

Gli itinerari escursionistici in Provincia di Genova
(Il parco del Beigua)

L'anello delle tre valli di Arenzano

Da Arenzano al Rifugio Sambugu e al Lagu da Tina



Sviluppo: Arenzano – Ponte Negrone – Rif. Sambugu – Lagu da Tina – Curlo - Arenzano

Dislivello: 600 m totali

Lunghezza: 14,1 Km

Difficoltà: E

Ore di marcia: 4h 45'

Periodi consigliati: da ottobre a maggio

Accesso: in auto si esce al casello autostradale A10 di Arenzano, e in treno si scende alla stazione di Arenzano della linea Genova – Ventimiglia

E' uno degli itinerari più completi e sorprendenti dell'immediato entroterra arenzanese, che senza raggiungere quote elevate, consente di attraversare quasi tutte le valli del comprensorio, con stupende visuali sui monti retrostanti.

Tra i piccoli gioielli naturalistici raggiunti dall'anello troviamo il Ponte Negrone, con i suoi profondi laghetti, il Rifugio Sambugu, posto in uno dei luoghi più incantevoli del Parco del Beigua, e il Lagu da Tina, con la cascata più bella di questo tratto di entroterra.

Questo itinerario è stato uno dei percorsi escursionistici della Marcia Maremonti del 2016.

Iniziamo dal centro di **Arenzano** (s.l.d.m.), dove raggiungiamo il Santuario del Gesù Bambino di Praga attraverso Via S.M. Rapallo e Via Capitan Romeo, due caratteristiche viuzze, ricche di esercizi commerciali, bar e ristoranti. Giunti in Viale delle Rimembranze, si sale fino all'edificio religioso molto caro ai fedeli liguri.

Continuiamo su Via G. Marconi, la strada di collegamento col quartiere di Terralba. La percorriamo interamente fino al Centro Scientifico Muvita, riconoscibile dal caratteristico tetto

a forma di barca. Imbocchiamo in seguito a destra Via Pecorara, una stradina in salita che esce gradualmente dall'abitato, per tuffarsi nel verde della campagna arenzanese. Al termine della salita giriamo ai successivi due bivi a sinistra. Si prosegue così in piano per un lungo tratto, fino a superare Case Liseu, poste a fianco di un ruscello affluente del Torrente Lerone, che visiteremo in maniera approfondita in questa escursione.

Poco più avanti prendiamo a destra Via Costa Chicchelli, che percorreremo fino a superare il gruppo di Case Gazzo. Poco dopo prendiamo a sinistra un sentiero che scende per alcuni metri di quota fino ad arrivare in una zona terrazzata. Si percorre così la via dell'acquedotto che portava l'acqua da Ponte Negrone fino a queste frazioni, riconoscibile dalla presenza di alcune tubazioni. Come tutti i sentieri utilizzati come acquedotti, questi si sviluppano in leggera pendenza, per far scendere lentamente l'acqua a valle.

Lentamente questo tracciato entra nel vivo della Val Lerone, con stupende visuali sul gruppo dei monti Sciguolo, Rama e Argentea, che incombono dall'altra parte della vallata. Più avanti l'ambiente diventa ancora più alpestre, e si perde la visuale della zona marina, e non sembra affatto di essere in una vallata marittima.

Sotto di noi il Torrente Lerone forma numerosi salti d'acqua e laghetti d'acqua cristallina, mentre la macchia mediterranea e i pini marittimi occupano tutta la fascia medio-bassa della catena montuosa.

Evitata la diramazione che a metà strada scende verso il corso d'acqua, si prosegue in piano fino al **Ponte Negrone** (185 m – 2h di cammino), posto nel punto di confluenza tra il Rio Leone e il Rio Negrone, i due affluenti che formano il Torrente Lerone. Qui troviamo numerosi laghetti e cascatelle raggiungibili con diversi sentierini.

