

SOTA REGIONE LIGURIA

Manager Regione Liguria: IK1YPD Giorgio Raso ik1ypd@arisl.it

Tabelle Regionali delle Cime ed Informazioni contenute:

Le note di attivazione sono puramente indicative e non vincolanti, i vari manager regionali forniranno maggiori informazioni sulle Cime prescelte dagli attivatori SOTA. La gradazione seguente si ispira alle scala di difficoltà tipiche delle attività in Montagna.

Facile : Tratto a piedi di facile percorrenza (strada bianca, comodo sentiero o mulattiera) con modesto dislivello da superare e alla portata anche di persone non allenate, massimo 1 ora di avvicinamento.

Media : Tratto a piedi di percorrenza superiore alle ore 1, con dislivello superiore ai 400 mt, su percorso privo di esposizione ma che richieda per l'insieme dell'ambiente naturale capacità di orientamento e pratica di escursione su terreno di media difficoltà.

Difficile : Oltre le due ore di avvicinamento a piedi, con dislivello superiore ai 800 metri, richiesta pratica consolidata di escursionismo in montagna e buona preparazione individuale per far fronte ad ogni necessità in ambienti isolati.

Molto Difficile : Percorso che richiede pratica su terreno esposto, vie ferrate o brevi passaggi di roccia sino al 3° grado, riservato a persone esperte di escursionismo alle alte quote in grado di essere completamente autosufficienti in caso di emergenza.

Alpinistica : Attivazione radio di una cima che per le sue caratteristiche richieda la pratica abituale dell'arrampicata e l'uso di attrezzature per la sicurezza individuale, percorso oltre il 3° grado su roccia o su terreno pericoloso per condizioni, altitudine ed esposizione.

REGIONE LIGURIA – GRIGLIA SOTA DEI MONTI LIGURI								
Rif.	Metri	Nome del Monte	Lat	Long	Locatore	Validità	Punti	Attivazione
LG - 001	2100	VALLETTA DELLA PUNTA	* 43 3.8	7 42.5	JN33UB	10/01/2004	8	Media
LG - 002	2153	FRONTÉ	* 44 03 21	7 45.25	JN33VB	13/07/2002	8	Difficile
LG - 003	2040	PIETRAVECCHIA	* 43 59.21	7 39.32	JN33UX	13/07/2002	8	Difficile
LG - 004	2015	GRAI	* 43 59.41	7 39.44	JN33UX	13/07/2002	8	Media
LG - 005	1973	TORAGGIO	* 43 58.38	7 39.10	JN33TX	13/07/2002	6	Molto difficile
LG - 006	1627	CEPPO	* 43 56.20	7 45.31	JN33VW	13/07/2002	6	Media
LG - 007	1310	GOUTA	* 43 56.10	7 36.15	JN33SU	10/01/2004	6	Facile
LG - 008	1418	GRANDE	* 43 59.12	7 51.14	JN33WX	13/07/2002	6	Media
LG - 009	1378	GRAMMONDO	* 43 50.32	7 30.36	JN33SU	13/07/2002	6	Difficile
LG - 010	1090	CAGGIO	* 43 51.07	7 42.29	JN33UU	10/01/2004	6	Facile
LG - 011	1184	MORO	* 43 55.28	7 52.47	JN33WS	10/01/2004	6	Media
LG - 012	1459	FENAIRA	* 43 59.24	7 51.27	JN33WX	20/11/2002	6	Facile
LG - 013	1882	MONEGA	* 44 02.20	7 47.35	JN34VI	20/11/2002	6	Facile
LG - 014	1389	CARMO	43 3.8	8 12.5	JN44CE	01/06/2003	6	Difficile
LG - 015	1293	BRIC BADÒ	44 13.8	8 12.5	JN44CF	01/06/2003	6	Facile
LG - 016	1708	GALERO	44 8.7	8 2.5	JN44AD	10/09/2003	6	Media
LG - 017	1267	ERMETTA	44 28.8	9 32.5	JN44SL	10/01/2004	6	Media
LG - 018	1422	ZUCCHELLO	44 36.3	9 17.5	JN44PO	20/07/2003	6	Media
LG - 019	1777	BUE	44 33.8	9 27.5	JN44RN	20/07/2003	6	Media
LG - 020	1602	TOMARLO	44 31.2	9 32.5	JN44SM	20/07/2003	6	Media
LG - 021	1735	PENNA	44 28.8	9 27.5	JN44RL	20/07/2003	6	Media
LG - 022	1423	ZUCCONE	44 26.3	9 37.5	JN44TK	20/07/2003	6	Media
LG - 023	1640	GOTTERO	44 21.3	9 42.5	JN44UI	20/07/2003	6	Media
LG - 024	1495	ROCCA TRAMONTINA	44 6.3	7 57.5	JN34XC	10/09/2003	6	Media
LG - 025	1500	MONTARLONE	44 28.8	9 22.5	JN44QN	10/09/2003	6	Media
LG - 026	1107	BRIC DEL DENTE	44 28.5	8 42.5	JN44IL	10/09/2003	6	Media
LG - 027	1556	LEGA	* 43 47.55	7 37.52	JN33TX	10/01/2004	6	Media
LG - 028	1846	POGGIO FEARIA	* 44 02.34	7 47.35	JN34VI	10/01/2004	6	Facile
LG - 029	1001	PUNTA MARTIN	44 26.3	8 47.5	JN44JK	01/02/2005	6	Difficile
LG - 030	2038	CIMONASSO	43 3.8	7 42.5	JN33UB	30/06/2005	8	Difficile
LG - 031	1299	BIGNONE	* 43 52.25	7 44.03	JN33UU	01/03/2007	6	Facile
LG - 032	1505	CROCE DI PRAESTO	* 43 56.33	7 46.21	JN33VW	13/07/2002	6	Facile
LG - 033	2200	SACCARELLO	* 44 03.44	7 42.26	JN33UG	13/07/2002	8	Facile
LG - 034	1183	REIXA	* 44 27 00	8 40 05	JN44IK	01/05/2007	6	Facile
LG - 035	1148	RAMA	* 44 25 30	8 37 05	JN44HK	01/05/2007	6	Difficile
LG - 036	1082	ARGENTEA	* 44 26 00	8 38 30	JN44HK	01/05/2007	6	Media
LG - 037	1245	CAUCASO	* 44 27 66	9 13 57	JN44OL	01/05/2007	6	Media
LG - 038	1597	ANTOLA	44 34 26	9 8 58	JN44NN	01/05/2007	6	Media-Diff

