

OUTDOOR



WANDERWEGE in der PROVINZ SAVONA

.....
zu Fuß und
mit dem Mountainbike



Provincia di
savona

turismo.provincia.savona.it - www.visitriviera.it

Wanderwege in der Provinz Savona

Erklärungen zur Broschüre

Wanderwege



Diese Veröffentlichung beschreibt einige Wanderwege und Mountainbikerouten der Gegend. Jeder Weg ist durch eine andere Farbe gekennzeichnet.

Mountainbikerouten



Kartensymbole

	Autobahnen		Eisenbahnstrecke
	Wanderwege		Grenze der Provinz Savona
	Mountainbikerouten		Naturschutzparks
	Anfang und Ende der Tour		Flüsse, Wildbäche
	Hauptstraßen		Burgen, Türme, Wallfahrtsstätte
	Nebenstraßen		Schutzhütten, Höhlen
	Nebenstraßen		Flughäfen, Häfen und Jachthäfen

- Herausgegeben von der Abteilung zur Tourismusförderung der Provinz Savona. Die Infos in dieser Veröffentlichung sind nicht durch Werbung zustande gekommen. Für eventuelle Fehler und Auslassungen wird keine Haftung übernommen.
- Erste Ausgabe: M&R Comunicazione – Genova
Texte: Gian Antonio Dall'Aglio; Neubearbeitung (2010): Tracce Soc. Coop. - Finale Ligure
Fotos: Archiv APT Riviera delle Palme, Archiv M&R, Archiv Provincia di Savona, A. Beltrame, M. Berta, F. Calzia, M. Campora, R. Cottalasso, G.A. Dall'Aglio, G. Franzoni, E. Quaglia
- Aktualisierung der Wanderwege (2010): Tracce Soc. Coop. - Finale Ligure
Grafische Neubearbeitung (2011): Grafite - Savona
Druck: Tipolitografia Bacchetta – Albenga
Deutsche Übersetzung: Diana Leinfels-Crocetta

Dieses Projekt wurde von der STL Italian Riviera L.R. 28/06 finanziert

Auf unseren Internetseiten turismo.provincia.savona.it und www.visitriviera.it können Sie das gesamte Wanderwegnetz der Provinz Savona und das Video über die Sportmöglichkeiten herunterladen.

Die faszinierende Palmenriviera endet nicht an der Küste, sondern führt mit ihren Natur - und Kulturschätzen weiter bis zu den Hügeln und Tälern des Hinterlandes, das man in Ruhe zu Fuß oder mit dem Fahrrad entdecken kann.

Hier können Sie Großstadtverkehr und Alltagsstress vergessen.

Etwa hundert Wanderwege verbinden die Küstenorte und Täler mit den Gipfeln.

Ein wunderschönes Panorama mit sanften Hügeln, dichten Wäldern, so weit das Auge reicht, - heute so wie vor tausend Jahren - erwartet Sie.

Diese Broschüre bietet Ihnen 16 Wander- und Radwege zur Auswahl, damit Sie die Naturschönheiten der Palmenriviera von Ponente bis Levante mit den Hügeln an der Küste und den Tälern des Hinterlandes kennenlernen können.

Natürlich gibt es auch noch weitere Wanderwege zu entdecken.

Wir wünschen Ihnen viel Freude, sei es zu Fuß oder mit dem Rad.



Von Andora nach Pizzo d'Evigno

(Hinterland von Andora)



Wanderung entlang der Grenze

Dies ist ein längerer Gebirgskammweg, der genau auf der Westgrenze der Palmenriviera verläuft. Man startet am Meer von **Andora** und läuft durch die sanften Hügel, die den Südhang des **Merula-Tals** abgrenzen. Hier befinden sich hinter Oliventerassen, Wälder, Wiesen und Kastanienhaine mit Blick auf die nahegelegenen Alpen. Aber um das Blau des Meeres zu sehen, braucht man sich nur umzudrehen.

Wegbeschreibung

Am Bahnhof von Andora (10 m) folgt man rechts der mit ■ markierten Straße Richtung Meer und geht bis zur Brücke, die über die Bahnlinie führt. Man überquert die Brücke in Richtung Westen (rechts) und biegt auf eine asphaltierte Straße ab, die steil zum Ortsteil **Rollo** hinaufführt. An der aus dem 15. Jahrhundert stammenden Burg in Rollo folgt man einem gepflasterten Pfad und läuft an Villen und Gärten vorbei. In unmittelbarer Nähe des **Colle di Cervo** (320 m) erreicht man den Gebirgskamm, der das Merula-Tal eingrenzt und die Grenze zwischen den Provinzen Savona und Imperia markiert. Von hier folgt der Weg bis ans Ende dem Gebirgskamm. Dieser Weg wird auch als Weg der Transhumanz angezeigt: In den vergangenen Jahrhunderten diente er den Schäfern und ihrer Herde als Verbindungsweg zwischen Meer und Bergen. Weiter wandert man bergauf bergab, vorbei an Wiesen, Wäldern und typischen Pflanzenarten der Mittelmeerküste, Dickicht und Wiesenlichtungen. Gleich hinter dem **Colle Mea** (383 m) erreicht man den Wegweiser ◆, der einen ziemlich steilen und felsigen Pfad markiert, der östlich ins Merula-Tal absteigt. So gelangt man schnell zum Ortsteil **Canossi** und dann auf die asphaltierte Talstraße, der man Richtung Süden folgt (rechts), bis man wieder zum Bahnhof kommt. Wer hingegen längere Wanderungen mag, kann den Weg am Gebirgskamm, der mit dem Symbol ■ gekennzeichnet ist, weitergehen und steigt so auf die folgenden, immer höher werdenden Gipfel: **Monte Chiappa** (541 m), wo man auf eine runde Steinhütte trifft (sehr weit verbreitet in den ligurischen Bergen und jahrhundertlang von Bauern und Hirten benutzt), **Monte Bandia** (566 m), **Pizzo Aguzzo** (757 m) und **Monte Ceresa** (913 m). Am Ende erreicht man den höchsten Berg, den **Pizzo d'Evigno** oder Monte Torre (988 m). Dieser lange Bergweg bildet einen Rahmen um das hohe Merula-Tal und bietet dem Wanderer einen wunderbaren Blick auf die Gipfel der Ligurischen Alpen. Für den Rückweg folgt man derselben Route.



oben: die Stele von Reiner Kriester

und blühender Baldrian

rechts: jahrhundertalte Olivenbäume in Garlenda



Rund um den Wanderweg

Über **Andora** liegen auf der linken Talseite, nicht weit von der Küstenebene entfernt, die Burg und das mittelalterliche Dorf. Neben der Burg befindet sich die wunderschöne, frühromanische Kirche der Heiligen San Giacomo und San Filippo. Spuren der **römischen Straße**, die von hier aus in die Provence führte, sind die mittelalterliche Brücke, die den Bach Merula überquert, und die Straße, die von dort in Richtung Osten zum Dorf **Colla Micheri** hinaufführt. Diesem Ort gegenüber liegt der schöne Fischerort **Laigueglia**. Besonderer Aufmerksamkeit gilt dem Weg „Fischia il Vento“ (1 bis): es handelt sich hierbei um einen Weg des Kulturparks der Palmenriviera, der Felice Cascione gewidmet ist. Er war einer der ersten Widerstandskämpfer und Autor des bekannten Liedes „Fischia il Vento“ (Der Wind pfeift).

Dieser Pfad beginnt am Hof **Passo du Beu** unter dem San-Giacomo-Pass, schneidet das hohe Merula-Tal über **Stellanello**, steigt in **Testico** (470 m) zwischen Wäldern und Kastanienhainen zum Gebirgskamm hinauf und geht wieder hinunter ins Lerrone-Tal zu den Olivenbäumen von **Casanova Lerrone** (250 m).

Von hier aus überschreitet er bei der kleinen **Kirche San Bernardo** (563 m) noch einen Gebirgskamm, und verläuft hinunter ins **Arroscia-Tal** in Richtung **Onzo** und **Vendone**. Onzo ist bekannt für seine Olivenbäume und den Pigato Wein. In Vendone sollte man die Stele aus weißem Stein von Reiner Kriester besichtigen, die ein bisschen an prähistorische Megalithen und Monolithen im Stile „2001 - Odyssee im Weltraum“ erinnern. Von Casanova Lerrone kann man auch ein Stück durchs Lerrone-Tal bis zur „Weinstadt“ **Garlenda** hinunterfahren, um dort zumindest die „Ruve de San Roccu“, eine 250 Jahre alte und 24 m hohe, prachtvolle Eiche, zu bewundern.

Für wen

Natur- und Geschichtsliebhaber

Empfohlenen Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

Ganzjährig, ausgenommen heiße Sommertage und Wintertage mit Schnee oder Eis, sowie bei stark bewölktem Gebirgskamm.

Streckenlänge

9 Km (kurzer Rundgang) - 32 Km (langer Rundgang bis zum Pizzo)

Höhenunterschied im Anstieg

400 m (kurzer Rundgang) - 1200 m (langer Rundgang bis zum Pizzo)

Schwierigkeitsgrad

E

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Andora

Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt Andora und der Beschilderung zum Bahnhof folgen

Markierungen



Von Alassio nach Monte Tirasso (Hinterland von Alassio)



Die Geschichte der schönen Adelasia

Adelasia ist eine berühmte historisch-legendäre Figur aus Ligurien di Ponente. Der Legende nach war sie die Tochter von Otto I. von Sachsen, Kaiser des Heiligen Römischen Reichs im 10. Jahrhundert. Gegen den Willen ihres Vaters verliebte sie sich in den Schildknappen **Aleramo**, floh mit ihm aus Germanien und fand beim Bischof von Albenga Zuflucht. Einige Zeit später versöhnte sie sich jedoch mit ihrem Vater und heiratete Aleramo. Zu Ehren von Adelasia erhielt die Stadt **Alassio** ihren Namen, während Aleramo der erste Markgraf wurde.

Die Markgrafen regierten im Auftrag des Kaisers die Markgrafschaft Westligurien (*Marca Aferamica*), die das Montferrat im Piemont und Mittelligurien umfasste.

Hinter Alassio erheben sich steile und grüne Hügel mit einfachen Wanderwegen, die einen herrlichen Blick auf die Stadt und das Meer bieten. Einige von ihnen führen zum **Monte Tirasso**, der im Zentrum der Hügelkette liegt und auf dessen Gipfel im 17. Jahrhundert der Wallfahrtsort der *Madonna della Guardia* gegründet wurde, der auch mit dem Auto zu erreichen ist. Viel schöner ist es jedoch, vom Meer aus heraufzuwandern.

Wegbeschreibung

Der Weg beginnt in der Via Neghelli (20 m) und ist mit den Wegzeichen ■ ■ ■ markiert. Am Straßenschild „Strada pedonale Costa Lupara Crocetta“ geht es aufwärts zum Gebirgskamm, der zwischen den Bachtälern des Barbona und Limbo liegt.

Der Weg verläuft seitlich des **Torre Cazzulini** (190 m) und ist teilweise asphaltiert. Das Panorama über Alassio und dem Meer kommt immer mehr zum Vorschein. Auf der anderen Seite des Baches Barbona liegt auf einem Hügel das ländliche Dorf **Moglio**. Man kommt am Hof **Casa Caudi** vorbei und läuft zur Landstraße SP18 hinauf. Hier biegt man links ab bis man **Case Carmicae** erreicht und geht weiter bis zur **Crocetta** (335 m), einer Kreuzung, an der sich vier aus Alassio und aus den hinteren Tälern kommende Straßen kreuzen. Von hier aus folgt man Richtung Osten (nach rechts) dem mit ● ● gekennzeichneten Weg, der Alassio zur rechten und das tiefe Merula-Tal zur linken, auf dem Gebirgskamm verläuft. In der Nähe einer Windmühle auf 450 m Höhe geht es ein kleines Stück steil abwärts bis zum Colle Tirasso (400 m), wo man auf eine asphaltierte Straße stößt. Dann geht es wieder den



oben: Aufstieg zum Colle Tirasso
und blühender Ginster
rechts: Blick aufs Meer





Nordhang des Lerrone-Tals aufwärts und man gelangt zum Parkplatz der „Panoramastraße“ (552 m). Dort beginnt der Pfad, den man nur zu Fuß gehen kann, hinauf zur **Wallfahrtskirche Madonna della Guardia** (585 m), die im 17. Jahrhundert anstelle einer Burg auf dem Gipfel des Monte Tirasso errichtet wurde. So wie alle Marien-Wallfahrtskirchen, die auf den Bergen zum Schutze der Riviera erbaut wurden, enthält auch diese einige von Seeleuten gestiftete Votivtafeln, die Zeichen der Marienverehrung und des Gebets sind. Von hier aus genießt man einen einzigartigen Blick auf das Meer, die ligurischen Alpen und die umliegenden Täler. Auf dem Rückweg kann man als Alternative zum Hinweg den Fußweg Maglio-Alassio, der mit einem roten + gekennzeichnet ist, benutzen, der kurz unter dem Gipfel des Monte Tirasso von der Straße abzweigt, die hinunter nach Alassio führt.

Rund um den Wanderweg

Der Legende nach erhielt der Ort Alassio seinen Namen von einer deutschen Prinzessin. Das alte Fischerdorf, an einem der schönsten Strände Liguriens mit feinem, quarzhaltigem Sandstrand und mildem Meeresklima, wurde Ende des 19. Jahrhunderts zu einem berühmten, eleganten Badeort mit schönen Villen im Liberty-Stil. Parallel zum Strand verläuft das sogenannte „Budello“ (via XX Settembre), die lange lebensfrohe Gasse, die die gesamte Altstadt durchläuft. Nicht zu vergessen, „il Muretto di Alassio“, das Mäuerchen der Künstler, auf dem sich berühmte Persönlichkeiten aus Kunst, Kultur und Fernsehen des 20. Jahrhunderts auf dekorierten Fliesen mit ihrer Unterschrift verewigt haben. Eines der interessantesten Teilstücke der antiken **Via Julia Augusta** ist die römische Straße (2bis). Diese mit Stützpfälern, Grenzsteinen und Grabmälern versehene Straße verband in der Römerzeit Ligurien mit der Provence und Gallien. Sie beginnt am **Capo Santa Croce**, im Osten des Wohngebietes, gleich am Yachthafen und führt, über der modernen Aurelia gelegen, auf einer beinahe ebenen Strecke, nach **Albenga**. Gekennzeichnet ist sie durch □ und bietet einen wunderschönen Ausblick auf die gesamte Küste Liguriens und auf die nahegelegene **Insel Gallinara**.

