

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

### L'entroterra di Arenzano e Cogoleto

Un percorso tra le frazioni interne dei due paesi



**Sviluppo:** Arenzano – Terralba – Lerca – Sciarborasca – Capieso – Cogoleto - Arenzano

**Dislivello:** 400 m - **Lunghezza:** 18,3 Km

**Difficoltà:** T/E

**Ore di marcia:** 5 h

**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

Questo percorso, proposto in varie edizioni della marcia internazionale Maremonti di Arenzano, è una lunga passeggiata tra Arenzano e Cogoleto, che interessa anche le frazioni a monte dei due abitati, come Terralba, Lerca, Sciarborasca e Capieso.

A metà tra un percorso turistico e un'escursione, l'itinerario non propone grossi dislivelli, ma si sviluppa in lunghezza, arrivando a sfiorare i 20 Km. Il tratto terminale sfrutta la pista ciclo-pedonale tra i due centri costieri, recentemente ampliata in questa porzione di territorio.

Partiamo dal centro di **Arenzano** (s.l.d.m.), dove ci dirigiamo verso la stazione ferroviaria, passando per Via Ghilini, che attraversa il salita il centro storico. Qui troviamo una miriade di negozi e strutture ricettive, in un ambiente piacevolmente animato.

Poco prima della scalinata terminale della via, prendiamo a sinistra una traversa (Via Capitan Romeo), che taglia verso Via Sauli Pallavicino, che imboccheremo per pochi metri in salita, fino a entrare nell'omonima villa. Passati davanti alla serra e dietro al castello, sede del municipio, ci portiamo verso l'uscita superiore del parco.

Svoltando successivamente a destra, usciamo dalla villa, attraversiamo un parcheggio e affianchiamo la piscina comunale. Al termine, giriamo a sinistra, e giungiamo di fronte alla

stazione ferroviaria. Da qui comincia l'itinerario vero e proprio, segnalato con due linee orizzontali rosse. Proseguiamo dritti, fino ad arrivare a una curva, dove prendiamo una scalinata che sale fino alla S.S. Aurelia.

Utilizzando un marciapiede, saliamo per circa 250 metri, fino a imboccare sulla destra Via Di Francia. Poche decine di metri e prendiamo sulla sinistra Via Terralba, che prosegue al successivo bivio verso sinistra. Questa strada ci accompagna verso la frazione a monte di Arenzano, passando tra le case e le vecchie mura del paese. Si prosegue dritti, fino a raggiungere una scalinata, che parte sulla sinistra e scavalca successivamente l'autostrada A10. Questa termina nei pressi della chiesa di S. Bartolomeo di Terralba, adiacente Via Marconi, la principale via di collegamento sulle alture di Arenzano. Girando a sinistra raggiungiamo il Museo Muvita, sede di manifestazioni culturali, e dell'Ente Parco del Beigua. Arrivati nel cuore di **Terralba** (75 m), all'altezza della successiva curva, scendiamo verso Via Castellin, vicoletto che ci fa scendere nella zona industriale della frazione arenzanese. Questo tratto poco prosaico, dal punto di vista paesaggistico, si attraversa abbastanza celermente, seguendo il nostro segnavia, e quelli della Maremonti (M gialle).

Dopo la scalinata giriamo a sinistra, passando per Via Pian Masino, che percorreremo per intero fino al successivo trivio, dove prendiamo a destra Via Val Lerone, che attraversa altri complessi industriali. Poco oltre prendiamo a sinistra un ponte che porta verso Via Bordin, dove proseguiamo a sinistra. Ancora 300 metri e finalmente usciamo dalla zona industriale, dove prendiamo sulla sinistra un sentierino che si trasforma in scalinata, convergente alla strada rotabile per Lerca.

Percorriamo un centinaio di metri della strada asfaltata, fino a prendere sulla sinistra una tipica mattonata ligure, che gradualmente sale verso l'abitato di Lerca.

Passiamo a fianco della Torre (XIV secolo), e di fronte alla Chiesa parrocchiale di S. Bernardo, nel cuore del paese di **Lerca** (106 m – 1h 30' di cammino).

Dalla piazzetta ci dirigiamo verso un vicoletto tra le case (Via Vignagrande), che termina nei pressi di un quadrivio: qui seguiamo dritti in salita, verso Via Poggio S. Anna. Dopo un tratto in forte salita, all'altezza di una curva prendiamo un sentiero che guadagna ulteriormente quota, fino ad arrivare ad una cappelletta. Qui prendiamo una stradina semi-asfaltata che raggiunge località Frexe, un agglomerato di case nuove, sul limitare di una pineta.

Proseguendo in direzione Cuniazzo, giungiamo al trivio in località Piana (190 m), dove tralasciamo i due sentieri a destra, per proseguire sul tracciato a sinistra, che diventa più avanti un sentiero (segnavia una M gialla).

Ci portiamo verso la parte più elevata del tracciato (234 m), dove si susseguono una serie di nuclei rurali, con vista su Sciarborasca (foto), tra cui Erxio, Bugiu, Campo del Prete e Marchetto di Lerca. Qui abbandoniamo la stradina rotabile di collegamento tra i vari paesi per imboccare un sentiero sulla destra, con gradoni in pietra, delimitato da una rete metallica, e contrassegnato col segnavia un rombo rosso vuoto.