LG - 039	1345	RAMACETO	* 44 26 33	9 19 28	JN44PK	01/05/2007	6	Media
LG - 040	1701	AIONA	* 44 29 00	9 26 9	JN44RL	01/05/2007	6	Media
LG - 041	563	ROSSOLA	44 11 15	9 36 13	JN44TE	15/09/2008	2	Facile
LG - 042	1799	MAGGIORASCA	44 33 3	9 29 24	JN44RN	25/09/2008	6	Media
LG - 043	1094	ALPE	44 18 59	9 31 36	JN44SH	30/09/2008	6	Media
LG - 044	1126	CHIAPPOZZO	44 22 35	9 29 19	JN44RJ	06/05/2009	6	Media

N.B. I dati contrassegnati con (*) sono dati satellitari, gli altri dati non contrassegnati sono ricavati con GPS.
Le altezze sono misure cartografiche.

LG-001 - VALLETTA DELLA PUNTA

Sia dalla Liguria che dal Piemonte, percorrere la SS 28 fino al Colle di Nava, seguire la deviazione per S. Bernardo - Monesi percorrendo circa 17 km di strada asfaltata. Da Monesi parte uno sterrato sconnesso di 15 km che porta a 100 metri sotto il Monumento al Redentore a quota 2070 m. Da questo punto proseguire a piedi per 50 minuti circa per l'Alta Via dei Monti Liguri.

In prossimità del "Della Punta" lasciare l'Alta Via e salire per circa 10 minuti a quota 2100 m. ove è possibile posare antenne e tende per il pernottamento. Nelle vicinanze, più in basso, il rifugio Sanremo.

LG-002 - FRONTÉ

Dalla Liguria che dal Piemonte percorrere la SS 28 fino al Colle di Nava, seguire la deviazione SP 100 per S. Bernardo - Monesi percorrendo circa 9 km di strada asfaltata, a un trivio proseguire per la strada centrale, direzione Triora, con sterrato in buone condizioni, per 11 km sino alla "Galleria del Garezzo" a quota 1801 m. da qui si diparte un sentiero chiaramente segnato che in un'ora e più porta alla cima a 2153 m.

È possibile montare singola tenda, antenne verticali e V/UHF.

LG-003 - PIETRAVECCHIA

Dalla SS 1 Aurelia prendere per la SP 548 per Taggia - Molini di Triora (32km) seguire al bivio per il Colle di Langan (10 km) quota 1127m. proseguire per Colle della Melosa, per circa 7 km di strada asfaltata sino al rifugio CAI posto a 1550 m. proseguire per strada sterrata dissestata per circa 7 km. Lasciato il mezzo si raggiunge la cima per sentiero segnato in un'ora di marcia o poco più a quota 2040m. E' possibile posare solo due tende e antenne verticali HF e antenne V/UHF direttive.

LG-004 - GRAI

Itinerario identico per l'avvicinamento al mt. Pietravecchia ma invece di lasciare il fuoristrada proseguire lungo lo sterrato sino al rifugio CAI di Ventimiglia dal quale si procede a piedi su terreno scosceso e ripido per circa 50 minuti per la cima a 2015 m. dove vi è spazio solo per antenne HF verticali e V/UHF. No tenda.

Altra via più agevole è da Porta Bertrand 1961m. dal territorio francese.