Für wen

Natur- und Geschichtsliebhaber

Empfohlenen Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

Ganzjährig, ausgenommen in den heißen Wochen der Sommermonate

Streckenlänge

9 Km Hin- und Rückweg

Höhenunterschied im Anstieg

600 m

Schwierigkeitsgrad

E

Markierungen

■ ■ ● ● +

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Alassio, dann zu Fuß oder mit dem Linienbus bis Via Diaz und von dort in Richtung Berge und links in die Via Neghelli

Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt Albenga, dann links Richtung Alassio, zuerst auf der Ex-SS 582, dann auf die SS 1 Aurelia Bis-NSA 142.

Nach dem Tunnel, der Sie nach Alassio führt, fahren Sie nach dem Kreisverkehr mit dem Springbrunnen die Via Gastaldi hinunter.

An der Unterführung fahren Sie die Via Neghelli hinauf.

Von Vignolo zum Monte Galero (Hinterland von Albenga)



Bergtour

Diese Tour führt Sie Richtung Piemont. Das **hohe Pennavaire-Tal** teilt sich zwischen den Provinzen Savona und Cuneo. Die Landschaft zeigt sich hier ausgesprochen alpin; kalkhaltige Bergspitzen mit steilem, unebenem Profil überragen die Höhe von 1700 m. In den Höhlen dieser Berge lebten die Menschen vor 9000 Jahren. Raubvögel nisten in den Nadelbaumwäldern und die Bergwiesen färben sich im Sommer mit tausend kleinen Blumen. Im Winter hingegen sind die Gipfel mit Schnee bedeckt und an kalten Tagen bilden sie einen herrlichen Kontrast zu dem nicht weit entfernten blauen Meer.

Nasino ist eine der kleinsten Gemeinden der Palmenriviera und der **Monte Galero** ist der höchste Berg in der gesamten Provinz von Savona.

Wegbeschreibung

Der Weg  beginnt in **Vignolo** (480 m), einem Ortsteil der Gemeinde Nasino an der Grenze zur Provinz Cuneo und steigt inmitten von Wäldern und Bergwiesen zur Alpenlandschaft empor. Man wandert teilweise auf einer Schotterstraße und auf kleinen Abkürzungen durch das kleine Flusstal des Rio Ravinazzo, einem kleinen, linken Nebenfluss des Pennavaire, hinauf.

Wenn man die Höhe von 1100 m, an der die Schotterstraße stark nach Nordosten verläuft, erreicht hat, führt der Pfad in Serpentina zum tiefen Bergsattel des **Colle del Prione** hinauf (1309 m, „prione“, ligurischer Dialekt, bedeutet im Italienischen „pietrone“ - großer Stein). Der Berg, über den der ligurische Höhenweg verläuft, liegt über der norditalienischen Wasserscheide und trennt das piemontesische Tanaro-Tal im Norden von dem ligurischen Pennavaire-Tal im Süden.

Man geht steil Richtung Nordosten auf der 10. Etappe des ligurischen Höhenweges, der durch  gekennzeichnet ist, weiter. So stößt man auf die „**Giganti di pietra**“ (Steinriesen), eigenartige Steinformen, die durch meteorologische Erosionen der nicht so festen „Brekzien des Monte Galero“ entstanden sind. Abschließend erreicht man das Gipfelkreuz auf dem gewaltigen Monte Galero (1708 m), dessen Nordhang zum Tanaro-Tal hin sowie dessen Osthang zum Neva-Tal hin sind, im Gegensatz zum kahlen Südhang zum Pennavaire-Tals mit dichten Wäldern besiedelt.

Der Wanderweg endet hier, aber der Höhenweg führt weiter zum **Colle San Bernardo di Gressio**...



oben: mittelalterliche Brücke in Nasino
rechts: Gebirgskamm des Monte Galero





Rund um den Wanderweg

In den Wäldern und Gipfeln des Pennavaire-Tals leben immer noch Bergbauern, die mit großer Mühe ihre Ländchen bewirtschaften. Trotz der schwierigen Landbestellung auf den Bergen von Nasino ist es ihnen jedoch geglückt, eine örtliche Bohnensorte zu züchten. Durch die Wiederentdeckung solcher traditioneller Erzeugnisse sollte es ihnen gelingen, diese aufwändige Art der Landwirtschaft weiterzuführen.

Geht man das Pennavaire-Tal hinab zum Meer, erreicht man **Castelbianco**, eine Gemeinde, deren Ortsteile zwischen Oliventerassen und Feldern liegen. Im Frühling blühen hier die Kirschbäume, deren Früchte das zweitwichtigste landwirtschaftliche Produkt sind.

Die bekannteste dieser Ortschaften ist heute **Colletta**, ein mittelalterlicher Ort mit schönen Steinhäusern. Um der Entvölkerung entgegenzusteuern, wurde der Ort mit modernen Internettechnologien ausgestattet. Heute kann man hier nicht nur wohnen, sondern auch inmitten der Natur und Idylle der Bergwelt Ferien machen, ohne auf die Technik des 21. Jahrhunderts verzichten zu müssen.

Zu erwähnen sind außerdem als landwirtschaftliche und gastronomische Spezialität die Pelandroni-Bohnen. Sie sind das Produkt der schweren Berg-Landwirtschaft, die sich bemüht, den Geschmack der Vergangenheit für die Zukunft zu bewahren. Angebaut werden sie auf den Hügeln der kleinen Gemeinde **Erfi**, deren Ortschaften verstreut im **hohen Neva-Tal** liegen.

...für Radfahrer

Von Vignolo folgt man der Straße, über den Parkplatz hinweg und fährt so in Richtung Norden bald auf einer Schotterstraße. Mit Leichtigkeit erreicht man den Colle del Prione. Um den Gipfel zu erreichen, muss man jedoch zu Fuß hinaufgehen.

Für wen

Naturliebhaber

Streckenlänge

16,5 Km Hin- und Rückweg/fahrt

Höhenunterschied im Anstieg

1230 m

Schwierigkeitsgrad

E - MC/MC

Markierungen



Empfohlenen

Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung, der Höhenlage entsprechend

Anfahrt

Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt Albenga, dann Richtung Garessio auf der ehemaligen SS 582.

In Martinetto auf die SP14 abbiegen, das Pennavaire-Tal bis Nasino hinauffahren und dann gleich rechts nach Vignolo.

Empfohlene Jahreszeiten

Von Frühling bis Herbst

Die Wanderwege des Poggio Grande Ceriale - Monte Croce (Hinterland von Ceriale)



Poggio Grande

Poggio Grande liegt über einer niedrigen Hügelkette, die im Westen vom engen und gebirgigen **Neva-Tal** und im Norden vom wilden **Varatella-Tal** eingegrenzt ist. Diese Täler gehen im Osten zum Meer hin und im Süden in Richtung der einzigen Ebene Westliguriens, der **Ebene von Albenga**. Die Hügel sind kaum bewaldet und bilden in Meeresnähe, umgeben von mittelalterlichen, schönen Ortschaften, ein herrliches Panorama. Das Wandernetz des Poggio Grande durchläuft eine raue Naturlandschaft, die reich an bedeutenden, historischen Zeugnissen ist. Die Gewächshäuser der Ebene von Albenga, repräsentieren heute ein modernes Zentrum der ligurischen Landwirtschaft.

Wegbeschreibung

Der Wanderweg ist mit dem Zeichen **P1** ausgeschildert, zu dem bald der Weg **O** hinzukommt. Man startet auf der Piazza della Vittoria in **Ceriale**, die am Meer neben der Bastei, die im Jahr 1526 zum Schutz vor dem Überfall der Sarazenen erbaut wurde, liegt.

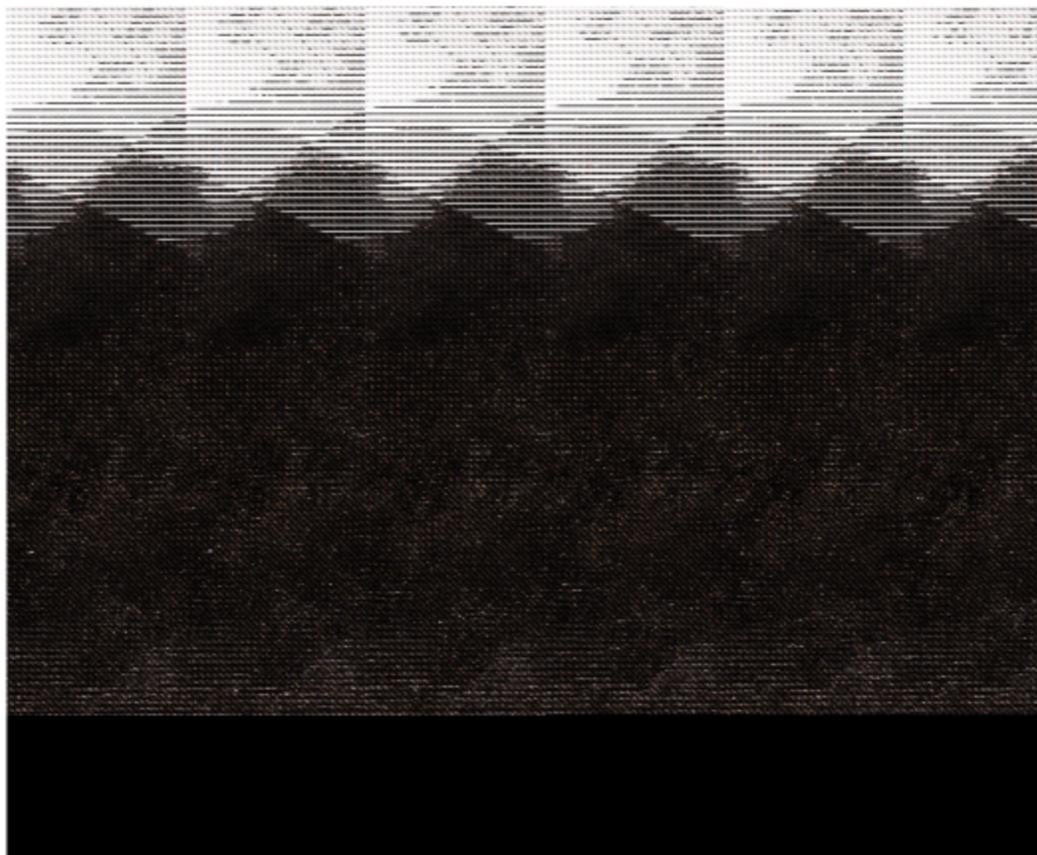
Von dort geht es ins Landesinnere, wo man die Bahnlinie, die Aurelia, die Autobahn und den Bach San Rocco überquert, von dem aus man in den **Naturpark Riserva Naturale Regionale del Rio Torsero** gelangen kann, dessen Flussbett reich an Meeresfossilien enthaltenen Ablagerungen aus dem Pliozän (vor 5-1,7 Millionen Jahren) ist. Weiter steigt der Weg zum mittelalterlichen Dorf **Peagna** (123 m) auf, wo sich das **Paläontologische Museum Silvio Lai** befindet. Dann geht man auf einer kleinen Straße zu den Ruinen der **Casa Paverne** (161 m) weiter und läuft von hier aus auf einem mit **O** markierten Schotterweg das **Ibà-Tal** hinauf. Es handelt sich hierbei um ein tiefes Karsttal mit kleinen Wäldern in der Talsohle und am Nordhang und mit Buschwäldern am Südhang.

Wenn man ein Wegstück mit Kastanienbäumen und eine kleine Steinbrücke überschritten hat, kommt man zu den Ruinen von **Casa Tinchella** (292 m). Geht man weiter, kommt man an den Spuren von zwei „Kohlhöfen“ vorbei, in denen einst Holzkohle hergestellt wurde. Man steigt weiter zu einigen „**Marmite dei Giganti**“ (Riesenkesseln) mit kleinen Seen auf, die als Tränke für die Fauna (für Wildschweine und Damhirsche) und als Zuhause für Amphibien und Reptilien dienen. Dann gelangt man wieder in einen Schwarzkiefernwald, der durch Waldbrände beschädigt wurde und kommt so zu den Gipfelweiden des **Poggio** (oder **Pizzo**) **Cerеса** (710 m). Von hier aus hat man einen wunderbaren Blick auf die Küste, die **Ebene von Albenga**, das dahinter liegende **Neva-Tal**, die ligurischen Alpen im Hintergrund und die Hügelandschaft von Imperia. Bei gutem Wetter kann man die Insel Korsika mitten im Meer erkennen.

Vom Poggio Ceresa führt ein fast ebener Schotterweg nach Nordosten auf der Meeresseite des Gebirgskammes zum **Poggio Grande** (813 m) hinauf. Hier liegt die mächtige Festung aus dem 19. Jahrhundert und der moderne Marien-Wallfahrtsort **Santuario di Monte Croce** (740 m) mit einem schönen Ausblick über das Varatella-Tal und Ostligurien bis hin zu den Apuanischen Alpen.



rechts: Wegabzweigung des Ibà-Tals
oben: Wegmarkierung P1



Rund um den Wanderweg

Die Ebene von Albenga entstand durch Anlandungen der Bäche Neva, Pennavaire, Arroscia und Lerrone, die gleich über **Albenga** im Fluss Centa zusammenfließen. Albenga ist die zweitgrößte Stadt der Palmenriviera und mit ihrer herrlichen Altstadt und den römischen Überresten ein Besuch wert.

Aufgrund des fruchtbaren Bodens werden hier berühmte Produkte der ligurischen Landwirtschaft angebaut: Artischocken, der Pigato-Wein (hervorragend sind die Trauben aus Salea d'Albenga und Ortovero), Veilchen und Spargel. Nicht zu vergessen, die Oliven der Hügel von Arnasco, deren Öl in den Ölmühlen von Cisano sul Neva hergestellt wird.