Raggiunta la strada rotabile di collegamento tra Lerca e Sciarborasca, in località Montegrosso, possiamo dirigerci momentaneamente in direzione **Sciarborasca** (180 m – 2h 30' di cammino da Arenzano), prendendo a destra Via Arma, che raggiunge la piazza dove sorge la chiesa di S. Ermete.

Scendiamo poi lungo Via Calcagno, fino al bivio con la rotabile per Cogoleto. Torniamo indietro, in direzione Lerca, prendendo Via Falcone, che passa a fianco dell'area pic-nic del Parco del Beigua.

Ritornati in Via Arma, al bivio in località Montegrosso, ci dirigiamo ora in direzione Lerca, lungo Via al Piano, che passa a fianco di numerose villette. All'altezza di una curva prendiamo Via Ceola, che scende in direzione della costa verso località Schivà.

Superato il gruppo di case, prendiamo un sentiero che si stacca sulla destra, e dopo un tratto in trincea, si trasforma in un sentiero ampio tra i campi e i muretti a secco.

Il tracciato termina nei pressi di una strada rotabile, dove svoltiamo a sinistra, lungo Via Romana Sup., che converge dopo pochi metri in Via della Pace. Qui svoltiamo a sinistra, e subito dopo prendiamo a destra la Strada vicinale Chiappino.

Risaliamo di quota, sulle alture a ridosso di Cogoleto, fino a toccare quota 215 metri. Evitiamo la diramazione che scende verso un campeggio e proseguiamo lungo Via Pissarotta superiore. Iniziamo successivamente a scendere, fino a raggiungere l'ultima casa dove la rotabile arriva. Da qui scendiamo in direzione sud, prendendo un sentiero che si stacca a sinistra di un cancello. Questa via pedonale porta alla sottostante Via Pissarotta inferiore, che dopo un tratto in mezzo al bosco, ci porta all'abitato di **Capieso** (115 m – 3h 45' di cammino). Si tratta di un quartiere residenziale, a due passi da Cogoleto, che accosteremo sul versante sud, procedendo lungo la strada rotabile di collegamento con la costa.

All'altezza di una curva prendiamo una via pedonale che taglia la strada rotabile, sovrappassa l'autostrada A10, e scende dritta verso il centro di **Cogoleto** (s.l.d.m. - 4h 15' di cammino). Poco prima di giungere sull'Aurelia, deviamo a sinistra, verso i vicini Giardini dell'Arte, un polmone verde a due passi dal mare, con un pergolato che ci accompagna dolcemente verso la strada di grande comunicazione, e l'adiacente Pista Ciclabile.

