

Sui sentieri dell'Alta Via dei Monti Liguri

Itinerario 9 - Dal Passo di Prale al Colle di Nava



Dislivello: 325 m in discesa

Difficoltà: E – **Lunghezza:** 5,1 Km

Ore di marcia: 4.00 (A/R)

Periodi consigliati: tutto l'anno (escluse le giornate di nebbia intensa)

Accesso: da Albenga (casello A10) seguiamo la provinciale per Garessio fino a Martinetto, dove si prende la strada per Caprauna e l'omonimo passo; da Ceva (casello A6) si segue la provinciale della Val Tanaro fino a Ormea, dove superata quest'ultima, si sale a Prale e all'omonimo passo.

Il tratto di AVML qui proposto, è una traversata della dislivellate tra Tanaro e Arroscia, tra le province di Cuneo e Imperia.

Nonostante le quote relativamente modeste (1000 –1200 m), ci troviamo al limite della zona alpina, con formazioni di bosco misto alternate a folte pinete e abetaie. Non mancano alcuni esemplari di larice, e alcune zone prative, dove fioriscono molte essenze naturali quali la lavanda.

Il percorso si sviluppa quasi interamente su strade sterrate o asfaltate, a bassa densità di traffico, con notevoli spunti panoramici sulle vette più alte delle Alpi Liguri (Mongioie, Pizzo d'Ormea, etc..), e sulla sottostante valle Arroscia, dal Saccarello fin quasi al mare.

Dal **Passo di Prale** (1258 m), scendiamo lungo una strada sterrata in direzione ovest, tra zone prative e rada vegetazione. Si vede quasi per intero lo sviluppo della stradina fino a Nava, quasi tutta lungo il versante marittimo.

Dopo mezz'ora di cammino incontriamo il primo avvallamento, il **Bocchino di Semola** (1103 m), dove parte un sentiero per il sovrastante **Monte Ariolo** (1223 m), una vetta panoramica concatenata alla vicina Rocca Ferraia, dall'inconfondibile forma dirupata verso settentrione.

L'ascesa e la successiva discesa verso ovest, possono essere considerate una variante alta dell'AVML, che si ricongiunge al successivo **Colle di S. Bernardo d'Armo** (1062 m).

Nella variante bassa invece, si segue ancora lo sterrato fino a incontrare uno stradone ancora più grosso che prosegue per il passo prima citato.

Sul colle è presente una chiesetta, un'area pic-nic e un vasto prato (foto).

Si scende ora in modo più netto verso il **Col di Nava** (934 m), sull'ampio sterrato che compie un tornante e diverse curve tra pini, abeti e larici.