Zwischen diesen Orten und Hügeln verläuft im Kulturpark der Palmenriviera der „**Sentiero di Ilaria**“ („Ilarias Wanderweg“), welcher der jungen Tochter des Markgrafen Carlo I. von Zuccarello gewidmet wurde, der zu einer der ältesten und verzweigtesten Feudalfamilien Norditaliens gehörte. Ilaria, die in Zuccarello zur Welt kam, heiratete 1404 den Herzog von Lucca Paolo Guinigi, starb jedoch nach weniger als zwei Jahren bei der Geburt ihres Kindes und wurde im Dom zu Lucca in einem Marmorsarg, den Jacopo della Quercia anfertigte, beigesetzt.

Für wen

Natur- und Geschichtsliebhaber

Empfohlenen Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

Ganzjährig

Streckenlänge

14 Km Hin- und- Rückweg

Höhenunterschied im Anstieg

810 m

Schwierigkeitsgrad

E

Markierungen

P1 ○

Anfahrt

Mit dem Zug: bis Bahnhof Cerialle und von dort zur Piazza della Vittoria

Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt Borgetto Santo Spirito, dann Richtung Borghetto bis zur Aurelia (SP1), dann rechts nach Albenga; Cerialle ist der erste Ort nach Borghetto Santo Spirito. Wenn man möchte, kann man auch bis Peagna fahren und spart so 5 km Fußweg.

Von Zuccarello nach Castelvecchio di Rocca Barbena (Hinterland von Albenga)



An der Grenze zwischen Bergen und Riviera

Die letzten steinigen und steilen Hügel, die die ligurischen Alpen hinunterführen, fügen sich in die **Ebene von Albenga** ein. Sie ist die einzige echte Landschaftsebene an der Palmenriviera mit bewirtschafteten Feldern, Gewächshäusern und Weinhängen, in der die besten Produkte der ligurischen Landwirtschaft produziert werden. Direkt hinter dieser Ebene liegt das Meer. Wir schlagen Ihnen eine Halbtagswanderung in dieser Grenzgegend der Palmenriviera zwischen Meer und Bergen vor.

So kommen Sie zu den mittelalterlichen Orten **Zuccarello** und **Castelvecchio di Rocca Barbena**, die geschichtlich gesehen, sehr interessant sind.

Bei diesem Wanderweg handelt es sich um eine antike Verbindungsstraße, die heute den Namen „llaria del Carretto“ trägt. Mehr als von einer Grenze könnte man von Limes aus dem Lateinischen sprechen, denn vor 1400 Jahren zeichneten diese Hügel die Grenze zwischen der noch römisch-byzantinischen Küste und dem Hinterland, das schon zu den Langobarden gehörte. Vielleicht können heute nur noch die Historiker Spuren aus dieser Zeit erkennen.

Doch seit dieser Zeit ist viel Wasser den Bach Neva mit seinen Steinbrücken heruntergeflossen und viel Öl wurde in den Ölmühlen gepresst.

Wegbeschreibung

Das mittelalterliche Dorf **Zuccarello** (120 m) mit seinen Mauern, den zwei Einfallstoren, den Arkaden, der Steinbrücke und den Ruinen der Burg der Markgrafen Del Carretto ist unser Ausgangspunkt.

Man verlässt den Ort durch das Nordtor, um den Schotterweg, der mit **◆◆, T** und **P4** gekennzeichnet ist, hinaufzugehen, um so die Höhe der Burg (260 m), zu der man jedoch nicht direkt gelangt, zu erreichen.

Weiter folgt man einem Weg auf dem Nebenkamm, der nur mit den roten Rauten markiert ist und lässt eine breite Schotterstraße unbeachtet. So erreicht man eine andere zwischen Oliventerassen gelegene Schotterstraße und folgt an der Weggabelung links dem Hinweisschild nach Castelvecchio (307 m).

Man gelangt auf den Weg **T/P4**, der sanft ansteigt. Den mittelalterlichen Ort **Castelvecchio di Rocca Barbena** erreicht man auf der Südseite, in der Nähe der Kirche (406 m). Für den Abstieg kann man den Wegemarkierungen **T/P4** folgen, die zur Kapelle S. Giacomo (Ruinen) führen, die aus dem 14. Jahrhundert stammt und ein Zufluchtsort für Wanderer und Pilgerer war.

Geht man diesen Weg entlang, kommt man in der Nähe der Burg wieder auf den Hinweg und kehrt bald nach Zuccarello zurück.

rechts: Castelvecchio di Rocca Barbena
unten: Trockenmauern zwischen Olivenbäumen





Rund um den Wanderweg

Dieser Wanderweg ist besonders für Naturliebhaber geeignet, da er einen herrlichen Blick auf die Küste, das Meer und die umliegende Bergwelt bietet und der Weg sowohl durch eine bewaldete als auch felsige Landschaft führt.

Von Castelvecchio kann man weiter nach **Vecersio** fahren und den Wallfahrtsort **Santuario di Monte Croce** erreichen. In der Nähe liegt der **Poggio Grande** (813 m), auf dessen grünem, lichtem Gipfel sich eine Festung aus dem 19. Jahrhundert befindet. Unterhalb liegt Ceriale mit seinen Stränden, Blumen- und Gemüseländern und Weinbergen.

Ein Stück weiter östlich kann man das verlassene, mittelalterliche Dorf **Balestrino** (360 m) besuchen. Dieser Ort, über dem die Burg der Markgrafen Del Carretto dominiert, ist für sein Olivenöl renommier. Auch im südlichen **Cisano sul Neva** (60 m), das vor allem aufgrund seiner traditionellen Ölmühlen („gombi“) bekannt ist, kann man durch schöne mittelalterliche Gassen spazieren.

Für wen

Natur- und Geschichtsliebhaber

Empfohlenen Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

Ganzjährig

Streckenlänge

6 Km Hin- und Rückweg

Höhenunterschied im Anstieg

300 m

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Albenga, dann mit dem Bus nach Zuccarello
Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt Albenga, dann auf die Ex-SS582 in Richtung Berge und Garessio bis nach Zuccarello

Schwierigkeitsgrad

E

Markierungen

◆◆ T P4

Rund um den Monte Carmo

(Hinterland von Loano)



Über der Küste und den Alpen

Der **Monte Carmo** (auch Monte Carmo von Loano oder von Finale genannt, um ihn von den gleichnamigen Bergen in Ligurien zu unterscheiden) ist der erste wirkliche „Alpengipfel“ der Ligurischen Alpen.

Dieser felsige Berg inmitten der „Savoneser Dolomiten“ bietet aufgrund seiner Lage zum Meer und seiner überragenden Höhe einen spektakulären Ausblick, der bei schönem Wetter im Süden bis nach Korsika und im Norden bis zu den Piemonteser Alpen und den Alpen des Aosta-Tals reicht. Wegen seiner Eigentümlichkeit wird er unter botanischem Gesichtspunkt die Grenze zwischen Apenninen und Alpen genannt.

Der Wanderweg, der von **Verzi** zum Monte Carmo aufsteigt, vereint die sonnige Küstenlandschaft mit der rauen Bergwelt, die je nach Jahreszeit sowohl mit ihren grünen Buchen und blühenden Kräutern als auch mit ihrem weißen Schnee fasziniert.

Bevor man losgeht, sollte man einen Blick auf die Küste in Richtung Borghetto Santo Spirito und Loano mit seinem langen Strand, dem Yachthafen, den Gassen und dem mittelalterlichen Dorf Castello, einst Hauptsitz der Adelsfamilien Doria und Savoia, werfen.

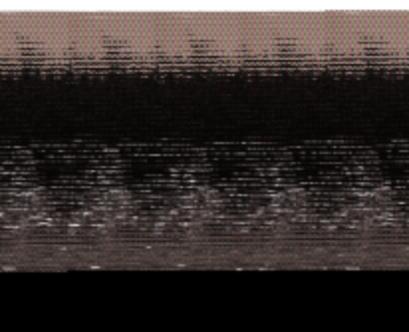
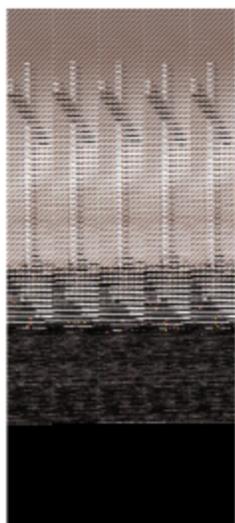
Die Berghütte **Rifugio Pian delle Bosse** (tel. 019.671.790 - info@rifugiopiandellebosse.it) vom italienischen Alpenverein-Loano, befindet sich in einer günstigen Lage und ist somit ein idealer Ausgangspunkt für Wanderer, Kletterer und Mountainbikerfahrer, aber auch ein Ausflugsort für all diejenigen, die sich einen erholsamen Tag in der Natur gönnen und überfüllte Strände hinter sich lassen wollen.

Wegbeschreibung

Vom Parkplatz in **Castagnabanca** biegt man auf den Schotterweg mit der Markierung **■ ■** ab. Ein kurzes Stück weiter, an der Weggabelung mit dem von Rocca dell'Aia kommenden Pfad, geht es einen steinigen Weg zur schönen Lichtung hinauf, wo sich die Berghütte **Rifugio Pian delle Bosse** (841 m, zirka 30 min) befindet. Weiter geht es bergauf durch den Wald bis man auf einen schönen Gebirgskamm gelangt, der den Südhang vom Nordhang des hohen Marenola-Tals trennt. Der Steinweg aus Dolomitenkalk führt an Buchen und typisch mediterranem Buschwald vorbei.

Hinter dem Bergsattel steigt man den letzten grasbewachsenen Hang zum großen Gipfelkreuz des **Monte Carmo** (1389 m) hinauf.

Für den Abstieg folgt man der Markierung **■ ■** Richtung Norden bis zum **Giogo di Giustenice** (1143 m, Picknickplatz) und weiter Richtung Süden auf einem Schotterweg, den man bald rechts verlässt, um auf dem mit einem **▲** gekennzeichneten Weg wieder zur Berghütte Pian delle Bosse zu gelangen.



rechts: Aufstieg zum Gipfel des Monte Carmo
oben: Steinhütte und Gipfelkreuz





Rund um den Wanderweg

Für die Fans des Klettersports bietet der **Rocca dell'Aia**, ein charakteristischer Felsturm, der sich unterhalb der Berghütte Pian delle Bosse befindet, zahlreiche gesicherte Kletterrouten. Viele Höhlen durchlaufen die Gegend um den Monte Carmo auf beiden Bergseiten; die meisten sind jedoch nur den Speläologen zugänglich. Die berühmtesten Höhlen sind die von **Toirano**, Wohnort der Urzeitmenschen, die man mit dem Auto vom gleichnamigen mittelalterlichen Ort erreichen kann, aber auch zu Fuß, wenn man von San Pietrino auf direktem Wege Richtung Westen den **Sentiero delle Terre Alte** hinuntergeht.

Dieser bedeutende Wanderweg verläuft auf halber Höhe zwischen Meer und Gebirgskamm vom feudalen Ort **Balestrino** mit seiner Burg und seiner verlassenen Altstadt bis nach Toirano (ausgezeichnet mit der „Bandiera Arancione“ vom Touring Club Italien) und zum weit entfernten **Colle del Melogno** (1028 m), wo er mit dem ligurischen Höhenweg zusammenläuft.

Um die Berghütte Pian delle Bosse herum verläuft der Ring der Steinhütten Caselle di pietra, ein Rundweg auf der Ostseite des Carmo, im hohen Nimbato-Tal. Diese einfachen, runden Steinhütten, die über Jahrhunderte von Bauern und Hirten als Unterschlupf benutzt wurden, befinden sich in den gesamten ligurischen Alpen.

Für wen

Natur- und Geschichtsliebhaber

Empfohlenen Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung, der Höhenlage entsprechend

Empfohlene Jahreszeiten

Von Frühling bis Herbst, ausgenommen Wintertage mit Schnee oder Eis, sowie mit stark bewölktem Gebirgskamm

Streckenlänge

8,5 Km Hin- und Rückweg (14 Km von Verzi)

Höhenunterschied im Anstieg

790 m (1245 von Verzi)

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Loano, dann weiter mit dem Bus nach Verzi
Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt nach Pietra Ligure, weiter Richtung Westen, bei der Ortseinfahrt in Loano den Hinweisschildern nach Verzi folgen. Auf einer engen asphaltierten Straße fährt man in Richtung Berge, kommt an einer Kirche vorbei und fährt weiter auf der Straße, die in einen befahrbaren Schotterweg übergeht. Nach 4,6 km hinter Verzi erreicht man den Parkplatz von Castagnabanca (600 m).

Schwierigkeitsgrad

E

Markierungen



Von Giogo di Toirano zum Monte Carmo

Auf dem Alta Via dei Monti Liguri (Hinterland von Pietra Ligure)



Auf dem Ligurischen Höhenweg

Dieser panoramareiche Wanderweg durchläuft die 13. Etappe des ligurischen Höhenweges **Alta via dei Monti Liguri**, des berühmten Wanderweges, der über den gesamten Gebirgskamm der ligurischen Wasserscheide führt und in 44 Etappen unterteilt ist. Markiert ist dieser Weg mit der traditionellen rot-weiß-roten Fahne **AVL**. Die Landstraße, die über den **Giogo di Toirano** verläuft und von **Borghetto Santo Spirito** ins Varatella-Tal führt, durchquert eine der unberührtesten Landschaften der Provinz. Die Kalkgipfel sinken über Wiesen, Schluchten, Olivenbäume und Pinien hinweg ins Meer hinein. Auch wenn der starke Nordwind bläst, wird diese Ruhe nicht gestört. Hinter dem Gebirgskamm in Richtung Norden begleiten dichte Wälder den Fluss Bormida di Millesimo hinunter ins Piemont. Das Dorf **Bardineto** ist mit seiner ungewöhnlichen Burg, die ursprünglich sechzehn Seiten besaß, und der Grotte Buranco sotterraneo, der Hauptort dieser Bergregion. Hier lebt eine seltene Tierart der „Geotritone“ (italienischer Höhlensalamander). Bardineto ist außerdem sehr bekannt für seine köstlichen Steinpilze. Vom Giogo aus führt der Weg auf den höchsten Gipfel des **Monte Carmo**, mit einem herrlichen Ausblick auf diese Gegend zwischen Finale und Loano. Wer noch weiterwandern möchte, kann zum **Colle del Melogno** hinunterlaufen und seinen Weg durch wunderbare Buchenwälder fortsetzen. Der **Foresta della Barbottina** ist einer der schönsten Buchenwälder in ganz Ligurien.