LG-005 – TORAGGIO

Come i precedenti itinerari per LG 03 e LG 04 sino al primo rifugio CAI, dal quale risalire per lo sterrato per circa 5 km dove si può vedere una piccola fontana sulla sinistra e dove si diparte il "Sentiero degli Alpini", itinerario difficile, per alpinisti provetti, che con quattro ore di marcia porta a quota 1973 m. Cima impervia, dove è possibile però mettere una tenda e antenna HF verticale e V/UHF.
Percorso esclusivamente estivo.

LG-006 - CEPPO

Da Sanremo per la SP 56 seguire per Sanromolo, bivio per Monte Bignone, (21 km asfaltata), bivio per Bajardo - Vignai (6 km asfalto) e con altri 11 km (asfalto) si arriva alle pendici del Monte Ceppo a 1505 m. Lasciato il mezzo, a piedi, per sentiero alpestre in circa 50 minuti di buon passo si arriva a m.1627, la cima dove si possono montare tende e stendere ant. HF anche filari.

LG-007- GOUTA

Da via Aurelia a Camporosso al Mare deviare per Val Nervia, Dolceacqua, Isolabona su SP 64 per 18,5 km dove trovasi bivio per Gola di Gouta, con 15 km di strada asfaltata si arriva al rifugio Gouta. Da qui per sentiero alpestre, non segnato, in circa 50 minuti di buon passo si arriva in vetta coperta da alberi. Dal mese di novembre al primo di aprile per la strada di Gouta è obbligatorio avere catene a bordo.

LG-008 - GRANDE

Dall'Aurelia SS1 alla strada provinciale SP 548 per Taggia - Badalucco a 18 km bivio per Carpasio - Colle d'Oggia a 1167 m. (tutto asfalto). Si lascia il mezzo e per sentiero alpestre scosceso e non tracciato in un'ora di buon passo si arriva alla cima a 1418 m. dove è possibile mettere tende e antenne.

LG-009 - GRAMMONDO

Da Ventimiglia per SP 20, deviare per Bevera, Torri, strada asfaltata, poi sterrato molto dissestato (percorribile solo in buona stagione) sino al rifugio CAI. Lasciato il fuoristrada per la cima un'ora e mezza a piedi su tracciato non segnato, possibilità di mettere antenne e tende.

LG-010 - CAGGIO

Da Sanremo su SP 56 con 10 km a Sanromolo, si arriva al bivio per Coldirodi altri 4 km di strada asfaltata. Si lascia il mezzo, a piedi, per tracciato scarsamente segnalato, con 50 minuti di buon passo si può raggiungere la cima dove è possibile posare tenda e mettere antenne anche filari.

LG-011 - MORO

Da Imperia percorrere la SP28 sino al bivio per Borgomaro - Ville San Sebastiano, proseguire per 16,5 km sino alla mulattiera per il passo del Maro, lasciato il mezzo proseguire per la mulattiera sino alla croce del Passo del Maro a quota 1064 m. poi per sentiero di cresta, non segnato si raggiunge la cima a 1184 m. con un'ora di buon passo. Possibilità di posare tende e montare antenne.

LG-012 - FENAIIRA

Stesso percorso iniziale per il Monte Grande LG 08, dopo il Colle d'Oggia si prosegue in direzione S. Bernardo, bivio, prendere per Passo Teglia 1387 m. (km tutti asfaltati). Lasciato il mezzo si sale per sentiero alpestre non segnato e con più di 50 minuti di buon passo si raggiunge la cima dove è possibile montare tenda e antenne, anche filari.

LG-013 - MONEGA

Tutto il percorso di avvicinamento uguale a quello per il M. Fronté LG02, sino alla Galleria del Garezzo a quota 1801. Una via possibile è uno sterrato, percorribile solo con buon tempo per alcuni km e può portare in avvicinamento, poi salita non segnata per un'ora. Una seconda via è quella di cresta, a piedi, via non segnata, per un'ora e trenta. Sulla vetta possibilità di montare tende e antenne.

LG-014 - CARMO

Dalla Liguria Ponente: percorrere la Via Aurelia sino a Borghetto S. Spirito, prendere la SP 1 Savonese per Tirano - Calizzano. Circa 800 metri prima di Bardineto, fontana sulla destra deviazione per monte Carmo, 1,5 km di strada asfaltata poi 5 km di sterrato dissestato percorribile solo con buon tempo, sino al Gioigo di Giustenice a 1143 m. Si prosegue a piedi per la Via dei Monti Liguri per circa 15 minuti poi per sentiero non segnato per la vetta in un'ora circa.

Dal Piemonte: SS 28, Ceva, Bagnasco, Colle dei Giovetti Calizzano, 800 m dopo Bardineto, sulla sinistra, fontana, bivio per Gioigo di Giustenice e monte Carmo. Dal Levante Ligure: via Aurelia sino a Pietra Ligure, deviare per S. Lorenzo, poi sterrato (terribile) per 8 km sino al Gioigo di Giustenice poi Alta Via ecc.