Inizia ora il tratto più difficoltoso del percorso, dove guadagniamo 250 metri di quota in 1,5 Km, in uno degli ambienti più belli del Parco del Beigua.

Inizialmente imbocchiamo il Sentiero dell'Ingegnere, segnalato con una I rossa su campo bianco. Il nostro percorso si sviluppa quasi interamente sul crinale tra le due vallate, e abbandona quasi subito questo sentiero piuttosto tecnico. Proseguendo a destra si raggiungono altri luoghi affascinanti tra cui due speroni rocciosi di serpentino che incombono sulla vallata.

Si prosegue in salita con affascinanti panorami verso il Passo della Gava, tra la macchia mediterranea e i pini. Questo sentiero è stato recentemente recuperato dai volontari della Marcia Maremonti, per raggiungere il Rifugio Sambugu senza dover affrontare alcun guado.

Dopo una trentina di minuti in forte salita si giunge finalmente al **Rifugio Sambugu** (443 m), anche questo recentemente recuperato dal Parco del Beigua, normalmente aperto al pubblico, dove è possibile bivaccare per la notte. Dotato di una fonte d'acqua, è posto in una posizione davvero incantevole del parco: di fronte a noi i contrafforti rocciosi del Monte Argentea, circondati dal verde dei pini e della macchia mediterranea, mentre il mare appare sullo sfondo. Sembra di essere catapultati di colpo in una vallata alpina!

Scendiamo 50 metri a ritroso, e prendiamo a sinistra un sentiero che perde quota verso la parte alta della vallata del Rio Leone, fino ad arrivare al Passu du Figu, porta d'accesso al **Lagu da Tina** (336 m – 3h di cammino da Arenzano), raggiungibile tramite l'alveo del Rio Leone.

Riprendiamo il cammino sul versante opposto della vallata, lungo il Sentiero du Megu, prima in piano e poi in leggera salita tra gli arbusti. Giunti in località **Cianella** (414 m), troviamo un crocevia di sentieri: evitiamo le diramazioni per Ruggi e Passo Gua, mentre una volta raggiunta la strada sterrata proveniente dal Passo della Gava si evita la discesa verso Ponte Negrone, per procedere a sinistra sul nostro stradone.

Percorriamo ora un lungo tratto di sterrata in discesa verso valle, fino a trovare a sinistra la diramazione per Casa Vaccà, in salita su strada sterrata. Dopo una cisterna d'acqua il percorso si trasforma in sentiero tra gli arbusti, che dopo un tratto in leggera salita, torna poi a scendere in direzione del **Centro Ornitologico Vaccà** (415 m – 3h 45' di cammino), gestito dall'Ente Parco del Beigua.

Inizia così la discesa verso Arenzano, lungo un sentiero che si stacca a destra dell'ingresso del centro ornitologico, per giungere in località Agueta. Passiamo a fianco della Rocca Vaccà e di un ponte in pietra per l'acquedotto locale.

Raggiunta una strada sterrata si percorre un tratto della stessa fino al bivio per **Curlo** (285 m – 4h 15' di cammino). Prendiamo questa diramazione a sinistra che sale verso l'area pic-nic, crocevia di numerosi sentieri. Noi prendiamo un sentiero a gradoni che scende a sinistra dell'area ricreativa, e finisce in un bosco di lecci e arbusti.

Evitate due diramazioni a destra, il sentiero termina nei pressi della strada asfaltata che porta verso il centro di **Arenzano** (Via Costa Frati). Evitiamo tre derivazioni a sinistra, e seguiamo a scendere verso valle, con numerosi tornanti. Passiamo a fianco della Torre Saracena, e subito dopo il Santuario del Bambino Gesù di Praga, dove chiudiamo l'anello.