Wegbeschreibung

Der Wanderweg verläuft über den Höhenweg. Vom **Giogo di Toirano** (807 m) steigt man den Bergrücken der Wasserscheide über südliche Hangwege zwischen Wiesen, Pinienlichtungen und Wäldern hinauf. In der Nähe des **Bric Pagliarina** (1213 m) kann man einige einfache, aber zweckmäßige, runde Steinhütten entdecken, in denen die Hirten bei Unwetter Schutz finden konnten. Man gelangt zur Abzweigung, die zur Berghütte Amici del Carmo führt (1289 m, privat) und ist so fast am Gipfelkreuz des **Monte Carmo** (1389 m), und somit auf dem höchsten Punkt dieser Wanderung angekommen. Von hier aus hat man einen herrlichen Blick auf die ligurische Küste, die Insel Korsika und den westlichen Alpenbogen. Auf der Bergspitze kann man eine kleine Runde drehen und geht Richtung Osten am Nordhang des Carmo den Weg „**Sentiero delle Scalette**“ (Treppchenpfad) hinunter, der als „**Sentiero dei 5**“ ausgeschildert ist (Markierung ) und durch einen schönen Buchenwald führt. In der Nähe der Abzweigung zur Berghütte kommt man auf den Pfad, den man bereits auf dem Hinweg gelaufen ist und kehrt so zum Giogo di Toirano zurück. Wer hingegen einen größeren Wanderung machen möchte, folgt dem ligurischen Höhenweg, (7 bis, insgesamt 14 km) zum Joch **Giogo di Giustenice** (1143 m). Die Schotterstraße, die die Orte Bardineto und Giustenice miteinander verbindet, kreuzt diesen Weg. Vom Joch geht es weiter bis Case Catalano (1150 m) und zum Talkessel **Conca dei Carbonari** (1115 m). Auf einem asphaltierten Forstweg gelangt man auf dem Nordhang durch den Wald foresta demaniale del Melogno und kommt an zwei kurz hintereinander gelegenen Festungen aus dem 19. Jahrhundert vorbei. Auf dem **Colle del Melogno** (1028 m) mit seiner großen Festung und dem Restaurant-Café „La Baita“, an dem die Landstraße SP 490 von Finale nach Calizzano vorbeiführt, endet diese Wanderung.



rechts: Aufstieg zum Gebirgskamm
des Monte Carmo
oben: ein Pfahl der Alta Via dei Monti Liguri





Rund um den Wanderweg

Der naturalistische Schatz dieser Wanderung sind die schönen Buchenwälder, zu denen auch der **Foresta della Barbottina** gehört. Das zarte Grün der jungen Blätter im Frühling, das saftige Grün im Sommer, der Rotton der trockenen Blätter im Herbst und der weiße Schnee, der im Winter die grauen kahlen dünnen, hohen Baumstämme umgibt, bieten dem Wanderer zu jeder Jahreszeit ein ästhetisches Farbenspiel.

Von historischem Interesse ist hingegen der Talkessel **Conca die Carbonai**, wo Holzkohle produziert wurde, indem man kegelförmige, mit Erde bedeckte Holzhaufen langsam verbrennen ließ.

Sehr interessant sind auch die **Festungen**, die Ende des 19. Jahrhunderts erbaut wurden. Die Hauptfestung steht auf dem Melogno, die von Finale kommende Straße durchläuft sie. Die Festungen Tortagna und Merizzo befinden sich auf zwei nicht weit voneinander entfernten Hügeln.

Im Norden des Melogno führt die Landstraße SP 490 ins Bormida-Tal von Millesimo hinab und man erreicht **Calizzano**, einen eleganten Ferienort in den Bergen mit schönen Gassen. Ein Ort reich an Geschichte (die Ruinen der Burg Castello Del Carretto), Kunst (der Glockenturm von San Lorenzo und die aus dem 15. Jahrhundert stammenden Fresken der Wallfahrtskirche delle Grazie), Natur (**13 Wasserquellen** mit niedrigem Mineralgehalt sind durch einen Wanderweg miteinander verbunden) und typischen Spezialitäten (Steinpilze).

Für wen

Natur- und Geschichtsliebhaber

Empfohlenen Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung, der Höhenlage entsprechend

Empfohlene Jahreszeiten

Von Frühling bis Herbst, ausgenommen Wintertage mit Schnee oder Eis, sowie mit stark bewölktem Gebirgskamm

Streckenlänge

7 Km Hin- und Rückweg

Anfahrt

Höhenunterschied im Anstieg

600 m
(bis zum Monte Carmo)

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Finale, dann mit dem Bus Richtung Loano-Calizzano und in Giogo di Toirano aussteigen.

Weitere Möglichkeiten: vom Colle del Melogno mit dem Autobus Richtung Finale

Schwierigkeitsgrad

E

Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt Borghetto Santo Spirito, dann auf die Landstraße SP 60 Richtung Calizzano bis nach Giogo di Toirano.

Service: „Wanderbus“ kostenlose Telefonnummer: 800 012727

Markierungen



Die Strada Beretta

(Hinterland von Finale Ligure)



Im Land der Markgrafen

„Marchesato del Finale del Re di Spagna“; so steht es in einer geografischen Karte von Ligurien aus dem Jahre 1691 geschrieben. Die Markgrafen Del Carretto regierten über drei Jahrhunderte hinweg die kleine **Markgrafschaft Finale**. 1598 verkauften sie sie an die spanische Krone, bis sie 1748 in den Besitz der Genueser ging. Da im 17. Jahrhundert auch das Herzogtum Mailand unter der spanischen Krone stand, schien es zweckmäßig, eine Verbindungsstraße zwischen den beiden Staaten bauen zu lassen.

So entstand die **Straße Beretta**, benannt nach dem Militäringenieur Gaspare Beretta. 1666 wurde diese Straße zum ersten Mal benutzt, als die Infantin von Spanien, die Tochter von Philipp IV., Margherita, über Finale, Alessandria und Mailand nach Wien fuhr, um Kaiser Leopold von Österreich zu ehelichen.

So erhielt die Straße ihren Zweitnamen: die „Straße der Königin“.

Heute ist das erste Stück dieser internationalen Verbindungsstraße keine Verkehrsstraße mehr, sondern ein angenehmer Wanderweg, der vom Meer in Finale Ligure zum grünen Hinterland aufsteigt.



Wegbeschreibung

Man startet in **Finalborgo** (15 m), das heute zu einem „der Schönsten Dörfer Italiens“ gehört. Der Ort wurde im Jahre 1188 von den Markgrafen Del Carretto gegründet und war von 1500 bis 1748 die Hauptstadt.

Die Straße Beretta verläuft aufwärts zwischen Häusern und Mauern und ist mit zwei roten Punkten markiert. Auf dieser gepflasterten Straße läuft man an der aus dem 17. Jahrhundert stammenden Burg **Castel San Giovanni** vorbei und gelangt auf den Gebirgskamm, der zwischen den Haupttälern dieser Gegend, Valle Para und Valle Aquila, liegt. Man geht an der Burgruine **Castel Gavone** mit ihrem eleganten „Diamantenturm“ vorbei und wandert die gepflasterte Straße am rechten Hang des Aquila-Tales weiter bis nach **Perti** (141 m). Dort sieht man die kuriose Kirche Nostra Signora di Loreto oder bekannter als die „**Kirche mit fünf Glockentürmen**“, die im lombardischen Renaissancestil erbaut wurde. Man wandert auf halber Höhe des Talhanges von **Montesordo** weiter bis zu einem kleinen Bergsattel (215 m), an dem diese Straße endet. Dann folgt man rechts einem Schotterweg, auf dem man am Ort Montesordo vorbeikommt und erreicht die Kirche San Carlo.

Sofort dahinter folgt man der Wegmarkierung ●● und geht rechts am Bach hinunter und weiter durch einen Eichenwald bis zur Wiese von **Pian Marino** (280 m), einer herrlichen Talmulde karstigen Ursprungs, umgeben von Wäldern und Kalkwänden.

Am Ende der Wiese folgt man dem Pfad mit der Markierung +, der zum stillgelegten

Steinbruch von Pietra di Finale des **Bric del Frate** heraufführt. Ein Stück weiter kommt man auf dem höchsten Punkt von 372 m an und kann seine Blicke über die unberührten kleinen Täler des Hinterlandes von Finale, die von Kliffen und Eichenwäldern dominiert werden, schweifen lassen.

Der Abstieg erfolgt über den gegenüberliegenden Hang und man richtet sich nach der Markierung ◆◆.

Der Weg führt weiter zu einem schattigen Eichenhain und man kommt dann zu einer Weggabelung, die mit „I Frati“ (295 m) gekennzeichnet ist. Hier kann man links ein paar Meter weiterlaufen, um die Aussicht von diesen Felszinnen auf das unterhalbliegende Aquila-Tal zu genießen. Man kehrt zur Weggabelung zurück und folgt jetzt dem

Weg, der mit drei roten Punkten markiert ist,

in Richtung Süden zum Colletto di

S. Antonino. Auf einer kleinen Abzweigung

nach links kommt man zu den Ruinen des

römischen „**Castrum Perticae**“ und zur

Kirche von S. Antonino (288 m), in deren

Krypta sich eine Grotte befindet. Man kehrt

zum Colletto zurück und läuft ins Tal in die

Nähe von Case Valle (143 m) hinunter.

Auf der asphaltierten Straße, die man schon

auf dem Hinweg hinaufgelaufen ist, geht

man nach Perti hinunter. In der Nähe der

Kirche mit den fünf Glockentürmen geht

man links auf einen Pfad (ohne

Wegmarkierung) ab, läuft am Wildbach

Aquila entlang und erreicht so Finalborgo.



oben: die Kirche mit 5 Glockentürmen
rechts: Pian Marino und Castel Gavone



Rund um den Wanderweg

Rialto (370 m) ist ein Dorf dessen Ortsteile vereinzelt zwischen Feldern im Grünen zum Kopfe des **Pora-Tals** und über **Calice Ligure** liegen. In dieser Gegend befindet sich auch die **Cappella della Madonna della Neve**, die im Jahre 1666 extra für die Infantin Margarita Teresa von Spanien erbaut wurde, als sie auf ihrer Reise auf der Straße Beretta an diesem Ort vorbeikam. Man erzählt sich, dass die Königin an der Kapelle angehalten habe und einige Mädchen sie mit Blumen beschenkt hätten. Daraufhin habe sie gesagt: „Gebt sie nicht mir, sondern meiner Königin“ und habe die Blumen auf den Altar gelegt. Deshalb feiert man heute am 1. Mai das Fest „du massu“, das Fest der Blumensträuße, die mit einer Prozession zur Kapelle getragen werden.

Bevor man die Kapelle erreicht, führt die Straße am **Pian dei Corsi** (1028 m) vorbei, der seinen Namen den (heute kaum noch erkennbaren) Schützengraben der napoleonischen Truppen verdankt. Hier befinden sich zehn Windkraftanlagen und von der ehemaligen NATO Basis starten einige interessante Freeridetrails für Mountainbikefahrer.

Für wen

Natur- und Geschichtsliebhaber

Empfohlenen Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

Ganzjährig, ausgenommen heiße Sommertage

Streckenlänge

10 Km

Höhenunterschied im Anstieg

450 m

Schwierigkeitsgrad

E

Markierungen



Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Finale Ligure, dann mit dem Bus nach Finalborgo oder zu Fuß (zirka 30 min)

Mit dem Auto: von der Autobahn A10 Ausfahrt Finale Ligure, dann Richtung Finale, dann am ersten Kreisverkehr links nach Finalborgo abbiegen

Die Hochebene der Manie

(Hinterland von Finale Ligure und Noli)



Im Buschwald über dem Meer

Dieser Weg folgt den Pfaden, welche das Hinterland von Finale bei den Mountainbikern auf internationalem Niveau berühmt gemacht haben. Man kommt durch tiefe Täler der Hochebene **Altopiano delle Manie** und genießt ein einzigartiges Panorama.

Das Meer liegt zu Füßen, dahinter sind die Patrizierhäuser von **Finalborgo** und bunte Häuser befinden sich am Strand von **Varigotti**, neben den Stadtmauern von **Noli**, der fünften Seerepublik.

Hier oben sieht man auf Felder, Weinberge, Lärchenwälder, Grotten und antike Kirchen.

Wenn man Zeit hat, kann man den Flug des Wanderfalken beobachten und zwischen den wunderschönen blau-violetten Glockenblumen (*Campanula isophylla*) verweilen.

