3^a Tappa

Torriglia - Valico Monte Lavagnola - Ognio - Gattorna - Colle

Caprile - pendici Monte Caravaggio (Santuario) - Ruta - Portofino

Dati riepilogativi Tour "Tortona - Portofino - La via del Mare"

<i>Zona</i>	<i>La Via del mare</i>
<i>Durata</i>	<i>3 giorni</i>
<i>Altezza massima</i>	<i>m 1700 (Monte Ebro)</i>
<i>Dislivello complessivo salita</i>	<i>3501 m</i>
<i>Dislivello complessivo discesa</i>	<i>3629 m</i>
<i>% ciclabilità salita</i>	<i>87,3 %</i>
<i>% ciclabilità discesa</i>	<i>94,0 %</i>
<i>Sviluppo percorso indicativo</i>	<i>119,1 Km</i>

Notizie Utili

Ospitalità

1ª tappa - alla Capanne di Cosola da Fausto

2ª tappa - Albergo La Posta - Torrighia

Accesso Stradale

Tortona posizionata nella Valle Scrivia all'uscita della Autostrada Milano-Genova

Cartografia

Meglio usare tutte le cartine a disposizione da IGM al 25.000 - Tortona-Villavernia-Garbagna-Rocchetta Ligure-Cabella Ligure-Carrega-Torrighia-Bargagli-Recco
a Studio Cartografico al 50.000 Valli Borbera-Trebbia-Aveto / Il Monte di Portofino
Libro Studio Cartografico F.I.E "La Via del mare"

Segnavia

1ª tappa - Prima parte di avvicinamento, seconda a raggiungere la dorsale Giarolo-Chiappo poco segnalata ma di facile riconoscimento

2ª tappa - Ben segnalata

3ª tappa - ben segnalata

Difficoltà

La difficoltà principale è dovuta dai continui saliscendi che rompono il ritmo; percorso adatto per chi ama la MTB.

Giudizio Globale : Difficile

1ª Tappa**Tortona - Cascina Rampina - Sant'Alosio - Bastita - Dernice -****Giarolo - Monte Giarolo - Monte Gropà - Monte Panà - Monte****Cosfrone - Monte Ebro - Bocche di Crenna - Capanne di Cosola**

Altitudine partenza	: m. 130
Altitudine arrivo	: m. 1493
Altezza massima	: m. 1700 (Monte Ebro)
Dislivello complessivo salita	: m 2007
Dislivello complessivo discesa	: m 644
% ciclabilità salita	: 99,2 %
% ciclabilità discesa	: 98,7 %
Sviluppo percorso indicativo	: 49,8 Km
Tempo indicativo	: 10 ore



Foto 05 - passaggio dalla Capanna Cerutti

Partenza da Tortona (130 m) per imboccare la "strada viola" che passa adiacente alla omonima cascina e ridiscende a Villaromagnano (110 m.) Percorriamo la provinciale per Cerreto Grue e sulla destra

imbocchiamo la strada dapprima asfaltata e poi sterrata con le indicazioni per

Cascina Rampina (160 m) che ci permette di raggiungere ora in asfalto il paesino di Montale Celli (241 m) e proseguire per la strada adiacente la Chiesa di Costa Vescovato (305 m) che lasciamo passando un paio di tornanti. Proseguiamo su asfalto verso il bivio Boffalora per Castellania e, guardando sulla nostra sinistra, imbocchiamo la mulattiera che parte tra da due case. Si risale e, non appena l'orizzonte si allarga intorno a noi, possiamo scorgere a sinistra la suggestiva Chiesa di San Biagio.



Proseguiamo per ridiscendere sulla strada che da Castellania porta a Sant'Alosio, svoltiamo a sinistra e neanche 50 metri, di fianco ad una cappella, riparte il sentiero ora marcato con palina "E/1" sentiero Europeo. Ad un primo bivio andiamo a sinistra per un tratturo appena accennato che supera un pozzetto per la raccolta dell'acqua, ridiscende e risale bruscamente raggiungendo le prime villette dell'abitato di Sant'Alosio (509 m) sotto le omonime torri. Si prosegue ora in falsopiano che costeggia un ripetitore per poi ridiscendere raggiungendo una strada sterrata dalla ampia carreggiata che imbocchiamo (quota 486 m) proseguendo a sinistra con segnavia "due triangoli gialli" (la carrareccia arriva dall'abitato di Sant'Alosio che può essere alternativa al nostro percorso fatto). Il terreno che incontriamo è molto sabbioso e dobbiamo proseguire in alcuni tratti lungo i fossi scavato dalle piogge. La salita è impegnativa