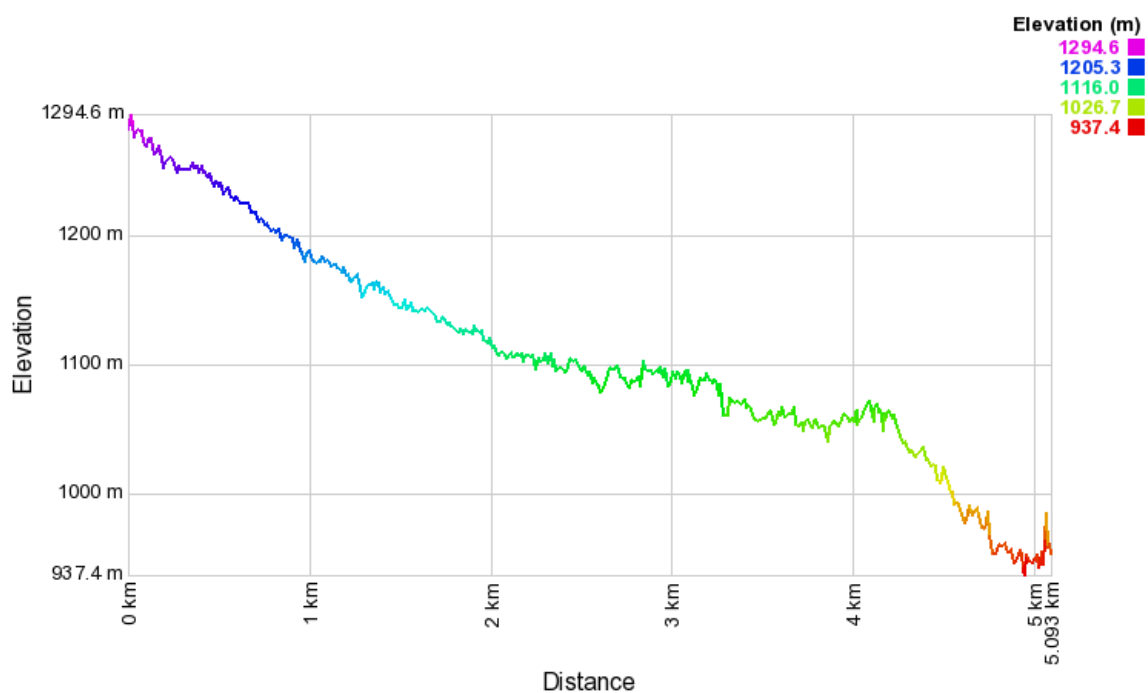
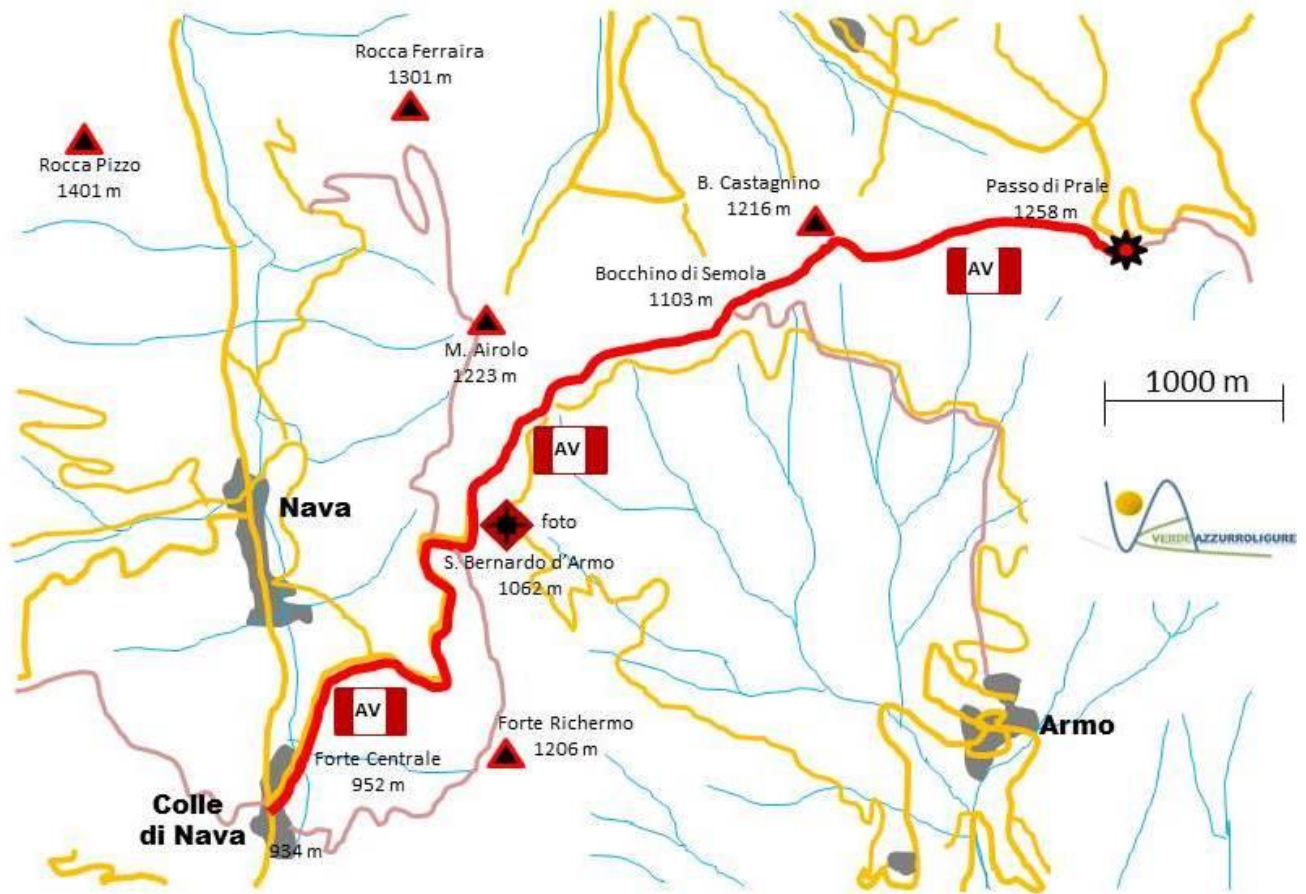
Superata una fonte, la discesa si fa più marcata fino a raggiungere l'abitato di Nava, dove superate diverse villette si arriva all'ampio piazzale del valico (bar, ristorante, alloggi, negozi, bus).