Wegbeschreibung

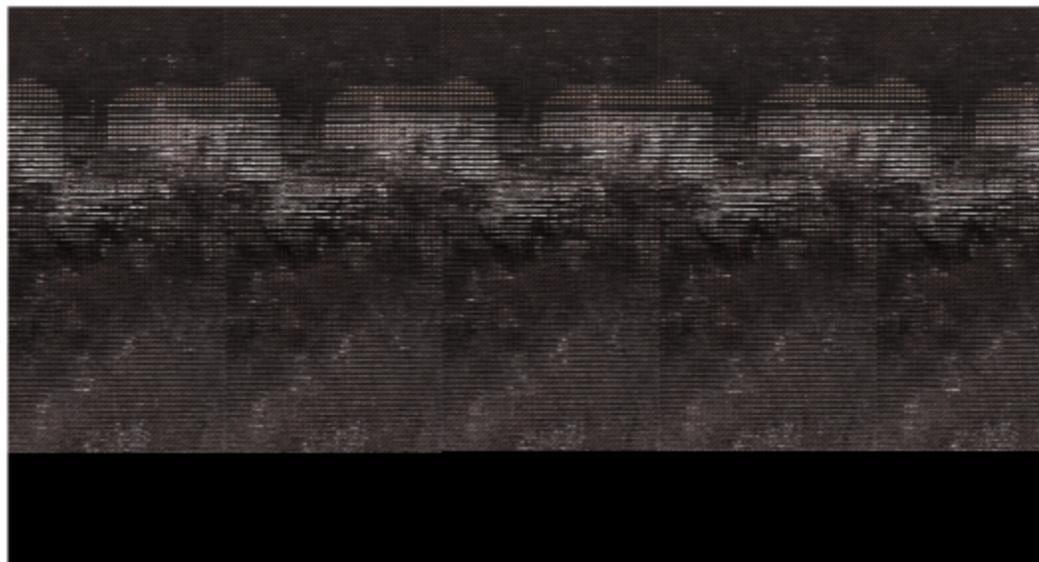
Man startet auf dem Parkplatz des Restaurants Ferrin (297 m), das an der Straße der Hochebene der Manie liegt und biegt gegenüber dem Eingang des Restaurants in den Pfad Richtung Westen ein (Pfeil Osteria del Bosco). So gelangt man zur Kirche S. Giacomo, wo man rechts auf einen asphaltierten Weg abbiegt und zur großen Naturhöhle **Arma delle Manie** (264 m), einer bedeutenden archäologischen Fundstelle kommt. Am danebengelegenen Gasthaus biegt man in den mit ■ ■ markierten Weg ein, der hinunter in den frischen Unterwald des **Ponci-Tals** führt. Man erreicht die Talsohle an einer der fünf romanischen Brücken (175 m), die dieses Tal, in dem im 1. Jahrhundert v.Chr. die Via romana Julia Augusta erbaut wurde, charakterisiert.

Der Weg biegt rechts ab und man folgt aufwärts der Markierung ●. In der Nähe von **Cà du Puncin**, überquert man „il Ponte dell'Acqua“ (die Wasserbrücke) und wandert weiter bis zur kleinen Kirche San Giacomo (315 m), die sich in der Nähe des **Colla di Magnone** befindet. Man folgt rechts der asphaltierten mit ⊕ gekennzeichneten Straße, die jedoch bald in einen Schotterweg übergeht und auf den **Bric dei Monti** (410 m) gelangt. Hier genießt man den herrlichen Ausblick und kehrt dann wieder einige Meter zurück, um links den mit ⊖ markierten Pfad **Nr. 6** einzuschlagen, der östlich zum Meer hinunterführt. Man erreicht eine große Wiese und geht von dort weiter zu einem verlassenem Grubenplatz und kommt so auf die asphaltierte Straße der Hochebene. Man folgt der Straße rechts bis man auf der linken Straßenseite einen Grenzstein erblickt. Dort beginnt ein steiler Schotterweg, der durch die charakteristische „rote Lehmerde“ führt und weiterhin mit ⊖ markiert ist. So gelangt man auf einen kleinen Hügel, von dem man auf Noli blicken kann. Man geht am **Bric dei Crovi** entlang und kommt einige Meter unterhalb der Panoramaspitze (382 m) an. Hier geht man die breite Schotterstraße, die Le Manie mit dem **Semaforo di Capo Noli** verbindet, hinunter und folgt ihr rechts. Man kann bis zur asphaltierten Straße weiterlaufen, die rechts abbiegt, um schnell zum Ausgangspunkt zurückzugelangen. Andernfalls kann man einen Pfad nehmen, der rechts abzweigt, und so quer über die das Restaurant Ferrin umgebenden Wiesen laufen.



oben: Campanula isophylla
rechts: die Hochebene der Manie
mit ihrem mediterranen Buschwald





Rund um den Wanderweg

Finalborgo wurde 1188 von den Markgrafen Del Carretto als Burgus Finarii gegründet und war somit von 15. Jahrhundert bis 1748 die Hauptstadt der Markgrafschaft. Es gehört zu Recht dem Verein „Schönste Dörfer Italiens“ an und liegt von Mauern umgeben unterhalb der Burg **Castel San Giovanni** und den Ruinen der Burg **Castel Gavone**. Im Stadtmuseum (Museo Civico) von Finale befinden sich Zeitzeichen der jahrtausendalten Geschichte der Region. Die Hochebenen dieser Gegend gehörten zu einem tropischen Meer. Die Kalkschalen der Organismen, die sich auf dem Meeresgrund ablagerten, bildeten den Stein „**Pietra del Finale**“, einen rosafarbenen Kalkstein, der dem Gebiet der Gegend seine Form gab.

Die zahlreichen Klippen bieten den Kletterern aus der ganzen Welt viele gesicherte Routen.

Die Gegend, in der man heute hervorragenden Wein produziert, war bereits in der Urzeit bewohnt und wurde von den Römern besiedelt. Heute findet man hier ungewöhnliche Pflanzen und Tiere, wie die *Locerta accelata*, die größte Eidechse Europas. Die **Arma delle Manie** ist die Höhle, in der man die meisten Spuren menschlicher Anwesenheit aus der Zeit zwischen dem Mittel-Paläolithikum bis heute gefunden hat.

In **Finalpia** befindet sich die Abtei von Santa Maria di Pia, die im Hochmittelalter ein wichtiges religiöses Zentrum war. **Finalmarina** hingegen kann sich mit seiner schönen Meerespromenade rühmen.

An der Küste liegen die zwei bezaubernden Fischerdörfer **Varigotti** und Noli, die man leicht über die Küstenstraße (Aurelia) mit dem Fahrrad erreichen kann. Varigottis Häuser liegen direkt am Strand und werden aufgrund ihrer Bauweise mit den Dachterrassen „saracene“ genannt. Hinter dem einsamen Felsenriff von Capo Noli befindet sich **Noli**, eines der „Schönsten Dörfer Italiens“, das sich zu Recht den Titel der fünften Seerepublik verdient hat.

In Noli sind die Stadtmauern, die Burg, die Bogengänge, die Gassen und die Kirche San Paragorio zu sehen. Außerdem gibt es hier zwei Fischarten, die man nur in den hiesigen Gewässern fangen kann: „Cicciarelli“ und „Zerli“. Sie gehören zu den traditionellen Produkten der Region und sind von der Slow-Food-Vereinigung ausgezeichnet worden. Diese Fischarten kann man frittiert oder in Carpione (einer Essig-Zwiebel-Marinade) genießen. Dazu trinkt man am besten den Wein der Manie.

In **Spotorno**, westlich von Noli, können sich die müden Radfahrer an einem der langen Strände der Riviera ausruhen.

Für Radfahrer

Von den Küstenorten kann man bequem auf zirka 5 km langen, asphaltierten Straßen zur Hochebene der Manie hinauffahren (Höhenunterschied zirka 300 m).

Für wen

Natur- und Geschichtsliebhaber

Empfohlenen Ausrüstung

Normale Wander / Radfahrerausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

Ganzjährig. In den heißen Jahreszeiten mit genügend Trinkwasser versorgen

Streckenlänge

11 Km

Höhenunterschied im Anstieg

280 m

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Finale Ligure oder Spotorno-Noli

Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt Spotorno, dann den Ausschilderungen nach Tosse, Colla di Magnone und Le Manie folgen

Schwierigkeitsgrad

E - BC/BC

Markierungen





(Hinterland von Finale Ligure)

Die grünen Hügel der Handwerker und Landwirte

Dieser Radwanderweg führt durch die Hügel des Hinterlandes von Finale und Pietra Ligure.

Die Geschichte dieser Gegend kann trotz ihrer Meeresnähe vom Leben der Handwerker und Bauern erzählen. Man radelt auf Waldstraßen durch das Grün der Kastanien- und Buchenhaine, an frischen Wasserquellen, antiken Eisenhütten und ungewöhnlichen Museen vorbei.

In dieser Gegend kann man einen ruhigen Urlaub verbringen.

Wegbeschreibung

Der Weg ist mit dem Symbol  markiert und beginnt im Zentrum von **Calice Ligure** (70 m).

Man fährt bergwärts auf der Landstraße SP 17 entlang und verlässt kurz hinter dem Ort die asphaltierte Straße, um einen Schotterweg in Serpentina hinaufzufahren. So kommt man an der Ortschaft **Berea** (275 m) vorbei und radelt weiter durch Felder und dichte Wälder des hohen **Pora-Tales** bis zum kleinen Gebirgskamm (zirka 500 m) hinauf, der östlich zum seitlichen **Carbuta-Tal** liegt.

Ohne große Steigungen führt der kurvenreiche Schotterweg tief im Wald hinauf zur **Madonna della Neve** (935 m), einer kleinen Kirche, Nachfolgerin eines Bauwerkes aus dem 17. Jahrhundert. Daneben fließt eine kleine Gebirgsquelle. Von hier kommt man auf die Landstraße SP23, die auf dem Gebirgskamm der Wasserscheide zum Bormida-Tal hin verläuft und somit Teil der **Alta via dei Monti Liguri** ist.

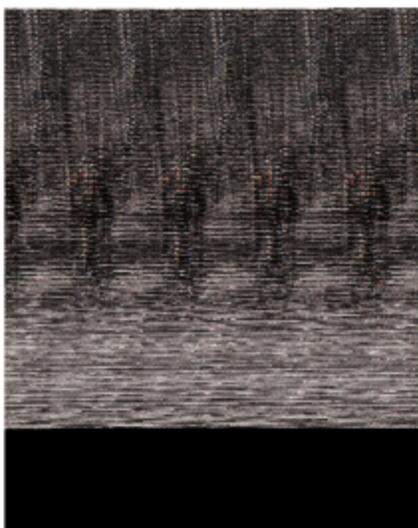
Folgt man der Landstraße (und somit der Hochstraße) ca. 1 km in Richtung Westen, erreicht man die Osteria Cà du Din (940 m), von der man einen herrlichen Ausblick genießen kann. Die Straße kreuzt sich hier mit der SS490, die von Finale kommend auf den **Colle del Melogno** (1030 m) hinaufführt und ins Bormida-Tal hinabführt. Von hier aus kann man einen kurzen Abstecher auf den Colle machen, der durch seine Festungen aus dem 19. Jahrhundert und die wunderschönen Buchenhaine charakterisiert ist. Bei der Osteria fährt man auf einer Schotterstraße weiter, die in der Nähe des „Casa del Mago“ („Haus des Magiers“) vorbeikommt und fast parallel zur Straße Richtung Süden verläuft, obwohl sie ein bisschen höher liegt.

Man fährt an den Felsen des **Bric Gettina** (1025 m der Gipfel) und des **Rocca Cucca** (874 m) vorbei, bis zum **Piano dei Buoi** (zirka 650 m). Dann fährt man um den **Monte Collarina** (602 m) und erreicht die Abzweigung zur **Madonna della Guardia** (535 m). Dort angekommen, kann man das Panorama genießen und eine Pause machen.

Von hier fährt man auf die SS 490 (500 m) hinunter und folgt dieser Staatsstraße Richtung Meer bis zur Landstraße (290 m), die links zur Ortschaft **Eze** (190 m) und zum Bach Pora hinunterführt.

So gelangt man wieder nach Calice.

rechts: eine Ortschaft von Rialto
links: Rad fahren im Wald





Rund um die Mountainbikeroute

Calice war Ende des 20. Jahrhunderts ein reges Künstlerzentrum, in dem sich Maler, Bildhauer und Kritiker um den Künstler Emilio Scanavino versammelten. Das **Casa del Console** (Haus des Konsuls) bewahrt die Erinnerungen an diesen kurzen, aber intensiven Kulturmoment auf. Im felsigen **Maremola-Tal**, über **Magliolo**, kann man in **Isallo** (280 m) die Reste der Eisenhütte aus dem 18. Jahrhundert, die das Eisen der Insel Elba verarbeitete, sehen. Die Freunde des Klettersports können auf dem „Klettersteig der Künstler“ **„Ferrata degli artisti“**, der zum **Bric dell’Agnellino** (1327 m) hinaufführt, klettern. Dort gibt es eine tibetanische Brücke, die über den Gebirgsbach verläuft. Viel weiter unten führt von der Hauptstraße SS 490 eine asphaltierte Straße in Richtung Westen nach **Bardino Nuovo** (250 m), in die Gemeinde **Tovo San Giacomo** hinunter. Dort lohnt es sich eine Pause zu machen, um das **Uhrenmuseum** der Familie Bergallo, Künstler des Uhren-Handwerkes, zu besichtigen. Dokumente aus zwei Jahrhunderten findet man hier. Dann geht es weiter nach **Giustenice** (140 m) mit seinen schönen Burgruinen und dem Steinsitz, wo einst der Bürgermeister saß, um die Rechtsprechung zu vollziehen. Unten am Meer erhebt sich „a Pria“, der Kalksteinfels, der dem Fischerort seinen Namen gab: **Pietra Ligure**. Nicht weit davon entfernt befinden sich in **Borgio** die **Grotte di Valdemino** (die Höhlen von Valdemino) und die 4 „mediterranen“ Ortschaften von **Verezzi** (zirka 200 m). Verezzi gehört zu den Schönsten Dörfern Italiens und ist mit seinen Weinbergen, Ginstersträucher und sonnigen Felsen in ein typisch ligurisches Panorama eingebettet.

Für wen

Naturliebhaber

Empfohlenen Ausrüstung

Normale Radfahrerausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

Ganzjährig, ausgenommen Wintertage mit Schnee auf dem Gebirgskamm.

Streckenlänge

27 Km

Höhenunterschied im Anstieg

1000 m

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Finale Ligure, dann mit dem Autobus nach Calice

Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt Finale Ligure, nach Finale hinunterfahren, am Kreisverkehr links auf die Brücke nach Finalborgo abbiegen und dann nochmals links nach Calice

Schwierigkeitsgrad

MC/MC

Markierungen



Rundweg um den Osiglia-See (Hinterland von Savona)



Ein versteckter Waldsee

Dieser Wanderweg verläuft hauptsächlich im Niederwald, der den **Osiglia-See** umgibt. Dieser See ist mit seinen 13 Millionen Kubikmetern Wasser das größte künstlich angelegte Becken in der Provinz Savona. Durch den Bau des Staudammes, der 1939 fertiggestellt wurde, verschwand ein Teil des Ortes, einschließlich der Kirche.

Der blaue See inmitten des grünen Waldes ist ein romantischer Ort, an dem man nicht nur entspannen, sondern auch zelten, Rad fahren, rudern und fischen kann.