Possibilità di pernottare nel rifugio CAI poco sotto a Giustenice (se si prende le chiavi a Pietra).

Sulla vetta possibilità di montare antenne e tenda.

LG-015 - BRIC BADO'

Dalla Liguria: Via Aurelia, deviare a Finale Ligure per il Colle del Melogno 1028 m. Dal Forte del Melogno, sterrato per 5,6 km poi a piedi lungo l'Alta Via dei Monti Liguri, poi ancora per la vetta lungo sentiero non segnato in mezzo ai boschi per circa 55 minuti.

Dal Piemonte: per Ceva, Bagnasco, Massimino, Calizzano, Colle del Melogno. Dal 1° Aprile per la strada del Colle del Melogno vi è l'obbligo delle catene a bordo.

LG-016 - GALERO

Dalla Liguria: Aurelia, a Albenga prendere la SP 582 per Garessio, arrivati al Colle S. Bernardo (957m) strada sterrata molto dissestata (percorribile solo in buona stagione) per 4 km. poi a piedi lungo l'Alta Via dei Monti Liguri per quaranta minuti poi sentiero non segnato per la vetta con un'ora di marcia. Dal Piemonte: SS28, Ceva, a Garessio prendere SP 582 del colle di S. Bernardo, resto come detto.

LG-017 - ERMETTA

Dal Ponente Ligure: Aurelia, ad Albissola deviare su SP 334 fino bivio Sandra - S. Martino, Alpicella, Mt Beigua, rifugio Prà Riondo, da qui proseguire, a piedi, lungo l'Alta Via dei Monti Liguri per circa 40 minuti poi deviazione per sentiero malamente segnato per altri 20 minuti. Possibilità per tenda e antenne.

Dal Levante Ligure: deviare a Varazze su SP 542 per S. Martino, ecc.

Dal Piemonte Acqui Terme, SP 334, Sassello, Stella, S. Martino, ecc.

LG-018 - ZUCCHELLO

Lasciare Genova per Molassana sulla SP 45 per Bargagli Passo della Scoffera e sempre sulla SP 45 per Torriglia costeggiare il Parco Regionale dell'Antola a Montebruno e Rovegno a Garbarino lasciare la SP 45 per uno sterrato sulla sinistra per Bertassi bivio Bertone. La strada si divide in due, una passa sul versante Sud - Ovest del Mt Zucchello e prosegue per Suzzi. L'altra passa sul versante Nord-Est per Bertone.

Da entrambe le strade è possibile raggiungere la vetta per sentieri alpestri a volte non segnati per circa un'ora di marcia.

Sulla vetta possibilità di mettere tende e antenne.

LG-019 – BUE

Lasciare l'Aurelia a Chiavari per la SP 225 per Carrasco e Borzonasco e poi la SP 586 raggiungere Rezzoaglio, bivio per S. Stefano d'Aveto. Strada asfaltata per Rio Freddo, (non cercare la funicolare perché non c'è più da dieci anni, malgrado sia segnata anche sulle carte nuove) dunque due ore buone per la cima, arrivati, con ulteriori 50 minuti si può arrivare sul monte Maggiorasca, monte mitico delle Alpi Liguri.

LG-020 - TOMARLO

Tutto come per arrivare a S. Stefano d'Aveto, da lì prendere la SP 654 per il Passo del Tomarlo 1463 m. Lasciare la vettura e dal Passo, e per sentieri non segnati con un'ora di marcia si raggiunge la cima a 1662 m. La cima è abitata da un branco di capre allo stato brado, voi salite, loro per dirupi scendono, voi scendete, loro risalgono. No tende, antenne verticali in HF. Zona vietata al campeggio.

LG-021 - PENNA

Tutto come arrivare al Passo del Tomarlo, mezzo chilometro prima, un bivio, prendere a destra, per la foresta del Mt Penna e proseguire per strada asfaltata sin oltre il Passo del Chiodo. Si trovano cartelli indicatori per la salita al Mt. Penna, da farsi a piedi in zona protetta, in un'ora e mezza circa. Vietato il campeggio nella foresta e sul monte.

LG-022 - ZUCCONE

Lasciare l'Aurelia a Sestri Levante e per la SP 523 prendere per Casarza Ligure, raggiungere Varese Ligure e salire al Passo di Cento Croci (1055 m.). Lasciare il mezzo al Passo e a piedi prendere a sinistra, l'Alta Via dei Monti Liguri. Dopo un'ora di marcia circa lasciare l'Alta Via e a destra salire verso il monte Zuccone. Possibilità di campeggio.

LG-023 - GOTTERO

Venendo da Genova si può fare l'Aurelia, passare il mitico Passo del Bracco, scendere a Carrodano. Da La Spezia, sempre Aurelia fino a Carrodano. A Carrodano prendere per Chiusola, dopo qualche chilometro, bivio con strada sterrata a sinistra, per la Foce di Tre Confini a 1408 m. Strada molto dissestata, da fuoristrada, percorribile solo in periodo favorevole. Dai Tre confini in marcia per strada Alta Via Monti Liguri per circa un'ora. Possibilità di pernottamento con tenda e antenne anche filari.