Foto 06 - la sterrata da Dernice

*ed in alcuni tratti difficile per le condizioni del terreno fino all'incrocio con una casetta chiamata "Capanna Cerutti" (quota 484 m) (foto 05) che ci porta di lì a poco ad incrociare un'altra carrareccia che proviene dalla nostra sinistra da Sarizzola alle pendici del **Monte Campogrande (quota 505 m)**. Noi proseguiamo in salita ad arriviamo ad un bivio dove proseguiamo verso destra (quota 550 m circa) sempre con segnavia "due triangoli gialli". Raggiungiamo una selletta dove una bella e*



Foto 07 - il meritato riposo sul Monte Giarolo

*veloce discesa in poco tempo ci permette di raggiungere un bivio (540 m) su asfalto nei pressi della località di San Vito che possiamo ammirare sulla nostra sinistra. Risaliamo la strada a destra, (notiamo su un pilone il segnavia prima indicato) e raggiungiamo un **colletto (circa 600 m)** dove intorno a noi si allarga l'orizzonte sulla Val Grue notando il paese di Garbagna; si ridiscende percorrendo alcune curve notando sulla nostra destra un tratturo che risale bruscamente e ci porta nel piazzale adiacente il ristorante il Ciliegio (560 m) in località Bastita. Proseguiamo sempre su asfalto direzione Sorli e dopo 1 Km circa raggiungiamo il **Passo della Crocetta (505 m)** dove sulla nostra sinistra si dirama il nostro tratturo con due segnavia: uno con "due triangoli gialli" e l'altro con un "rombo blue". Il tratturo dapprima scende (siamo esattamente al di sopra della galleria che collega la Val Grue dalla Val*

Borbera) poi risaliamo fino al **Monte Boseigo (538 m)**, passiamo una selletta (518 m) dove il nostro sentiero piega verso destra ad incrociamo dopo poco il sentiero con segnavia "triangolo giallo" (quota 520 m) proseguendo dritto. Senza lasciare il nostro segnavia, aggiriamo così il Monte Trassa scendendo poi in modo più evidente a raggiungere la sua **quota**

più bassa di **(468 m)**. Qui si

riprende a salire

bruscamente ed il terreno

sassoso rende più

difficoltosa la nostra

marcia che termina



Foto 08 - la difficile ascesa del monte Panà

all'incrocio con la carrareccia (quota di 559 m) che risale dal paesino di Calvadi; svoltiamo a sinistra e finalmente dapprima in salita dolce poi in falsopiano raggiungiamo la Bocchetta di Barilaro (a destra si stacca il sentiero che porta alla Chiesetta di Rivarossa) che in poco tempo ci porta ad incrociare la strada asfaltata (quota 636 m) che prima in discesa fino alla quota di circa 500 m e poi in salita arriva a **Dernice (591 m)**. La nostra direzione è il tratto ripido dapprima asfaltato poi la larga carrareccia che sulla destra risale verso il cimitero con segnavia "rombo blu" che ci porta alla **Cappelletta di San Donnino (635 m)**. Lasciandoli alla nostra destra restando sul crinale, tralasciando poco più in là una larga sterrata che scende a destra ed arriviamo così al **Monte della Croce (595 m)** (croce in legno) e

*poco più avanti tenendo la sinistra al bivio lungo la Costa Bregni percorriamo un tratto in saliscendi. Ora la salita ci porta lungo la Costa Vaie (foto 06) fino alla grande cascina, centro universitario, adiacente alla S.P.115 (a destra per Borgo Adorno) che svoltando a sinistra porta a **Giarolo (831 m)**. Dal paesino e proprio di fronte alla chiesa percorriamo la strada asfaltata che sale ripida per diventare sterrata nei pressi delle stalle dovendo passare la sbarra che naturalmente chiudiamo. La carrareccia è larga ma il percorso é impegnativo fino ad una gobba dove spiana nei pressi di un ripiano erboso ed al bivio sulla nostra destra che indica un percorso MTB per i Piani di San Lorenzo. Siamo sulla Costa Lesaie e proseguendo sempre per la nostra dritta affrontiamo quest'ultimo tratto che ci porterà fino alla vetta del Monte Giarolo non senza difficoltà perché purtroppo per noi l'impegno*



Foto 09 - verso il Monte Ebro

sarà massimo dovendo sperare di trovare il fondo della nostra strada in buone condizioni. Passiamo così la Sorgente del Museglie, la immensa antenna per uscire nei larghi pascoli dove