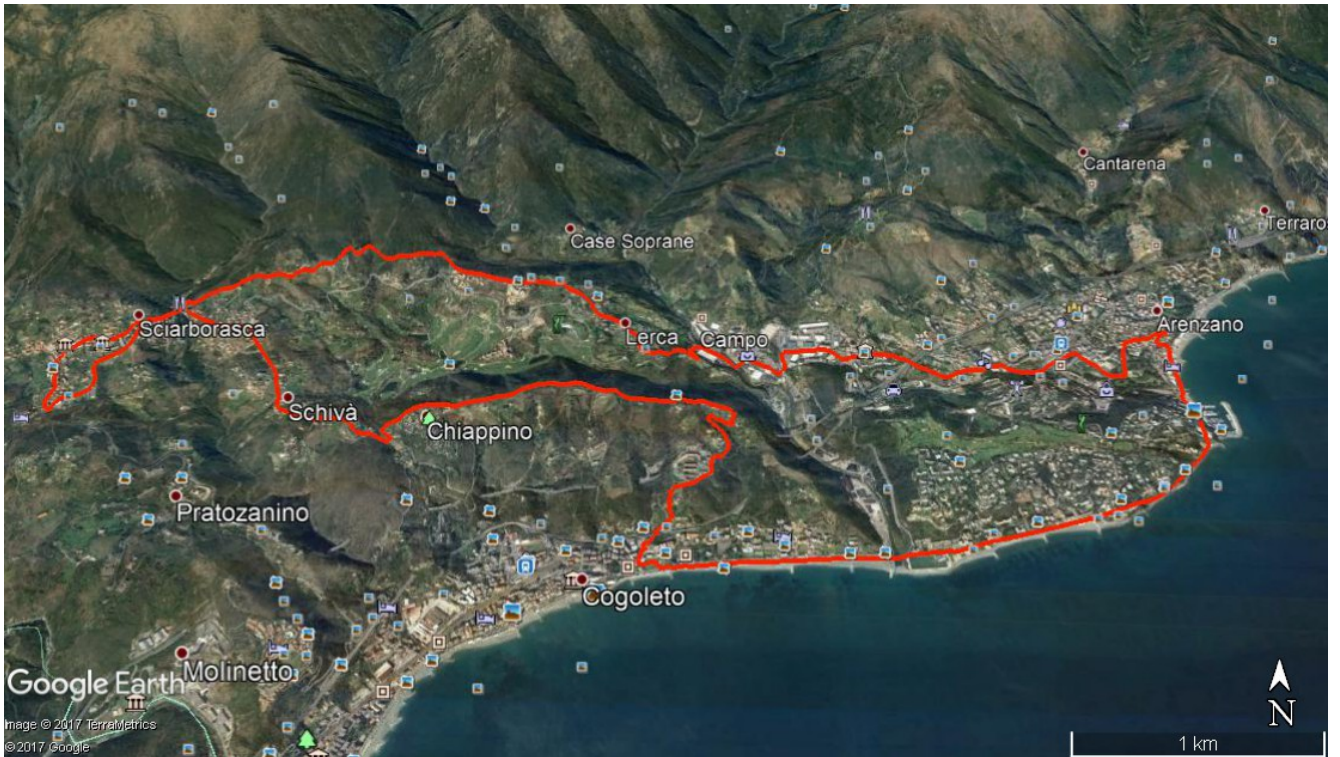
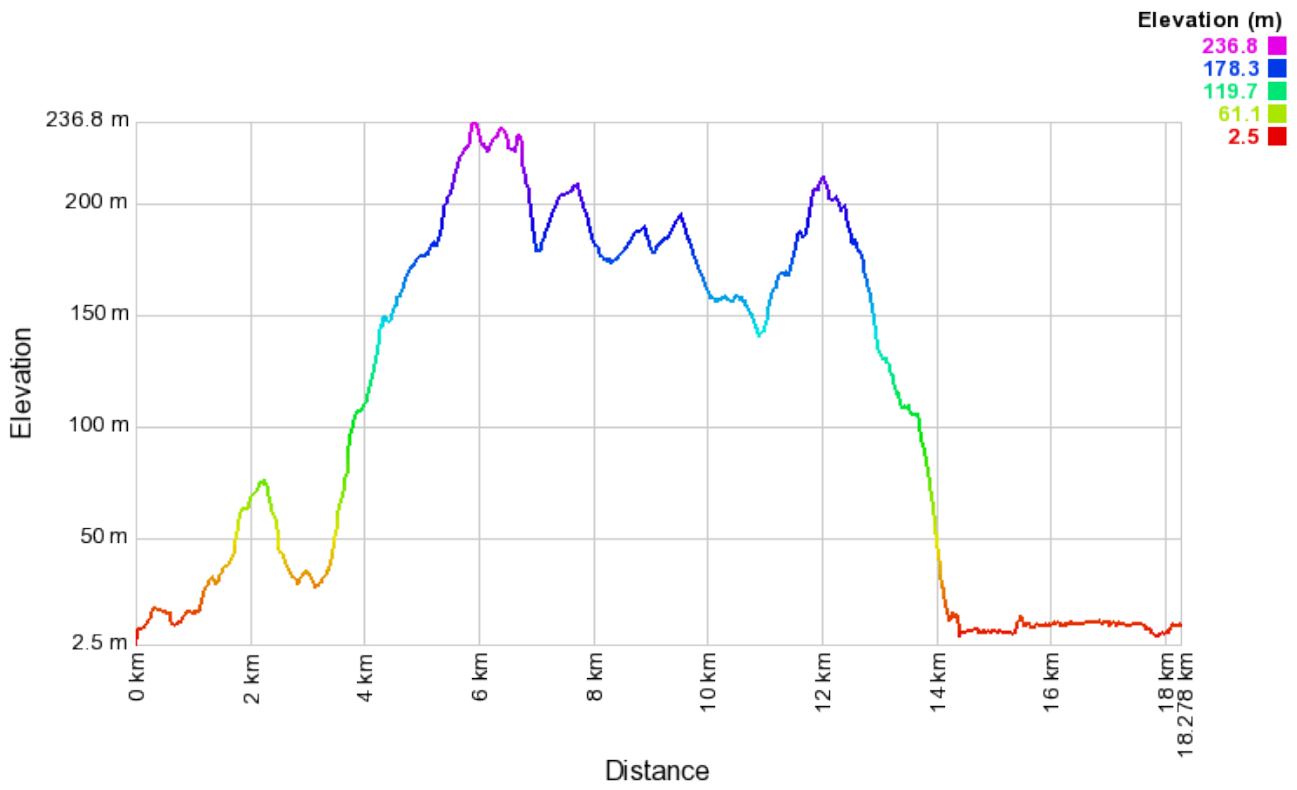
Per ritornare ad **Arenzano** basterà percorrere i rimanenti 4 Km di distanza, utilizzando la stessa pista ciclo-pedonale, adiacente la linea di costa, in circa 45' di cammino.

**Un consiglio:** le singole frazioni sono raggiungibili da bus di linea provenienti dalla costa, per cui l'itinerario è frazionabile in più parti, in caso di pioggia

**Riferimento cartografico:** carta EDM/FIE N°1 "Arenzano, Cogoleto, Varazze, Parco del Beigua" scala 1:25.000 – carta VAL

**Verifica itinerario:** settembre 2017





© 2017 Marco Piana