LG-024 - ROCCA TRAMONTINA

Dall'Aurelia a Imperia - Oneglia prendere la SS 28 del Colle di Nava e a Cantarana prendere per il Passo di Prale 1258 m, per proseguire per il Colle di Caprauna 1297 m. Lasciare il mezzo e a piedi in un'ora si raggiunge Rocca Tramontina 1495 m. No tende. Antenne HF solo verticali.

LG-025 - MONTARLONE

Da Genova - Staglieno prendere la SP45 per il Passo della Scoffera, Torriglia, Montebruno. A Loco deviare per Fontanaingorda, Casanova. Una via è proseguire per Foppiano, prima di entrare nell'abitato, strada sterrata (da fuoristrada) per circa 4 km. poi a piedi per sentiero agevole per un'ora.

La seconda via è: uscire dall'abitato di Casanova e proseguire sino a che si vede una grande chiesa davanti, pochi metri prima sulla destra strada asfaltata per tre km, poi sterrata di discreta percorrenza per altri 4 km poi a piedi come sopra. No camping.

LG-026 - BRIC DEL DENTE

Aurelia per Genova Voltri, strada SP 456 per il Passo del Turchino. Al Turchino prendere strada per il Passo del Faiallo 1061 m. Molto prima cercate indicazioni e sentiero dell'Alta Via dei Monti Liguri che passa per la sommità del Bric Del Dente. No tende, no ant. filari, solo verticali in HF.

LG-027 - LEGA

Tutto come detto per monte Gouta (LG-07) e dal rifugio Gouta proseguire su sterrato per 3 chilometri per arrivare al rifugio Muratone 1174 m. A piedi lungo il sentiero alta Via dei Monti Liguri, poi per il monte Lega un'ora e trenta di salita non segnata.

LG-028 - POGGIO FEARIA

Come da itinerari per i monti Fronté (LG-02) o Monega (LG-13) sino alla Galleria del Garezzo, poi in un'ora circa, per sentiero di cresta, non segnato ma agevole, sino a 1846 m. Ampia possibilità di montare antenne filari e tende.

LG-029 - PUNTA MARTIN

Dalla Colla Lencisa (Ge - Pegli) tempo salita: 1,45-2 ore dislivello 430 m. difficoltà per escursionisti medi, problemi di orientamento in caso di nebbia.

Percorso: giungere da Est o da Ovest a Ge - Pegli per la via Aurelia. Da Nord autostrada Genova- Milano uscita Ge - Bolzaneto, per Pontedecimo, Campomorone, piani di Praglia, Lencisa. Itinerario: da abitato di Psii risale la Val Varenna, si passa San Carlo di Cese e raggiunto l'abitato di Lencisa si lascia l'auto, si sale verso Nord Ovest lungo un viottolo (segnava triangolo pieno) poi per un sentiero a tornanti scavato nella roccia si sale ad un colletto e si prosegue in piano sul versante Sud occidentale. Dopo aver aggirato a Sud il monte Pratorado si incontra l'Alta Via dei Monti Liguri (segnava due cerchi blu pieni) che si sviluppa quasi pianeggiante, dopo un paio di chilometri si prosegue verso la sommità del mt. Pennello, poco prima si incontra una diramazione a destra che si dirige verso la cima rocciosa di Punta Martin. La cima è spesso spazzata da venti impetuosi e gelidi e avvolta da nebbia.

Difficoltà ad installazione di antenne, no tende. Lungo il percorso di cresta si può raggiungere in un quarto d'ora circa il rifugio del Monte Pennello. Si può raggiungere la cima anche per la cresta Sud Ovest, in due ore, due e trenta con dislivello di 800m. ma la via è indicata per escursionisti esperti per i numerosi passaggi su roccia insidiosi in caso di mal tempo.

LG-030 - CIMONASSO

Dal Ponente o Levante Ligure: Aurelia, Taggia, Valle Argentina, per SP 548 raggiungere Molini, poi per SP 52 a Triora dove si trova strada per Passo di Guardia con 6 chilometri di asfalto e 4 chilometri di sterrato dissestato (solo fuoristrada). Lasciare il mezzo a Passo di Guardia 1401 mt. e per sentiero segnato per il Passo della Garlanda 2021m. un'ora e dieci circa, poi Alta Via dei Monti Liguri quasi in piano per altri 40 minuti.

Dal Piemonte: SS 28 per il Colle di Nava, poco prima del colle prendere la SP 100 per Monesi, da qui parte uno sterrato dissestato di 15 km. fino a 100 m. sotto il Monumento al Redentore che si trova a quota 2070 m. Lasciato il mezzo, a piedi, per l'Alta Via dei Monti Liguri con saliscendi via di cresta per un'ora circa, piccola deviazione sulla destra per il Cimonasso. Attenzione alla nebbia perché la via, sulla destra, ha vertiginosi strapiombi di 2000 metri e si sono avuti già morti.