Wegbeschreibung

In der Ortschaft Barberis befindet sich am Westufer des Sees das Restaurant-Cafe und die Jugendherberge „L'Imbarcadero“. Dort folgt man der Straße Richtung Norden immer am Ufer entlang. Von der **Manfrin-Brücke**, die den See in der Mitte teilt, kann man, wenn man möchte, den See besser betrachten.

Nach zirka 2 km biegt man nach einer Kurve und einer Holzbrücke links auf eine Schotterstraße ab und geht am Bach Bertolotti durch Buchen- und Kastanienwald den Weg hinauf. Nach einigen Serpentine erreicht man die Ortschaft **Tecchio Gamba** (874 m). Gleich am Ortseingang biegt man links ab und geht auf halber

Höhe durch einen Kastanienwald. In der Nähe einer Ruine folgt man rechts dem Weg, der mit Pfeilen, auf denen „ramp“ steht, gekennzeichnet ist und biegt nochmals

rechts in einen weiteren Schotterweg ab.

An der nächsten Weggabelung geht man weiter geradeaus und wandert dann durch einen Buchenwald zum **Colle della Barossa** (996 m) hinauf. Von hier aus ist der Weg mit einem  markiert (Schotterweg weiter links), der einen schönen Buchenhain am Kopf des Tales durchläuft und zum Dorf Ocella und zur Ortschaft Rossi hinabführt.

An der **Kapelle S. Rocco** biegt man links ab, läuft zur Landstraße hinunter und hält sich immer links bis man wieder zum Ausgangsort zurückkehrt.



rechts: Osiglia-See

links: Fischreier

oben: Holz, ein Schatz des Waldes





Rund um den Wanderweg

Die fünf Ortsteile, die in den Wäldern des Bormida-Tales von Millesimo liegen, bilden den Ort **Murialdo**, das antike „Murus Altus“. Hier befinden sich mehr als zwanzig Kirchen und Kapellen, von denen die bekannteste die Kirche San Lorenzo a Ponte mit dem Portal aus dem 14. Jahrhundert, einem Hochrelief aus Sandstein und Fresken aus dem 15. Jahrhundert ist. Die Landschaft von Murialdo beherbergt einen kleinen, aber bedeutenden Naturschatz der Palmenriviera, die **Wilderness-Zone des Monte Camulera** (1028 m), die einen großen, unberührten und unbewohnten Wald schützt.

Mehr Informationen über den Monte Camulera (den man auf einem Wanderweg von Osiglia aus erreicht) und das Leben der Bauern aus Murialdo bekommt man im **Museum „C'era una volta“** (Es war einmal) in **Riofreddo** im Gemeindezentrum. Hier erfahren auch die Nicht-Wanderer und die Jüngeren, wie man in der Zeit ohne Fernseher lebte. Besonderen Waldfrüchte aus Murialdo sind Heidelbeeren und Trockenkastanien. Die Letzteren waren früher die Hauptnahrungsmittel der Bauern und sind heute besondere Köstlichkeiten, die von der Slow-Food-Vereinigung geschützt werden.

Kastanien und „Waldprodukte“ sind auch die „Schätze“ von **Massimino** (530 m), nicht weit von Murialdo, das schon am zum Piemont gehörenden Tánaro-Tal liegt.

Massimino ist die kleinste Gemeinde der Palmenriviera. Von der landwirtschaftlichen Vergangenheit hin zur energetischen Zukunft: bei **Colla Baltera** (809 m) auf dem Gebirgskamm, der im Osten Osiglia überragt, schaut eine kleine Windkraftanlage hervor, die als erste in dieser Gegend installiert wurde. Die Nachbargemeinden Osiglia und Bormida teilen sich die Zentrale. Nicht weit von hier befinden sich am **Cima Ronco di Maglio** (1003 m) die napoleonischen Schützengraben, die man auf dem Wanderpfad **T** sowohl von Osiglia aus als auch von Colla Baltera erreichen kann.

Für wen

Naturliebhaber

Empfohlenen

Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

Von Frühling bis Herbst

Streckenlänge

12 Km Hin- und Rückweg

Höhenunterschied im Anstieg

360 m

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Cengio, dann mit dem Bus nach Osiglia

Mit dem Auto: von der A6 Ausfahrt Millesimo, dann auf die SP51 nach Murialdo, an der Straßengabelung nach Osiglia

Schwierigkeitsgrad

E

Markierungen

ramp 

Rundweg des Rio Parasacco

(im Bormida-Tal)



Ligurien mit einem Hauch von Piemont

Das Naturgebiet Rio Parasacco umfasst zirka vier Hektar Land in der Gemeinde Cengio und ist unter geologischem, botanischem und faunistischem Gesichtspunkt ein interessantes Gebiet. In dieser Gegend gibt es viele Karren aus Mergel- und Sandgestein, die durch den Rio Parasacco und seine Nebenflüsse entstanden sind. Der klare Bach fließt unterhalb eines wunderbaren Mischwaldes mit einer für die Gegend typischen Vegetation. Das gesamte Bormida-Tal bietet von Millesimo bis Spigno eine Vielzahl von Wanderwegen an: außer den drei Wegen des Rio Parasacco gibt es das Wandernetz von „Bormida Natura“, Feudi Caretteschi und Grande Traversata delle Langhe. Auf diesen Wegen kann man die Kultur des Ackerbaus entdecken und auf den Spuren der Vergangenheit wandeln. In dem ans Piemont angrenzende Tal sollte man die kulinarischen Spezialitäten und besten Weine aus dieser Gegend genießen.

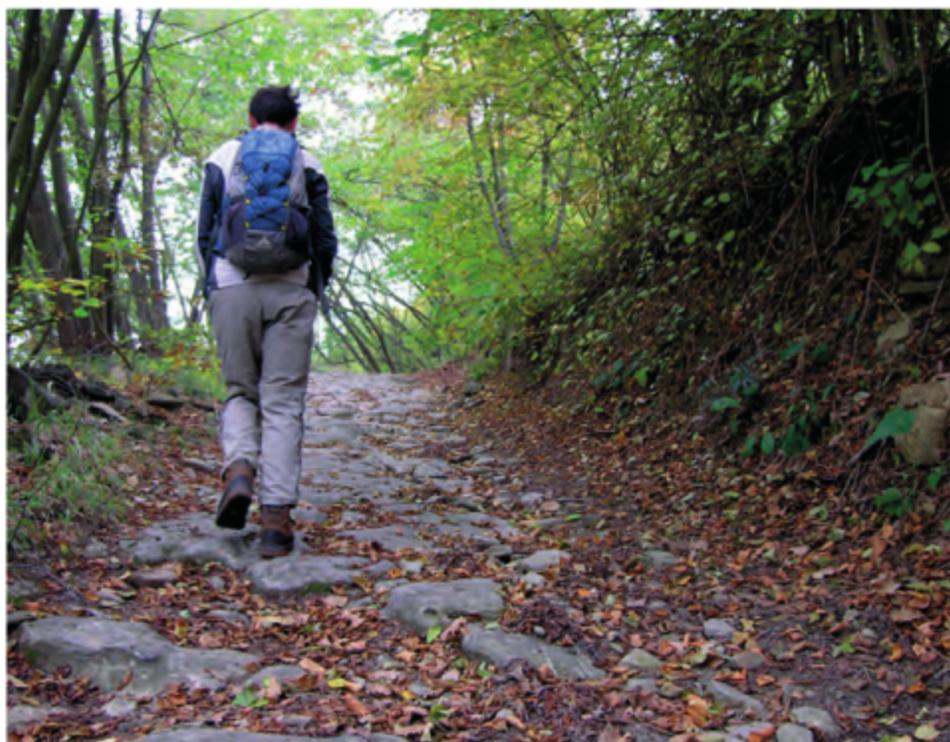
Wegbeschreibung

Vom Parkplatz (440 m) hinter Montaldo folgt man dem Wegweiser **1001** „Una Montagna di Amici“ (Ein Berg von Freunden) auf einer kleinen asphaltierten Straße durchs Tal entlang. Auf dem ersten Wegstück befinden sich einige Tafeln des Trimmptades „Percorso Vita“, was besonders die Fitnessfreunde erfreuen wird. In der Nähe von **Case Coppi** biegt der Weg rechts ab und führt weiter aufwärts durch den Wald. Man folgt den gekennzeichneten Holzkugeln und kommt dann auf den mit **1001** Nr. 7 und „Via dei Feudi Carretteschi“ ausgeschilderten Weg, der abwechselnd an Mischwäldern und Lichtungen, sowie an den Gebirgskämmen des Bric della Posa und Bric del Ribera vorbeiführt. Man kommt an einigen auffälligen Höfen von **Montecerchio** vorbei und biegt in der Nähe einer kleinen Kapelle links ab. So verlässt man den Schotterweg, der nach Carretto hinabführt und folgt einem breiten Schotterweg, an den Hängen des **Monte Baraccone** entlang, um so auf die Bergspitze (764 m) zu gelangen. Hier führt der Weg **Gran Tour delle Langhe** vorbei, der sich zwischen sanften und bewirtschafteten Hügeln erstreckt. Bei Case Gatti läuft man ein kurzes Stück auf einer asphaltierten Straße weiter, die man verlässt, um zum Ortsteil Pilone hinabzuwandern. Man folgt einem Pfad in der Nähe der Weggabelung der Case Coppi, der den rechten Hang des Parasacco-Tales steil abwärts hinunterläuft. So gelangt man wieder zum Parkplatz.



rechts: Waldwanderung
oben: Karren und Wegweiser des Wanderweges „Una Montagna di Amici“





Rund um den Wanderweg

Das „doppelte“ **Bormida-Tal** (von Millesimo und Spigno) fasziniert aufgrund seiner naturalistischen, historischen und kulturellen Aspekte. Bevor man die Gegend verlässt, sollte man nicht vergessen, das mittelalterliche Zentrum von **Millesimo** zu besuchen, das mit seiner historischen Brücke, den Patrizierhäusern, den romanischen Kirchen und der wunderschönen Sonnenuhr zu den Schönsten Dörfern Italiens gehört. Etwas weiter entfernt, aber ebenfalls erwähnenswert, sind die mächtige Burg von **Roccvignale** und die Burgruinen von **Cosseria**, wo eine der vielen napoleonischen Schlachten, die in diesen Tälern ausgetragen wurden, stattfand. Schön frisch ist das Quellwasser aus dem Seizi-Brunnen, der in den Wäldern von **Plodio** versteckt ist. In **Rocchetta di Cairo** führt eine schöne Steinbrücke über den Bormida di Spigno. Hier verlief im 17.-18. Jahrhundert die **Straße Beretta**, die die Markgrafschaft von Finale mit dem Herzogtum Mailand verband. Zu guter Letzt sollte man den „Star“ der ligurischen Langhe besichtigen: den **Fungo von Piana Crixia**. Dieser Fels hat die Form eines Pilzes und war wegen dieser Besonderheit der Ausgangspunkt einer Reihe von Legenden. Entstanden ist der Pilz von Piana Crixia wahrscheinlich durch die als Regenschutz fungierende Gesteinsmasse, die heute den Hut des Pilzes bildet, und die die unterstehende Sedimentgesteinschicht vor der Erosion schützt. Letztere bildet heute den Stil des Pilzes. Ein Foto lohnt sich.

Für Radfahrer

Von Cengio erreicht man auf einer asphaltierten Straße Rocchetta di Cengio; hinter dem Ort fährt man links die mit **IBN** markierte Straße weiter und kommt an den Case di Laion und anderen Höfen vorbei. An einer Kreuzung mit einem Holzkreuz gelangt man auf die Schotterstraße **I001** unserer Wanderung und folgt dieser.

Für wen

Naturliebhaber

Empfohlenen Ausrüstung

Normale Wander- oder Mountainbikeausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

von Frühling bis Herbst

Streckenlänge

13 Km

Höhenunterschied im Anstieg

400 m

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Cengio, dann der Ausschilderung nach Rocchetta folgen und dann links nach Montaldo abbiegen.

Mit dem Auto: vom Ortszentrum Cengio der Ausschilderung nach Rocchetta folgen und dann links nach Montaldo abbiegen.

Kurz hinter der Ortschaft Montaldo befindet sich ein Schotterparkplatz.

Schwierigkeitsgrad

E - MC/MC

Markierungen

I001 **IBN**

Das Naturschutzgebiet Adelasia

(Hinterland von Savona)



Wenn die Industrie die Umwelt schützt

Das Naturschutzgebiet wurde 1989 vom Komitee der Bormida-Täler und der 3M Italia aus Ferrania, die früher Eigentümer dieses Gebietes war, gegründet.

Heute ist das Naturschutzgebiet **Riserva Naturale dell'Adelasia** im Besitz der Provinz Savona und ist – versteckt im grünen Herzen dieser Region – ein kleiner Schatz im hohen Bormida-Tal.

Die Wanderwege, die dieses Naturschutzgebiet durchlaufen, zeigen die ursprüngliche Region Liguriens, in der wie vor tausenden Jahren wilde Tiere leben und prachtvolle Bäume stehen.

Wegbeschreibung

Der Weg ist als „Itinerario di Airona“ Nr. 1 ausgeschildert und mit der Markierung gekennzeichnet. Er beginnt am Eingang des Naturschutzgebietes in **Traversine** (710 m) an der Landstraße, die von **Altare** nach **Montenotte** und **Pontinvrea** führt. Dort befindet sich auch eine wunderbare Exemplarbuche, die auf der Liste der prachtvollen Bäume Liguriens steht.

Man begibt sich auf eine Schotterstraße, die mit einer Schranke versehen ist, und läuft die Hänge des **Bric del Tesoro** bis zur Berghütte **Cascina Miera** (844 m) hinauf. Gleich hinter der Berghütte sieht man die Ausschilderung eines anderen Pfades des ligurischen Höhenweges **Alta Via dei Monti Liguri**. In der Nähe befindet sich ein „Hochsitz“, von dem man die Fauna beobachten kann.

Man begibt sich auf diesen Pfad in Richtung Westen und läuft durch Haselnusswälder und an Hainbuchen mit dichtem, unbestelltem Niederwald und Wäldern mit unzähligen Vogelarten und Rehherden, vorbei.