*troviamo un ultimo tornante (tenendo la destra dove a sinistra si scende lungo la Costa della Gabbia) e la vetta del **Monte Giarolo (1473 m)** (foto 07) é finalmente nostra con la bellissima statua (da poco restaurata) dedicata al Redentore ad accogliere il nostro arrivo. La sosta credo sia d'obbligo ed affrontare quest'ultimo*

tratto, non senza difficoltà, lascia una grande soddisfazione paesaggistica. Si riprende lungo la dorsale in direzione del ripetitore di fronte a noi (i segnavia sono pochi e sbiaditi) trovando alla **quota 1398** il bivio a destra che scende per la Val Borbera e a destra passando la recinzione e un poco nascosta la sterrata che scende a Caldirola. 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 downhill) per prendere un sentiero che scavalca un crinale costeggiando una recinzione e passando i ruderi del Castello di Brusamonica. Si arriva 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 (che 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)** (foto 08) 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 per raggiungere una **sella (1646 m)** e risalire (foto 09) la cima del **Monte Ebro (1700 m)** sulla cui cima troviamo una croce ed un cippo. Si scende lungo la ben marcata sterrata e passando un gobba il percorso si fa impegnativo a causa del terreno sconnesso fino alle **Bocche di Crenna (1553 m)** dove troviamo un crocevia. Sulla nostra sinistra la carrareccia scende fino a Salogni, e di fronte a noi due

*strade: la prima risale verso il monte Cosfrone, poco pedalabile e la seconda scende sulla nostra destra, nel primo tratto non pedalabile, che ci permette di raggiungere una fontana Valtorta e la presa dell'acquedotto, ed infine le prime villette di **Capanne di Cosola (1493 m)** dove il meritato riposo ci attende per godere a pieno del finale a Portofino.*

2ª Tappa

Capanne di Cosola - Monte Cavalmurone - Monte Legnà - pendici

Monte Carmo - Capanne di Carrega - Monte Tre Croci - Monte

Antola - Passo dei Colletti - Donnetta - Torriglia

Altitudine partenza	: m. 1493
Altitudine arrivo	: m. 767
Altezza massima	: m. 1597 (Monte Antola)
Dislivello complessivo salita	: m 726
Dislivello complessivo discesa	: m 1452
% ciclabilità salita	: 63,3 %
% ciclabilità discesa	: 83,2 %
Sviluppo percorso indicativo	: 26,5 Km
Tempo indicativo	: 7 ore



Foto 10 - il crinale verso il Monte Carmo

sentiero sulla destra (segnava "OO" gialli) che risale le pendici del Monte

L'itinerario della "Via del Sale" indica di usare il crinale che porta al Monte Carmo, (itinerario che segue la strada asfaltata che porta a Artana-Bogli, lasciandolo per un

Cavalmurone-1670 m fino a raggiungere la sua sommità. Proseguiamo ora verso il Monte Legna-1669 m) percorso che per noi biker risulta poco pedalabile, quindi a



Foto 11 - la discesa dal Carmo

fianco del ristorante situato sul passo delle Capanne di Cosola (1496 m) seguiamo la strada asfalata che porta ad Artana-Bogli, al primo bivio teniamo la destra per Bogli seguendo la strada che diventa sterrata e prosegue tenendo la mezzacosta scendendo poi fino ad arrivare al primo tornante di una serie dove sulla destra parte un sentiero (quota 1377). Il sentiero non ci permette di pedalare fino alla Fontana Ravinella,

prosegue poi su mulattiera un poco più larga e solo nella sua parte finale riprenderemo a pedalare fino a raggiungere il crinale (quota 1500 m circa) dove si scende e si raggiunge il Passo Legna (1466 m) per poi proseguire in mezzacosta e



Foto 12 - Verso il Monte Antola

poi in discesa fino a raggiungere un bivio sulla destra in discesa che tralasciamo per proseguire in salita con la bici al fianco risalendo sotto le pendici del

Poggio Riondino (foto 10). Qui incontriamo un bivio (quota 1564 m), dove teniamo



Foto 13 - il Monte Antola

la destra che scende così ad una selletta (1555 m) e, superiamo le pendici del Monte Carmo fino al bivio da cui inizia la discesa verso le Capanne di Carrega (1365 m) (foto 11) dove la fontana ci può

dare l'unica acqua disponibile in questo tratto di percorso. Proseguiamo ora lunga la strada asfaltata che porta a Fascia e dopo circa 300 metri sulla nostra destra imbocchiamo il sentiero sulla destra (segnavia "OO" gialli - 1400 m circa) con le indicazioni per il Monte Antola. Questo incrocia da sinistra il sentiero che proviene dalle Case del Romano che attraversa in saliscendi sia zone prative che boschive alternandoci sia sul versante verso la Val Borbera sia sul versante verso la Val Trebbia e, costringendoci però a qualche breve tratto con la bicicletta al fianco. Il sentiero si può imboccare anche a fianco del vicino ristorante Case del Romano per risalire dalla vicina