LG-031 - BIGNONE

Da Sanremo su SP 56 con 10 km a Sanromolo, 200 metri prima, bivio Sanromolo monte Bignone Bajardo, si prosegue su SP 56 e dopo 5,4 km bivio per Bignone, ancora 1,3 km di strada asfaltata sino ripetitore RAI, poi sterrato per 1 km circa sino a sbarramento.

Mulattiera a sinistra. Sulla vetta vietato montare tende, perché la zona è Parco. Antenne solo mobili e occasionalmente.

LG-032 - CROCE DI PRAESTO

Se si viene da Ovest Aurelia a Sanremo stesso itinerario di LG-006 sino alle pendici del M. Ceppo.

Se si arriva da Est Aurelia prendere per Arma, Taggia e Valle Argentina su SP 548 sino a 1 km prima di Molini di Triora (32 km) seguire il bivio per Colle Langan per 7 km poi bivio sulla sinistra per S. Giovanni dei Prati - Ceppo, asfaltata.

Lasciare il mezzo, a piedi attraversare grande prato e sulla sinistra della capanna della forestale sentiero quasi in piano e segnalato per Croce Praesto. Ampia possibilità di montare antenne e tende.

LG-033 - SACCARELLO

Dal Piemonte e dalla Liguria sull'Aurelia, seguire le indicazioni date per il M. Valletta della Punta LG-001. Arrivati 100 metri sotto al Monumento al Redentore lasciare il mezzo nello spiazzo e proseguire a piedi verso destra lungo l'antica strada - sentiero degli alpini - sino alle fortificazioni, poi solo sentiero a destra per la vetta indicata da una stele in memoria degli alpini travolti da una valanga.

In vetta no antenne o tende e molta attenzione in caso di maltempo. Qualche possibilità per le antenne e le tende 100 metri sotto, nelle fortificazioni.

LG-034 - REIXA

Partenza dal piccolo Albergo-Rifugio sito al Passo del Faiallo. Per arrivare sin qui in auto si può prendere la Statale del Turchino girando a sinistra prima della galleria del Passo del Turchino oppure, percorrendo l'autostrada, si esce a Nasone, si percorre in senso inverso la Statale del Turchino e, dopo la galleria del Passo, si gira a destra. Qui si trova la carrabile che conduce ai paesi dell'Orba. Arrivati all'Albergo si può comodamente posteggiare vicino allo stesso. Al lato destro parte quasi immediatamente il percorso dell'Alta Via. Attraversiamo un bosco di lecci e castagni sino ad arrivare ad alcune case isolate probabilmente usate d'estate da qualche comunità. Una breve salita, non particolarmente impegnativa ed eccoci arrivati sul percorso di crinale dell'Alta Via prontamente segnato da due bollini blu. La cima del Reixa (mt. 1183) è ora a portata di mano. Possibile il montaggio di filari seppur con qualche difficoltà, ok per verticali e direttive.

LG-035 - RAMA

Punto di partenza è la zona retrostante all'abitato di Lerca. Dalla chiesa di Lerca si prosegue sulla strada asfaltata che corre dietro ad un nuovo complesso residenziale arrivando alla Cappelletta di S. Anna. Da qui si continua lungo la strada asfaltata sino ad incontrare, a destra, un serbatoio dell'acqua. Qui si imbecca il sentiero sulla destra (piuttosto ripido) seguendo il segnavia. La zona diventa dopo poco boscosa con pini, erica e corbezzoli. Si continua ed il terreno diventa pianeggiante, qui si trova il bivio con la "diretta del Rama" contraddistinto da un bollino rosso. Tiriamo dritto senza svoltare e superiamo il guado, punto di confluenza tra il Rio Argentea ed il Rio Valle Scura, seguendo il percorso della condotta idrica. Arriviamo dopo un pò alla Fonte Spinsu. Ad un centinaio di metri troviamo la "Casa Carbone" ex casa della Guardia Forestale. Proseguiamo con un breve tratto in piano e poi subito la salita che fiancheggiata da pareti rocciose e grandi massi ci accompagna sino a "Cian Ferrettu", un pianoro che arriva sino alla cima del Monte Beigua, giriamo verso sud-est e dopo una breve e ripida salita siamo arrivati alla meta. Piccolo spazio per montaggio antenna, presenti rocce per punti ancoraggio.

LG-036 - ARGENTEA

Accesso da Arenzano in località Terralba di fronte al MUVITA. Segnavia: due cerchi rossi pieni da Arenzano al Passo della Cava, tre punti rossi dal Passo della Cava al Monte Argentea, un triangolo rosso pieno dal Monte Argentea alla Cima Pian di Lerca. In loco è presente un rifugio con accesso libero ad un piccolo locale. Ampii spazi per tende e filari.