Weiter geht es durch den von Spechten, Eichelhähern, Nachteulen und Wildschweinen bewohnten **Buchenwald von Castellazzo**.

Die kleinen Plätze, über die man gelangt, wurden einst von den Köhlern benutzt, um Holzkohle herzustellen. An einer ausgeschilderten Gabelung biegt man links ab und läuft durch den Buchenwald bergauf zu den napoleonischen Barrikaden, ein Zeugnis

der Schlacht aus dem Jahre 1786. Man kehrt auf den Weg zurück und läuft geradeaus bis zu einem schattigen Schotterweg, der an der Grenze des Naturschutzgebietes entlangläuft. Nachdem man einen Buchenwald durchlaufen hat, lohnt es sich, das Panorama vom **Conca Chiappa** (766 m) aus zu genießen und Raub- und Zugvögel zu beobachten. Der Weg führt dann auf dem Kiesbett des Wildbächleins in eine unberührte Landschaft, mit dichten Kastanienhainen und Bächen hinunter. Wenn man auf rote Pfeile trifft, folgt man ihnen in entgegengesetzter Richtung bis zu einem „Doppel-Baum“, d.h. zu einem Ahorn und einer Hainbuche, die an den Stämmen stellenweise miteinander verwachsen sind. Von hier aus folgt man dem Weg bis zu den Wiesen der **Cascina dell'Amore** (625 m). Man überquert die große Wiese und bleibt dabei auf der linken Seite, um wieder in den Wald zu gelangen. Ein kurzes Stück aufwärts und man kommt unter dem **Rocca dell'Adelasia** an, den man ein paar Meter auf kleinen Schieferfelsen besteigen kann, um das „grüne Meer“, das ihn umgibt, zu bewundern. Vom Fuß des Felsen geht es weiter Richtung Osten. Man lässt die Abzweigung des Wanderweges Nr. 1, der links hinaufgeht, unbeachtet und folgt dem mit 1 und 3 ausgezeichneten Weg. Dieser verläuft durch den Wald und man gelangt direkt auf die Landstraße am Eingang des Naturschutzgebietes.



oben: Wegweiser des Höhenweges „Alta Via“ und eine Orchidee
rechts: Hof Cascina Miera





Rund um den Wanderweg

Der Fels Rocca dell'Adelasia erhielt den Namen von der Tochter des Kaisers des Heiligen Römischen Reiches im 10. Jahrhundert, Otto I. von Sachsen. Adelasia gilt auch als Gründerin der Stadt von Alassio, weil sie mit ihrem Geliebten Aleramo, der zu dieser Zeit noch kein Markgraf des Reiches war, auf ihrer Flucht aus Germanien in einer offenen Höhle der Felswand Schutz gesucht hatte.

Napoleon Bonaparte eroberte von Ligurien aus halb Europa. Die Schlacht von Montenotte wurde am 12. April 1796 in den Wäldern um Adelasia ausgetragen, doch sie war nur eine der vielen Schlachten, die in dieser Zeit hier und dort in den Bergen unserer Riviera stattfanden.

Dort, wo zwei der drei Haupt-Quellläufer der Bormida (der aus Mällare und der aus Pällare) zum Bormida di Spigno zusammenfließen, gründeten die Römer Cairum.

Heute ist **Cairo Montenotte** (338 m) das Hauptzentrum der **Savoneser Langa**, eine Landschaft mit Wäldern und Trüffeln, in der der piemonteser Dialekt verbreiteter ist als der ligurische. Cairo besitzt eine elegante Altstadt mit vielen bunten Häusern, dekorierten Schildern, Arkaden und Reste der Stadtmauer aus dem 14. Jahrhundert. So ähnelt sie mehr oder weniger dem kleineren Ort **Carcare**. Die etwas weiter entfernte Ortschaft **Ferrania** hingegen bietet wunderschöne Beispiele für Industriearchitektur im Liberty-Stil.

Für wen

Naturliebhaber

Empfohlenen

Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung

Empfohlene Jahreszeiten

Von Frühling bis Herbst

Streckenlänge

8 Km

Höhenunterschied im Anstieg

250 m

Anfahrt

Mit dem Auto: von der A6 Ausfahrt Altare, dann in Richtung Carcare, dann rechts nach Ferrania abbiegen. Nach dem Bahnhof nochmals rechts nach Cairo Montenotte abfahren, an der Straßengabelung links auf die Sp12 fahren und immer weiter Richtung Montenotte Superiore. Nach 5 km, vor dem Ortsteil Traversine befindet sich auf der linken Seite der Eingang des Naturschutzgebietes mit Parkplatz.

Schwierigkeitsgrad

E

Markierungen

A 1

Die Straße der Rocche Bianche (Hinterland von Savona)



Mit dem Rad durch den Wald von Savona

Dieser Weg führt durch den grenzenlosen **Bosco di Savona**, den wunderbaren dichten Wald, der die beiden Hänge der norditalienischen Wasserscheide über Savona bedeckt und über Jahrhunderte hinweg die Schiffswerften der Republik Genua mit Holz versorgte. Es handelt sich hierbei um einen ungewöhnlichen Verbindungsweg zwischen den Buchenwäldern des Bormida-Tales und den Stränden der Meeresküste, zwischen ländlicher Gastronomie des Hinterlandes und Meeresspezialitäten der Riviera.

Der Hügel Colle di Cadibona (459 m), oder besser **Bocchetta di Altare**, zeichnet die geografische (nicht geologische) Grenze zwischen den Alpen und den Apenninen.

Altare (405 m) ist einer der ligurischen Hauptorte der Handwerkskunst: Hier wird seit Jahrhunderten Glas verarbeitet und die im Liberty-Stil erbaute Villa Rosa ist heute Sitz des Museums für Glaskunst.

Wegbeschreibung

Man startet auf der 16. Etappe des Ligurischen Höhenweges (**Alta Via dei Monti Liguri** ) neben dem Nordeingang des Tunnels, durch den die alte Staatsstraße von Altare nach Savona hinunterführt.

Hier biegt man rechts auf eine asphaltierte Straße ab, die ein kleines Waldtal hinaufführt. Nach weniger als 1 km geht die Straße in eine Schotterstraße über und man kommt zum **Monte Burotto** (745 m) hinauf, wo eine der drei Militärfestungen, die Ende des neunzehnten Jahrhunderts um den Hügel erbaut worden sind, hervorsticht. Von hier führt die breite Schotterstraße fast eben durch den Wald an einer Erdgasleitung vorbei. Durch die Zweige der Bäume sieht man links das Meer von Vado, rechts das Bormida-Tal und im Hintergrund die westlichen Alpen.

Hinter der Erdgasleitung führt die Straße auf dem Gebirgskamm zum **Monte Baraccone** (819 m), um ihn herum und verläuft weiter durch den dichten Wald. Man fährt ein Stück der Mountainbikeroute auf der Ostseite hinunter bis man auf den Colle Baraccone (649 m) kommt. Dann folgt man der Schotterstraße und fährt durch den Wald bis zum **Colle del Termine** (663 m). Hier kreuzen sich verschiedene Straßen.

Die Straße biegt links zwischen großen Buchen am Südhang des Savoneser Waldes ab. Nach einem Stück führt der Höhenweg rechts aufwärts zum Gebirgskamm, aber der Schotterweg, der mit **+** und **▲** gekennzeichnet ist, verläuft fast eben oder leicht abwärts weiter. Man lässt die Weggabelung, die links zu den Brücken des Baches Trexenda führt, unbeachtet und biegt nach einer weiteren Gabelung (662 m) links ab und lässt die Abzweigung, die rechts zum Colla S. Giacomo hinaufführt unbeachtet.

So trifft man auf den Wegweiser **⊖** und fährt bis zu den stimmungsvollen Kalkfelsen **Rocche Bianche** (zirka 620 m), die weiß aus dem grünen Wald hervorstechen. Hier fährt man in der Nähe eines Widerstands-Denkmals links hinauf. Man bleibt auf der Hauptstraße und lässt die Straße, die links zum Agriturismo La Porada führt, unbeachtet. So gelangt man nach **Montagna** (260 m), wo es im Schulgarten eine Picknick-Zone mit einem kleinen Brunnen gibt. Hier fährt man eine enge, asphaltierte Straße hinunter, kommt zum **Wildbach Trexenda** (80 m) und folgt dann der Landstraße SP 29 nach **Roviasca** (250 m). Am Ende der Ortschaft fährt man 1 km auf der asphaltierten Straße weiter (Via Verne) und bleibt immer auf dieser Straße (die kleine asphaltierte Straße, die links hinaufführt, beachtet man nicht). Man kommt an einer verlassenen Grube vorbei und befindet sich dann wieder auf dem Hinweg. Hier biegt man rechts ab und gelangt schnell nach Altare.



oben: *Cistus albidus*
rechts: die Rocche Bianche
(weiße Kalkfelsen)



Rund um die Mountainbikeroute

Folgt man dem Höhenweg in Richtung Osten zum **Colla di San Giacomo** (799 m), kann man nach Bormida di Pallare fahren und im Buchenwald **Faggeta di Benevento** (zirka 800 m) nach den berühmten monumentalen Buchen Ausschau halten.

Im angrenzenden Bormida di Pallare-Tal befinden sich historische Spuren wie die „**Steine Napoleons**“ (530 m) bei Biestro, gemeißelte Steinmassen, die vielleicht den französischen Kanonen als Standpunkte dienten, und die prähistorischen **Felsgravierungen des Bric Gazzaro** (560 m).

Das **Quazzola-Tal** führt vom Colle di Cadibona zum Meer hinunter. Im Jahre 109 v.Chr. ließen die Römer hier die **Via Aemilia Scauri** entlang laufen, die dann von Augustus modernisiert und **Via Julia Augusta** genannt wurde. Heute existieren von dieser bedeutenden römischen Straße noch **fünf Steinbrücken**, von denen zwei noch befahrbar sind. Im Tal zwischen den Hügeln von **Quiliano** und dem Hafen von **Vado Ligure**, der Nachfolgerin der römischen Stadt **Vada Sabatia**, werden Trauben angebaut, aus denen der Rotwein **Granaccia** und der Weißwein **Buzzetto**, zwei der typisch ligurischen Weine, hergestellt werden.

Außerdem stammen aus dieser Gegend die Aprikosen von Valleggia. An der Küste östlich von Vado liegt der **Naturpark von Bergeggi**, der die einsamen kleinen Strände der Meeresgrotte **Capo Maiolo** mit ihren grün-violetten Farben, schützt. Gegenüber der Meeresgrotte, die im Neolithikum bewohnt war, liegt die von Mäwen umgebene **Insel Bergeggi**. Außerdem noch ein paar Informationen zu Savona, an derer Hinterlandsgrenze diese Wanderwege verlaufen. **Savona** ist die größte Stadt der Riviera Ligure di Ponente und mindestens 2200 Jahre alt. Sie hat eine schöne Altstadt mit kleinen Gassen und reich verzierten und mit Fresken bemalten Patrizierhäusern.

Die **Cappella Sistina** (Sixtinische Kapelle), die mächtige Festung **Fortezza del Priamar**, wo sich das Archäologische Museum befindet und der Handels- und Kreuzschiffahrtshafen gehören zu den Sehenswürdigkeiten dieser Stadt. Die typischen **Chinotti** (kleine Zitrusfrüchte) werden von der Slow-Food-Vereinigung geschützt.

Für wen

Naturliebhaber

Empfohlenen Ausrüstung

Normale Ausrüstung für Radfahrer

Empfohlene Jahreszeiten

von Frühling bis Herbst, ausgenommen Wintertage mit Schnee oder Eis, sowie mit stark bewölktem Gebirgskamm

Streckenlänge

34 Km Hin- und Rückfahrt

Höhenunterschied im Anstieg

900 m

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Altare

Mit dem Auto: von der A6 Ausfahrt Altare, dann Richtung Zentrum

Schwierigkeitsgrad

MC/MC (einige Stücke BC)

Markierungen



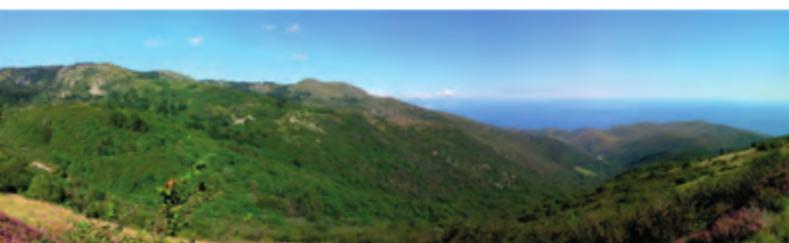
Von Palo zum Monte Beigua (Hinterland von Varazze)



Der Monte Beigua, eine Bergspitze über der Riviera

Monte Beigua: Für diejenigen, die an der Küste leben, hat der Name dieses nicht sehr hohen, aber majestätischen Gipfels des Apennin mit seinen Felsen und Wäldern eine magische Anziehungskraft. Drohend und freundlich zugleich liegt er mit Pinien und Buchen bedeckt hinter dem Meer. Je nach Jahreszeit sieht man ihn mit saftgrünen Wiesen, verschleiert im Nebel oder mit Schnee bestäubten Gipfeln. Der Monte Beigua war einer der Berge, die die Ligurier einst als heilig verehrten und wenn im Winter der eisige Tramontana-Wind um den Gipfel wehte, glaubten sie vielleicht, den Hauch der Götter zu verspüren. Heute befinden sich auf diesem Berg, wo Wälder, Täler, Wiesen, Dörfer und Bäche im großen, regionalen Naturpark **Parco Regionale Naturale** unter Naturschutz stehen, noch unberührte Ecken. In dieser fast an die Alpen erinnernden Landschaft wandert man an Felsen mit seltenen Mineralien, Gebirgsbächen mit Forellen und Kaulquappen und Ruinen vorindustrieller Glasereien vorbei. Zwischendurch sollte man eine Pause machen und die Natur und das Rauschen eines kleinen Wasserfalls

genießen, um dann endlich den Gipfel über dem Meer mit seinem herrlichen Ausblick auf die in der Ferne schneebedeckten Alpen zu erreichen.