Foto 14 - il Rifugio Antola

Cappelletta delle Tre Croci (1406 m) che notiamo proprio sul sentiero a ricordo della morte di tre uomini sorpresi da una improvvisa bufera di neve al vicino al Passo

delle tre Croci. Dobbiamo tenere in considerazione il fatto che molti tratti dovranno per forza essere percorsi con la bici al fianco fino al Monte Antola. Si raggiunge il vicino **Monte Pio di Brugneto (1512 m)** superando in saliscendi le quote di **1485 m, 1531 m e 1509 m** (un cancello da attraversare e nei pressi una croce ed una tavola e panca per il picnic) per raggiungere così le vicine **pendici (quota circa 1540 m) del Monte delle Tre Croci**. Proseguiamo sempre nella boscaglia lungo il sentiero, reso difficile anche dal percorso rovinato da animali al pascolo, che ci porta (foto 12) ad incontrare un bivio sulla destra con un **sentiero**



Foto 15 - La discesa verso Donnetta

(**quota 1495 m**) che proviene da Vegni ed al vicino **passo delle Tre Croci (1493 m)**. Un ultimo strappo alla **quota di 1526 m** ed una ultima discesa alla **quota di 1483 m** prima di affrontare a piedi la

salita al Monte Antola. I prati ci indicano che siamo vicini al Monte Antola e passata una selletta con la bici al fianco, si comincia ad intravedere la Croce sulla sua vetta (foto 13) e tenendo la sinistra della Cappelletta raggiungiamo il vicino **Rifugio Case Antola 1549 m** (foto 14). Prima però di arrivare al rifugio è d'obbligo fare la deviazione per raggiungere la vetta del **monte Antola (1597. m)** per ammirare da qui la vista a 360° e se il tempo lo permette é possibile anche vedere il mare.

*Scendiamo e proseguiamo sempre con il segnavia dei "OO" gialli, (in comune con i due quadrati vuoti gialli) e tenendo la destra sulla mulattiera, fino alla **quota di 1486 m sotto le pendici del Monte Cremardo** che aggiriamo ad est dalla **selletta di quota 1467 m** arriviamo al **colletto delle Cianazze (1346 m)** (tavoli e panche per il picnic). Proseguiamo ora verso i **1386 m della Casa del Picetto** ormai diroccata ed aggiriamo ad est il Monte Duso fino alla sella prativa chiamata **Passo Colletto (1317 m)**, arrivando ad una **sella a quota 1345 m** sotto le pendici del monte Prelà (sorgenti del Trebbia). Aggiriamo ad ovest ed iniziaamo così la discesa verso Torriglia che inizia proprio all'indicazione pitturata sul sasso al **Passo dei Colletti (1285 m)**, ed incontriamo una larga mulattiera lastricata (foto 15) che scende a **Donnetta (998 m)**. La discesa è difficile e, se scivolosa, diventa pericolosa e ci raccomanda alla prudenza. Arrivando alle prime case e proseguendo sulla destra del paese ritroviamo il nostro segnavia percorrendo un tratto piano che lascia il lastricato tralasciando una diramazione sulla destra e proseguendo poi su sterrata. Il percorso prosegue di nuovo su mulattiera ed al bivio teniamo la sinistra girando subito dopo a destra (fonte). Si prosegue verso sud passando alcune case (fonte) e, poi, un ponticello sul rio fino alla strada asfaltata che passando per Via Colomba arriva a a **Toriglia (767 m)**.*

3ª Tappa**Torriglia - Valico Monte Lavagnola - Ognio - Gattorna - Colle****Caprile - pendici Monte Caravaggio (Santuario) - Ruta - Portofino**

Altitudine partenza	: m. 767
Altitudine arrivo	: m. 2
Altezza massima	: m. 1071 (Valico Monte Lavagnola)
Dislivello complessivo salita	: m 1061
Dislivello complessivo discesa	: m 1826
% ciclabilità salita	: 99,5 %
% ciclabilità discesa	: 100 %
Sviluppo percorso indicativo	: 42,8 Km
Tempo indicativo	: 6 ore