LG-037 - CAUCASO

In auto sino a S. Stefano d'Avete, imboccare la strada per Barbagelata (il più alto Comune Ligure) sino al Passo della Scoglina. Lasciate le macchine al Passo, ci s'incammina sul crinale Aveto - Fontanabuona, contrassegnato dal segnavia "tre bolli rossi a triangolo". Arrivati alle sorgenti del fiume Aveto, si prosegue (ignorando i due bolli blu dello spartiacque tirreno/padano, per arrivare al rio Acquapendente. Seguiamo ora il "triangolo rosso pieno", e risalendo le pendici est del monte ci si porta in vetta dopo una corta e bella salita. Ore di cammino: 4,30 - Dislivello totale 400 m. circa. Spazio per antenne verticali e direttive.

LG-038 - ANTOLA

Partiamo da Buoni che è una frazione di Pentema. Qui si prende una mulattiera, a sinistra, che monta abbastanza rapidamente a nord. Superata la boscaglia, si sbuca sullo spartiacque tra Pentemina e Brevenna. Qui si trova la Cappella del Colletto che veniva anticamente chiamata Cappella dei Bucci, in quanto era un punto di sosta per gli animali (i vitelli) che venivano portati al pascolo. Si prosegue per ampie e secolari faggete lasciando, poco dopo, il sentiero indicato con tre punti gialli ed imboccando quello con due quadrati gialli. Si arriva quindi alla Colletta delle Cianazze, riconoscibile per delle panche da picnic riparate. Si prosegue verso nord, lungo lo spartiacque sino ad arrivare al ripiano dove sorge il Rifugio dell'Antola. Ancora poche centinaia di metri e si sale sulla sommità del Monte. Possibilità di montare una piccola tenda e di stendere una filare.

LG-039 - RAMACETO

Da Genova si prende l'Autostrada A12 in direzione Livorno e si esce a Chiavari o a Lavagna. Si seguono le indicazioni per S. Stefano d'Aveto e, arrivati a Carasco, si prende a sinistra per la strada statale della Val Fontanabuona. A San Colombano Certenoli, si prende il bivio sulla destra per il passo di Romaggi, dove si parcheggia l'automobile. Sul lato sinistro della strada asfaltata parte il sentiero segnato che sale dolcemente nel bosco. Usciti dal bosco, il sentiero continua quasi in piano, giungendo al Passo del Dente (m. 899) dove si trovano tavoli e panche per una sosta ristoratrice. Ripreso il cammino si prosegue verso il crinale del Monte Ramaceto. Il percorso è a tratti ripido e faticoso, e si svolge parte nel bosco e poi sui prati. Seguendo la cresta si raggiunge la Vetta Sud del Monte Ramaceto (m. 1318), e infine la vetta principale (m. 1345). Ore di cammino 2h 30'. Possibilità di montare filari con qualche difficoltà.

LG-040 - AIONA

Percorso stradale: Autostrada A12 direzione Levante; uscita al casello di Lavagna. Svoltare a destra in direzione Carasco - Borzonasca - Rezzoaglio. Raggiungere la caserma della Forestale del monte Penna (1392 m.) Dislivello: 450 m. Tempo totale di percorrenza: 6h. Descrizione: dalla caserma della Forestale si segue la strada sterrata che porta al passo dell'Incisa; lì giunti seguiamo le indicazioni dell'Alta Via attraversando i prati di Montenero sino al Passo della Spingarda, per poi affrontare la salita all'Aiona. Dalla vetta si scende ai Passo della Spingarda, da cui svoltiamo a sinistra in direzione Gramizza, per poi abbandonare il sentiero all'incrocio con una strada forestale che ci riporta al nostro punto di partenza. Ampi spazi per le antenne, presenza di rocce affioranti.

LG-041 - ROSSOLA

Il punto di partenza è raggiungibile - per chi arriva da Genova - dal passo del Bracco o dal casello autostradale di Deiva Marina prendendo la direzione Bonassola/Levanto SP 332 Levante-Baracca. Per chi arriva da La Spezia, è preferibile l'uscita autostradale di Carrodano (Levante); a questo punto, dall'uscita del casello, prendere direzione Levante, poi, una volta attraversato il centro cittadino, seguire l'indicazione che conduce a Bonassola. Giunti ad un bivio - le indicazioni sono Bonassola e Montaretto - seguire l'indicazione per Montaretto. Al bivio per Montaretto-Deiva Marina proseguire per la SP332 direzione Baracca per altri 200 mt e girare a destra per una strada sterrata che porta alle ex Cave Gronde. Il veicolo può essere parcheggiato nel piazzale sterrato, avendo però l'accortezza di lasciare spazio sufficiente per la manovra degli autocarri che trasportano pietrame; nel caso non fosse sufficiente lo spazio, è consigliabile lasciare il veicolo sulla SP332.