Wegbeschreibung

Der Weg ist mit dem Symbol  gekennzeichnet und beginnt auf dem Hauptplatz des alten, ländlichen Dorfes **Palo** (650 m). Von hier aus geht man zur Kirche und zum Friedhof hinauf und folgt dem Schotterweg nach **Sassello**. Hinter einem großen Platz biegt man links auf einen Schotterweg, der eingebettet in einen künstlichen Felschnitt auf felsigem Boden zwischen Kastanienbäumen, Pinien und Buchen verläuft. Nach einem kurzen Anstieg geht es auf einer scheinbaren Ebene weiter, vorbei an Bäumen und Farn, zwischen denen einige kleine Bächlein fließen, an denen der schwarz-gelbe Feuersalamander, den man hier nicht selten erblicken kann, lebt. Wir sind über dem kleinen Tal des Rio La Ciappa, (zirka 900 m), hinter dem im Wald die ersten Buchen erscheinen. Weiter geht es Richtung Gipfel, westlich am Monte Cucco vorbei und hinunter zu den Häusern von **Veirera** (980 m), wo man auf einer asphaltierten Straße weiterläuft. Der Name dieses kleinen Ortes erinnert an die vielen Glasereien, die im Mittelalter wegen des hier vorhandenen Rohstoffes zur Glasherstellung und der großen Kalk- und Holzmengen in der Gegend des Beigua entstanden. Nachdem man auf den Wanderweg, der nach Sassello führt und mit  markiert ist, gelangt ist, biegt der Weg nach rechts auf einen Karrenweg ab, auf dem man unterhalb von Punta Pragiroso (1140 m) ankommt und in Richtung Süden zwischen Kastanienbäumen und hohen Buchen hinaufgeht. Der Weg verläuft weiter unterhalb des Westhangs des Monte Ermetta, wo sich die Vegetation lichtet und der nackte Fels mit grün-blauen Serpentiniten zum Vorschein kommt. Wenn man die Südhänge des Bric Veciri erreicht, läuft der Weg mit dem ligurischen Höhenweg, **Alta Via dei Monti Liguri** (1287 m), zusammen. Von diesem Weg aus, der mit  gekennzeichnet ist, genießt man den unendlichen Ausblick auf das Meer, bis nach Korsika, Richtung Genua und die Alpen hinaus.





Nur noch ein kleines Stück und man erreicht die Bergkuppe des Monte Beigua (1287 m). An der kleinen **Kirche Regina Pacis**, die einst die Hüterin der heiligen Bergspitze war und heute versteckt zwischen Antennen und Relaisstationen liegt, endet diese Wanderung.

Rund um den Wanderweg

Die grün bedeckten Hänge des Monte Beigua und die hügelige Hochebene, die zur Poebene hinunterführt, bildeten vor 1500 Jahren den Orba-Wald, das Jagdrevier der langobardischen Könige.

Der Name stammt von dem Hauptfluss der Gegend ab.

Heute stechen zwischen diesen uralten Wäldern die Steinmauern der verstreut liegenden Höfe hervor, die zu **San Pietro d'Olba** (550 m), dem Hauptort der Gemeinde **Urbe**, und **Sassello** gehören.

Ein Besuch in Sassello, eine der gastronomischen Hauptstädte Liguriens, ist empfehlenswert, um das berühmte Mandelgebäck (Amaretti) und Wurstwaren zu probieren.

oben: die kleine Kirche Regina Pacis auf dem Gipfel des Monte Beigua
links: Panoramablick aufs Meer

Für Radfahrer

Wir empfehlen von Palo die asphaltierte Straße zum Gipfel des Beigua hinaufzufahren. So kommt man an Veirera, Piampaludo und Prato Rotondo vorbei.

Der oben beschriebene Weg ist für die Fahrt hinunter zu empfehlen.

Für wen

Naturliebhaber

Empfohlenen Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung, der Höhenlage entsprechend

Empfohlene Jahreszeiten

Von Frühling bis Herbst, ausgenommen Wintertage mit Schnee oder Eis, sowie mit stark bewölktem Gebirgskamm

Streckenlänge

18 Km Hin- und Rückweg/fahrt

Höhenunterschied im Anstieg

640 m

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Albisola, dann mit dem Bus Richtung Sassello / Urbe und in Palo aussteigen.

Mit dem Auto: auf der A10 Ausfahrt Albisola, links abbiegen und auf der SP 334 bis nach Sassello hinauffahren, dort auf die SP 49 bis nach Palo

Schwierigkeitsgrad

E - T/BC

Markierungen



Von Varazze zum Monte Beigua (Hinterland von Varazze)



Vom Surfbrett auf den „heiligen Gipfel“

Experten sagen, in Ligurien gebe es die besten Wellen zum Surfen in **Varazze**. Von genau dieser Meeresküste beginnt die Wanderung durch Oliven- und Pinienhaine und führt zu prähistorischen Siedlungen und Buchenhainen hinauf. Diese liegen in einem der größten unberührten Regionalparks, dem **Parco Regionale del Beigua**, der jedem Wanderer ein herrliches Panorama bieten kann.

Wegbeschreibung

Man startet im Zentrum von Varazze und geht auf der Landstraße am Gebirgsbach Teiro entlang, bis zum Beginn der Straße Via Bianca, wo man auf die Wegmarkierung **+** stößt. Man steigt eine Treppe zwischen Gärten und unbewirtschafteten Oliventerassen hinauf und läuft dann auf einer engen Straße zwischen zwei Mauern bis zur Wasserscheide zwischen Teiro und Arzocco weiter.

Bei der kleinen **Kirche San Giuseppe** (164 m) folgt man rechts dem asphaltierten Weg und dann auf einem Saumpfad im Wald bis zur **Kapelle Beato Jacopo** (318 m). Diese ist dem berühmtesten Einwohner Varazzes, Jacopo da Varagine, der im 13. Jahrhundert lebte und Schriftsteller, Chronist und Bischof von Genua war, geweiht.

Dann läuft man auf einer Betonstraße bis zum Passo Valle (368 m) und weiter am Bric della Forca entlang bis zum **Passo del Muraglione** (395 m), von dem man auf einem asphaltierten Weg Richtung **Le Faie** weiterwandert. Hinter der Weggabelung nach **Alpicella** läuft man auf der Via Faie weiter bis zu einem Pfad, der links zwischen Kastanienbäumen und kleinen Eichen bis zum Casa La Preisa (570 m) hinführt.

Von hier aus folgt man dem Weg, kreuzt die Straße und geht weiter über Wiesen bis zu einem gepflasterten Saumpfad und zu einer Schotterstraße, die zur Berghütte **Rifugio di Pra Riundo** führt.

Man biegt auf den Weg, der dem breiten Gebirgskamm zwischen Erikasträuchern und hervorstehenden Felsen folgt und geht den Pinienwald an den Berghängen des **Pria Faia** entlang.

So gelangt man in den Buchenwald des **Monte Cavalli** und kommt in einer bewaldeten Gegend mit Sumpflüchtungen in der Nähe eines Wasserwerkes vorbei (zirka 1050 m).

Das letzte Stück geht steil durch Buchenwälder und auf die Gipfelwiesen hinauf, um den breiten Berggipfel des **Monte Beigua** (1289 m) mit seiner charakteristischen, kleinen **Kirche Regina Pacis** zu erreichen.

Oben angekommen kann man endlich das wunderbare 360° Panorama genießen.



oben: Weggabelung zum Monte Priafaia
rechts: hinauf zum Gipfel





Rund um den Wanderweg

Der **Regionale Naturpark Beigua** schützt Wälder, Wiesen, wilde Fauna, alte Hütten und frisches Quellwasser Liguriens. Eine Landschaft, die in die Rocky Mountains passen könnte, aber nur zum Ligurischen Apennin gehört. Der Monte Beigua war in der Prähistorie einer - der wahrscheinlich drei Berge - die von den Liguriern als heilig verehrt wurden. Während der Jahrtausende haben Hirten und Wanderer Figuren, geometrische Formen und Kreuze in die Felswände geritzt.

Am Südhang liegt das Dorf **Alpicella**, in dem Menschen aus dem Neolithikum Spuren in Höhlen, Schluchten und auf der **megalithischen Straße** hinterlassen haben. Diese kann man heute im **Museo Archeologico** (Archäologischen Museum) besichtigen.

Nicht weit davon entfernt liegt in der Abgeschiedenheit das „**Deserto di Varazze**“ (erreichbar über die Wegabzweigung des Pfades, der an der Kapelle del Beato Jacopo beginnt, oder über den asphaltierten Weg vom Passo del Muraglione). Diese Gegend ist von unberührter Schönheit und inmitten von Steineichen und Lorbeersträuchern befindet sich ein Karmeliterkloster, ein Ort der Spiritualität und Mystik.

Erwähnenswert sind auch die ländlichen Ortschaften von **Stella**, die in den Tälern des Riobasco und des Sansobbia liegen. Auch ein Besuch in **Celle Ligure** mit seinen bunten Häuserfassaden und in denen für ihre Keramik bekannten Orte **Albisola Superiore** und **Albissola Marina** sollte man nicht versäumen.

Für wen

Natur- und Geschichtsliebhaber

Empfohlenen Wanderausrüstung

Normale Wanderausrüstung, der Höhenlage entsprechend

Empfohlene Jahreszeiten

Von Frühling bis Herbst, ausgenommen Wintertage mit Schnee oder Eis, sowie mit stark bewölktem Gebirgskamm

Streckenlänge

20 Km (Hin- und Rückweg)

Höhenunterschied im Anstieg

1290 m

Anfahrt

Mit dem Zug: bis zum Bahnhof Varazze, dann Richtung Viale Nazioni Unite, am Gebirgsbach Teiro entlang zur Straße via Piave, (SP 542); nach der Autobahnüberführung folgt man rechts in der Straße via Bianca dem Wegweiser zum Berg Monte Beigua

Mit dem Auto: von der A10 Ausfahrt Varazze, dann auf der Aurelia (SP1) und rechts Richtung Zentrum bis zur Straßengabelung in Richtung Pontinvrea in die Viale Nazioni Unite biegen und weiter der oben beschriebenen Anfahrt folgen

Schwierigkeitsgrad

E

Markierungen



Informationen für Wanderer



Alle hier in dieser Broschüre vorgeschlagenen Wanderwege sind nach folgenden Schwierigkeitsgraden unterteilt: Touristisch (**T**) / Wanderwege (**E**). Die Wege weisen keine besonderen Schwierigkeiten auf und verlaufen auf ausgeschilderten und normalen Wegen. Vergessen Sie nicht, dass auch der Wandersport eine gewisse körperliche und spezielle Vorbereitung voraussetzt.

Einige praktische Ratschläge:

- Tragen sie bequeme Wanderschuhe, einfache Turnschuhe sind nicht immer ein ausreichender Schutz. Die Wanderwege der Ligurischen Riviera sind oft sehr steinig!
- Tragen Sie bequeme, der Jahreszeit und den zu erreichenden Höhenlagen angepasste, Kleidung (oftmals überschreiten Sie die 1000 m).
- Informieren Sie sich über die Wetterlage.
- Nehmen Sie ausreichend Wasser und Proviant mit.
- Besorgen Sie sich die Wanderkarten der Gegend.
- Denken Sie daran, dass Ihr Handy nicht überall empfängt.
- Überschätzen Sie sich nicht!

Viel Spaß beim Wandern!

Schwierigkeitsgrade:

T - Touristisch: Wanderungen auf gut ausgeschilderte Straßen und Saumpfaden

E - Wanderwege: Wanderung auf gut sichtbaren Wegen oder angedeuteten Pfaden, die normalerweise ausgeschildert sind. Einige Wegabschnitte können steil sein. Die exponierten Wege sind normalerweise gesichert.

Achtung:

Die Wegbedingungen können sich je nach Wetterlage verändern! Falls die Wanderwege nicht der vorliegenden Beschreibung entsprechen, schreiben Sie uns bitte eine Mail an:

turismo@provincia.savona.it



...und für Mountainbiker

Auszug aus dem Selbstregulierungskodex der Mountainbiker
Italienischer Alpenverein (Club Alpino Italiano)
Abteilung MTB - www.mtbcai.it



Umweltschutzregeln

- Die Routen wurden im Hinblick auf die Streckenführung bzw. die Umweltbedingungen so gewählt, dass Mountainbiker sie befahren können, ohne die Natur zu schädigen. Verlasse die Strecke nicht.
- Die Fahrweise muss umweltverträglich sein. Die Natur schädigende Techniken, wie zum Beispiel Blockierbremsungen, sind zu unterlassen.

Technische Regeln

- Das Fahrrad muss sich in einem technisch einwandfreien Zustand befinden.
- Bekleidung, Ausrüstung und Ausstattung müssen der gewählten Strecke angemessen sein.
- Der Helm ist jederzeit zu tragen und muss angeschnallt sein.

Sicherheitsregeln

- Um weder zu einer Gefahr für sich noch für andere zu werden, ist die Geschwindigkeit den persönlichen Fähigkeiten, der Sicht und den Streckenbedingungen anzupassen.
- Wanderer haben in jedem Fall Vortritt. Ihnen ist unsere Vorbeifahrt frühzeitig und höflich durch Zuruf oder Klingeln anzukündigen.
- Die Wahl der Strecke hat unsere persönlichen körperlichen, technischen und sportlichen Fähigkeiten zu berücksichtigen.

Gute Fahrt!

Schwierigkeitsgrade:

TC (leicht) auch von Fahrzeugen befahrbare Schotterstraßen mit kompakter und guter Fahrbahndecke

MC (für Fortgeschrittene) mäßig holprige oder kurvige Schotterpiste (Viehwege, Karrenwege...) oder kompakte und gut befahrbare Pfade

BC (für Könner) sehr holprige Schotterpisten oder Maultierpfade sowie eher holprige, aber einigermaßen gut befahrbare oder kompakte, aber kurvige Pfade mit einigen natürlichen Hindernissen (zum Beispiel Felsstufen oder Wurzeln)

OC (für Experten) wie oben, aber auf sehr holprigen und/oder sehr kurvigen Pfaden

Die Schwierigkeitsgrade sind mit einem + Zeichen versehen, wenn wesentliche Streckenteile ein starkes Gefälle aufweisen.





Riviera Ligure delle Palme

