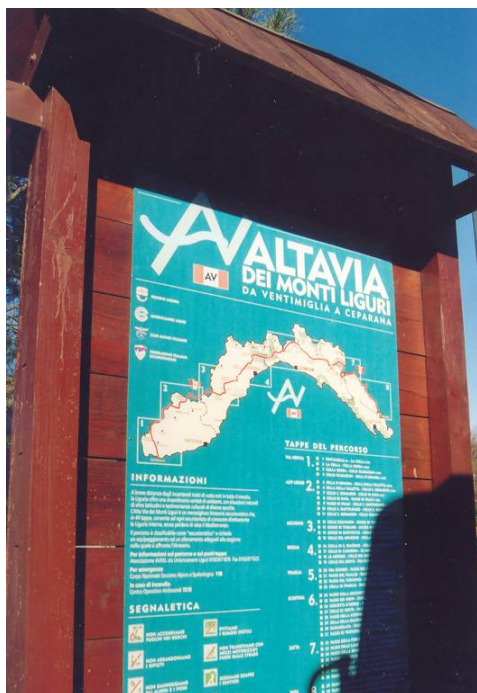


Sui sentieri dell'Alta Via dei Monti Liguri

Itinerario 35 - Da Genicciola a Bolano e Ceparana



Dislivello: 600 m in salita e 60 m in discesa

Difficoltà: E

Ore di marcia: 2.15 / 2.45 h

Periodi consigliati: tutto l'anno

Accesso: in auto, si esce al casello di S.Stefano M. (A12), si supera il paese fino ad arrivare alla stazione FS di Bettola. Qui si gira in direzione Ceparana. Lasciamo la macchina nei pressi del capolinea degli autobus, e prendiamo la corriera per Genicciola – Bruscarolo. Ceparana è inoltre raggiungibile da La Spezia, con bus della linea ATC.

L'ultima tappa dell'AVML è un vero e proprio tuffo dalla natura alla civiltà, e proprio per tale motivo il tratto finale è di difficile individuazione, con edifici nuovi o ristrutturati che hanno cancellato molte tracce del segnavia.

Un consiglio su tutti, può essere quello di effettuare la discesa verso Bolano, e di raggiungere Ceparana sulla strada asfaltata (poco trafficata), che collega i due centri.

Il terminale di tappa è stato individuato in Ceparana, in quanto punto di confluenza tra i fiumi Vara e Magra, a due passi dal comune più orientale della Liguria: Sarzana.

Da **Genicciola** (450 m), si sale fino ad arrivare al bivio per Bruscarolo. Si prosegue in direzione di Novegigola, per diverse centinaia di metri fino a giungere al **Valico dei Solini** (575 m), dove ritroviamo il segnavia AV.

Saliamo sulla sterrata che procede tra gli alberi in direzione SW. La strada si mantiene successivamente in piano.

Alcuni tratti su bosco, si alternano ad altri con visuale aperta sul tratto terminale della Val di Vara.

Superato il **Monte Grosso** (597 m), si scende in maniera decisa verso sud, con il fondovalle che si avvicina sempre di più. In questo tratto troviamo il percorso-vita del Monte Grosso, con diverse strutture utili per effettuare degli esercizi ginnici.

Giunti ad uno slargo, abbandoniamo le labili tracce dell'AV, per utilizzare un sentierino che scende tra i pini e i castagni verso **Bolano** (300 m).

Si giunge in paese all'altezza di una fermata ATC per Ceparana.

Attraversiamo ora il paese, passando per la strada pedonale che parte dal municipio, e scende tra le case in pietra del borgo, fino alla sottostante strada per Ceparana. Incrociata la rotabile, la seguiamo per tutta la sua lunghezza, passando attraverso le piccole frazioni di Bolano.

La strada termina nei pressi del centro storico di **Ceparana** (25 m). Raggiunta la strada provinciale, procediamo sulla stessa in direzione sud, fino a ritrovare il capolinea delle corriere. Termina così, dopo 440 Km di percorso, l'AVML. Ventimiglia da questo paese appare come una città lontanissima dall'altra parte della regione. Unico elemento che accomuna i due agglomerati urbani è il cartello illustrativo delle tappe del percorso, che a Ceparana è posto proprio nel piazzale del capolinea delle corriere. Scorrendo l'elenco delle tappe, non può che venire in mente tutti gli ambienti, i panorami e le attrattive viste lungo il percorso.

La sensazione che si prova nell'aver percorso l'intero itinerario (a tappe o continuativamente), è quella di aver abbracciato l'intera Liguria, dai confini con la Francia a quelli con la Toscana, passando attraverso la sua spina dorsale, la sua anima più bella e selvaggia.

Un consiglio: il tratto Bolano – Cepearana è scarsamente segnalato a causa delle numerose modifiche apportate dalla costruzione di nuovi edifici, che hanno stravolto il tracciato. Si consiglia di anticipare l'arrivo a Bolano.

Riferimento cartografico: carta della Comunità Montana Media e Bassa Val di Vara scala 1:25.000 – Volume “Alta Via dei Monti Liguri” (C.S. Unioncamere) – carta VAL

Verifica itinerario: 17 gennaio 2004