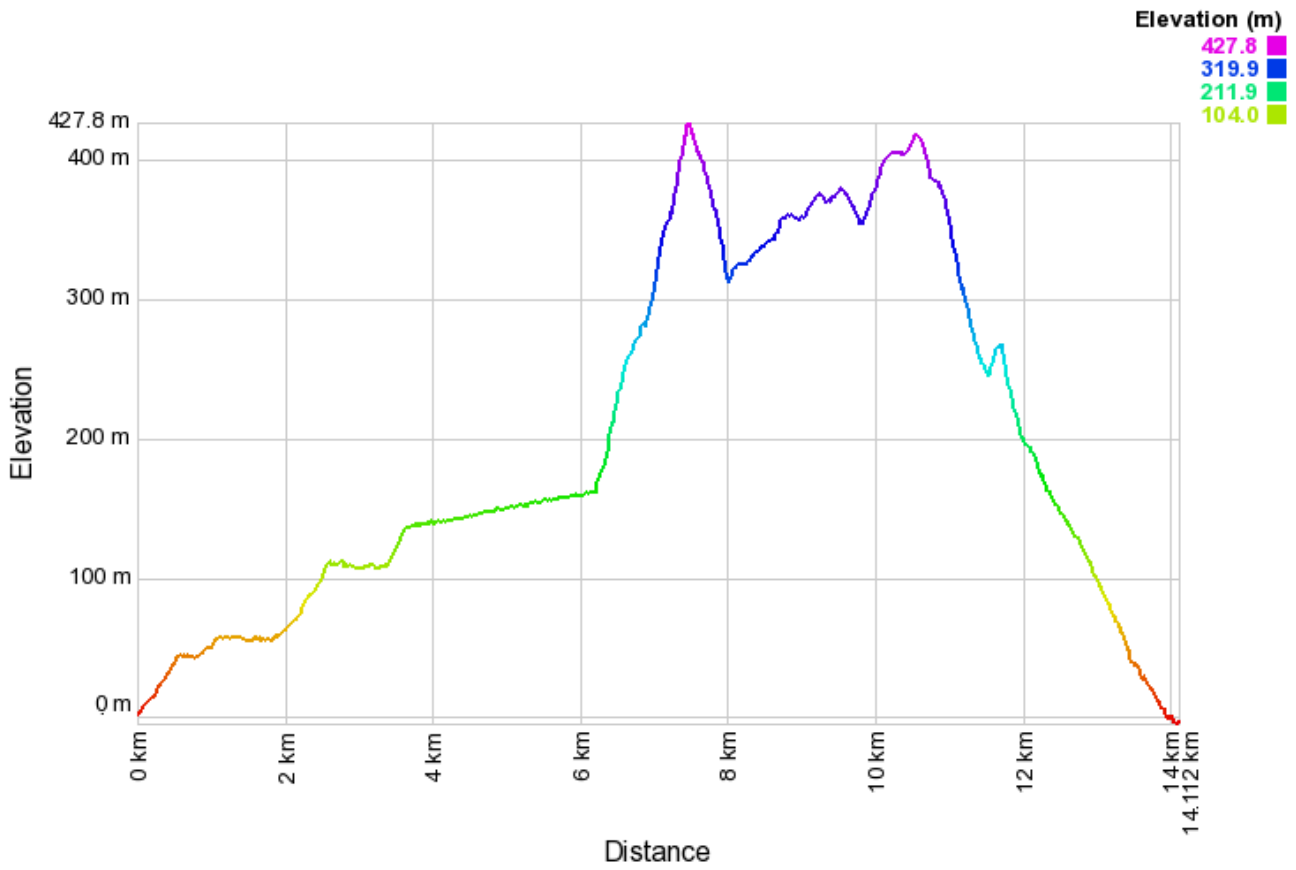
Si ritorna in centro, ripercorrendo lo stesso tracciato dell'andata.

Un consiglio: l'itinerario presenta numerose varianti che permettono di allungare o accorciare l'anello

Riferimento cartografico: carta FIE – EDM SV1 Arenzano, Cogoletto, Varazze e Parco del Beigua - scala 1:25.000 – carte VAL

Verifica itinerario: settembre 2016





© 2016 Marco Piana