Da questo momento si prosegue a piedi per la vecchia strada sterrata, non percorribile in automobile per le condizioni attuali e per i divieti forestali. Si prosegue sino ad arrivare al "Colletto", sulla destra si scende verso

l'apicoltura "Rifreddo" non più in attività da parecchi anni, mentre andando verso sinistra, inizia il sentiero per il Monte Rossola. Il primo tratto si svolge in pianura all'interno della valle che separa i due versanti, per poi cominciare con una lieve salita sino ad arrivare all'incrocio segnalato con tabelle con colori bianco/rosso che indicano che quello è il sentiero n. 9. Proseguendo dritto si arriva dinnanzi a un triplo cartello indicante tre vie: "Cave della Crocetta - Levante", "Foce di Dosso - Foce di Montale - Bardellone", "M.te Rossola". Naturalmente occorre proseguire seguendo la terza indicazione. La vegetazione cambia e il sentiero si fa più impervio ed impegnativo con tratti a strapiombo e salita su tratti rocciosi. La cima è facilmente distinguibile poiché è segnata da una grande croce in legno. Pur avendo spazio a sufficienza per montare antenne verticali e direttive - visto che il terreno è roccioso e friabile e la parete verso Levante si trova a strapiombo - bisogna ugualmente prestare molta attenzione. Non è possibile montare tende o bivaccare con accensione di fuochi per i divieti forestali imposti nel territorio dal Comune di Bonassola.

LG-042 - MAGGIORASCA

Itinerario: venendo dal ponente ligure, Genova - S. Stefano D'Aveto, da qui due vie, una, la stessa via per il monte Bue da questo per sentiero di cresta al Maggiorasca. La seconda, da S. Stefano si segue la provinciale 654 per il passo Del Tomarło (lasciare la vettura negli spazi sterrati ai bordi della strada), da qui si sale lungo il sentiero recentemente segnalato e sistemato con scalini in legno. Il sentiero passa a tratti in territorio ligure e a tratti in quello emiliano, costantemente segnalato con tabelle a fondo bianco e rosso; su rocce o su alberi sono presenti segnali contrassegnati da doppi cerchi gialli che conducono alla cima raggiungibile in un'ora e mezza di buon passo. E' vietato il campeggio e l'accensione di fuochi. Sono presenti ampi spazi per l'installazione di antenne. Venendo dal levante ligure: La Spezia via Aurelia poi a Borghetto Vara la SP 566 per Varese Ligure. Da Sestri Levante la SP 523 per Varese Ligure, da qui per il Passo di Cento Croci, Bedonia, Passo del Tomarło.

Venendo Dall'Emilia la 654, per il passo del Tomarło o la SP359 proveniente da Bardi sempre per il Tomarło.

LG-043 - ALPE

Itinerario: da Genova, con l'autostrada A12, si esce al casello di Sestri Levante. Da qui si prende a sinistra la strada in direzione Varese Ligure superando Casarza, Castiglione Chiavarese fino al tunnel di Velva, che si lascia a sinistra, seguendo a destra la vecchia strada che porta al borgo di Velva. Si supera il paese fino ad arrivare al Valico dove è posto il Santuario della Madonna della Guardia dove si lascia l'auto.

Da La Spezia, con l'autostrada A12, si esce al casello di Carrodano. Da qui si prende a destra la strada SS 566 dir. per Mattarana-Ziona-Carro-Velva. Dal Santuario di Nostra Signora della Guardia di Velva, si segue il sentiero segnalato con un rombo rosso che sale in direzione NNO incontrando una sterrata segnalata con la bandierina bianco-rossa 5T. Si prosegue sino ad arrivare alla Sella del Colello. Si continua verso nord-ovest su un sentiero che s'innalza tra gli arbusti lungo il crinale. Il sentiero è segnalato con un rombo rosso pieno sale lungo lo spartiacque perdendosi fra le rocce e cespugli. Si continua sulla panoramica cresta cosparsa di rocce e si arriva in cima al Monte Alpe. Sulla vetta possibilità di montare antenne direttive e verticali.

Tempo di percorrenza circa 2 ore.

LG-044 – CHIAPPOZZO

Percorso stradale: Autostrada A12 Genova-Livorno; uscita al casello di Lavagna. Si va a destra verso la Valgraveglia; si risale la valle e, passando da Arzeno, si arriva al passo del Biscia (892 m.).

Dal passo del Biscia si prosegue a piedi salendo diritti verso nord lungo lo spartiacque. Il sentiero segnalato con il segnale bianco-rosso dell'AV5T, (Alta Via 5 Terre) prosegue quasi in piano, prima sul lato della Val di Vara, poi su quello della Val Graveglia fino al colle del Chiappozzo 934 m. (indicato con tabella del parco dell'Aveto).

Da qui si sale sul lato occidentale della cresta sud tra erba e massi fino a sbucare sulla sommità del Monte.

Dislivello dal passo del Biscia alla cima: 234 m. circa. Tempo percorrenza: 1 ora circa.

Poco spazio per montaggio antenne, presenti rocce per punti di ancoraggio.

Revisione degli itinerari per Monti Liguri, validi per il programma SOTA International, al 6 maggio 2009.

Manager SOTA Regione Liguria Giorgio Raso - I QRP Club 806