Foto 16 - La Colonia Arnaldi

Si riparte da Torriglia (767 m) percorrendo la strada per Montebruno, passata la galleria, sulla nostra destra parte una sterrata (quota 859 m) sulla Costa Boffalora (segnavia "Δ") che

porta ad alcune case dove teniamo la sinistra e proseguiamo in leggera salita fin sotto le pendici del Monte Lavagnola. Da qui teniamo la nostra destra lungo il

sentiero marcato con il "Δ" in comune con la "AV" (a sinistra il sentiero porta al



Foto 17 - il bivio per Recco

Passo del Portello, marcato sempre con la "AV" e con il "O") che ci porta al **Valico del Monte Lavagnola (1071 m)** dove lasciamo la "AV" che porta al Passo dello Scoffera per proseguire con il solo

segnavia "Δ". Percorrendo il sentiero che in leggera discesa ci porta dapprima alle **Strette del Ciapusso (945 m)**, a solcare le cime del **Monte Perdono (909 m)** ed infine con discesa ripida alle case dell'abitato di **Lezzaruola (586 m)** seguiamo sempre il nostro segnavia, percorrendo il sentiero e, costeggiando la SP.20 che porta all'abitato di **Ognio (400 m circa)**. Con un tratto di asfalto della SP.20 incrociamo la SS.225 che costeggia il torrente Lavagna, percorrendola fino a **Gattorna (150 m)**, poi saliamo con indicazione Uscio fino al **Colle Caprile (540 m)** dove termina l'asfalto e ricominciano i percorsi più congeniali per la MTB. Seguiamo ora il sentiero marcato con "O O" (e con il quadrato blu sulle cartine) che ci porta alle pendici del **Monte Rosso (quota 568 m)** per raggiungere il **Passo dei Casetti (533 m)**. Proseguiamo ora raggiungendo l'asfalto ed la vicina **Colonia Arnaldi (fonte)(foto 16)** sotto le pendici del monte Tugio per raggiungere il **Passo della Spinarola (549 m)** e riprendere la sterrata che ci porterà a Ruta. Il sentiero ed il nostro segnavia proseguono a mezza costa sotto le pendici del monte Borgo e monte

*Bello fino al **Passo del Gallo (478 m)** e poco più avanti sotto le **pendici del monte Caravaggio (quota 600 m circa)** dove l'omonimo Santuario vigila al nostro passaggio e dove la vista alle città di Rapallo e S. Margherita Ligure è davvero*



*incantevole (vale la pena soffermarci ad ammirarlo). Si prosegue per il Monte Ampola passando la sua **sella a Nord (498 m)** (da qui a destra parte il sentiero marcato con "▲" che porta*

Foto 18 - Ruta

*a Recco (foto 17) che purtroppo dovrà essere usato adesso scendendo al mare perché dalla Ruta a Portofino è vietata per qualsiasi mezzo che non sia a piedi) tenendo la sinistra ed il nostro segnavia "O O" che passa la **sella a quota 475 m** passando così il **Monte Chiapparolo (489 m)**; ora si scende alla **sella di quota 399 m** sotto le pendici del Monte Esoli arrivando alla Chiesa Romanica dedicata a San Michele per raggiungere così **Ruta (269 m)** (foto 18) e ritrovare l'asfalto della SS.1-Aurelia. Proseguiamo verso la galleria della Ruta dove poco prima parte la mulattiera (segnavia quadrato rosso pieno) caratterizzata nella sua prima parte da una scalinata chiaramente non pedalabile che passa sopra la galleria. La mulattiera larga e pedalabile diventa selciata (foto19) raggiungendo l'**Albergo di Portofino Vetta (430 m)** e sempre seguendo il nostro segnavia e raggiungiamo il **Passo della Pietra Stretta (452 m)** riconoscibile per i grossi massi dei suoi dintorni e crocevia*

di molti percorsi (da qui partono diverse mulattiere). La mulattiera lastricata ci costringerà ad una lunga sofferenza fisica per noi e meccanica per la nostra MTB



Foto 19 - La via verso Portofino

*raggiungendo così le **Bocche di San Lorenzo (456 m)**. Il percorso ci porta dapprima alle case sparse di **Olmi (279 m)** dove diviene meno impegnativo perché meno accidentato e alla **Chiesetta di San Sebastiano (165 m)** raggiungendo così, tra meravigliosi oliveti, la splendida **Portofino (2 m)** ed alla sua incantevole piazzetta*

*raggiungendo così le **Bocche di San Lorenzo (456 m)**. Il percorso ci porta dapprima alle case sparse di **Olmi (279 m)** dove diviene meno impegnativo perché meno accidentato e alla **Chiesetta***