Il ritorno al Passo di Prale avviene per lo stesso itinerario dell'andata.

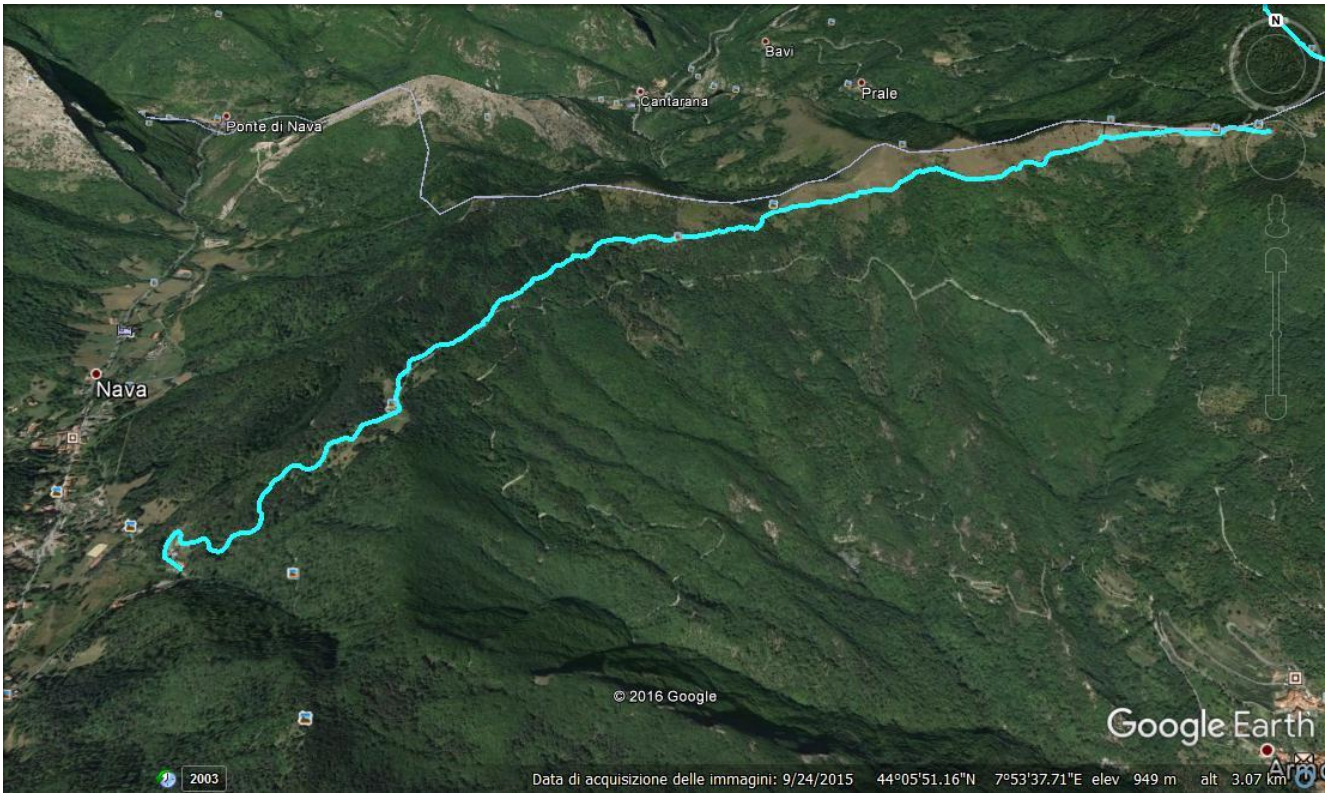
Un consiglio: la zona è ricca di lavanda selvatica, commercializzata sotto varie forme (saponette, doccia schiuma, profumi, etc..) in alcuni esercizi commerciali di Col di Nava.

Riferimento cartografico: carta "Sentieri della provincia di Imperia" – scala 1:50.000 - carta n° 106/107 Multigraphic scala 1:25.000 – Volume "Alta Via dei Monti Liguri" (C.S. Unioncamere) – carta VAL

Verifica itinerario: 20 giugno 2003



created by GPSTracker.com



© Marco Piana 2017