



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 17 GENNAIO

IL GROPPO ROSSO E LA FORESTA DELLA RONCALLA - POLENTA IN RIFUGIO

Da Rocca d'Aveto raggiungiamo tra boschi e radure innevate la sommità del Groppo Rosso, inconfondibile vetta dalla forma curiosa, che offre uno splendido panorama sul comprensorio di S. Stefano. L'escursione prosegue nella vasta e fitta faggeta della Roncalla, immersa nella penombra invernale.

La conca innevata di Prato Cipolla e i monoliti rocciosi che la circondano ci accompagneranno lungo il rientro.

- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 10.00 c/o lo IAT di S. Stefano d'Aveto
- ore di marcia effettiva 4.00 circa
- abbigliamento da trekking invernale con bastoncini e ciaspole
- per pranzo, sosta al Rifugio della Cipolla, con possibilità di polenta (con formaggio, funghi o salsiccia) + bicchiere di vino o bottiglietta d'acqua a euro 6
- dislivello in salita: 500 metri circa (escursione di medio impegno)
- rientro previsto entro le ore 17.00 circa
- spostamenti con mezzi propri



Salendo al Groppo Rosso

La quota di partecipazione alle escursioni è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso:

*UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto, tel. **0185 – 88046***

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

*Per ulteriori informazioni, tel. **349 6446635** (Guida)*

Su Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99

In caso di assenza di neve l'escursione si svolgerà comunque, senza l'utilizzo di ciaspole.



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 31 GENNAIO 2016

L'ANELLO DELLA "NAVE"

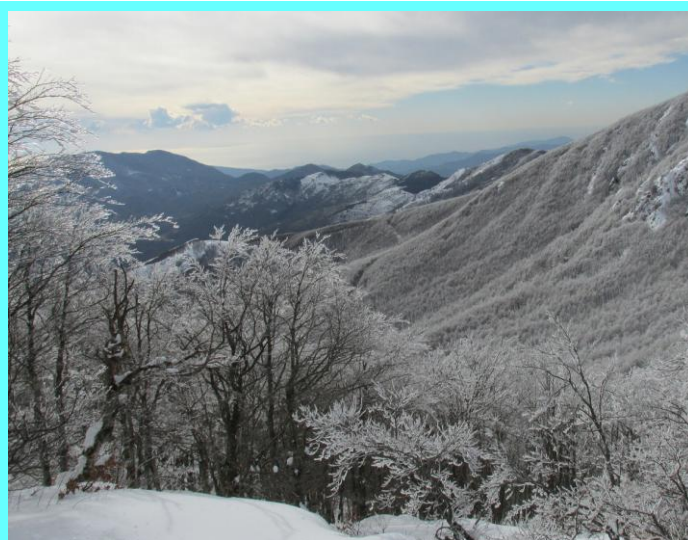
UN ANTICO LUOGO MAGICO

Con partenza dalla Casermetta del Penna (1392 m) si percorre un piacevole tratto della pista di sci di fondo della foresta demaniale fino al Passo del Chiodo (1457 m) e da qui alla base del Pennino, attraverso l'affascinante percorso della "conca della Nave", grande avvallamento erboso a forma di scafo sovrastato da belle pareti rocciose. Esiste al riguardo una lunga serie di storie e leggende misteriose: alcune di esse ci narrano della "Nave" come della casa dello stesso dio Pen e delle sua schiera di elfi, folletti e fate. In ogni caso il luogo pare sorgere dalle fiabe e suscita in chi vi si addentra l'arcano sentore di elementi surreali. Sarà l'occasione per vivere, in uno splendido ambiente naturale, la parallela dimensione del soprannaturale.

- appuntamento con la Guida alle ore 10.00 presso la Casermetta del Penna
- scarponi e abbigliamento invernale da trekking, bastoncini; ciaspole in caso di innevamento abbondante, reperibili a noleggio in paese.
- escursione di media difficoltà, ore di cammino 4 circa
- dislivello in salita di m 350 circa
- rientro previsto verso le ore 16.30 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



CIASPOLE!



NEVE IN VAL D'AVETO

La quota di partecipazione all'escursione è di 10 euro; gratuita per bambini di età inferiore ai 12 anni

Info: IAT S. Stefano d'Aveto: **tel. 0185 - 88046**

oppure alla Guida Ambientale Guglielmo, **tel. 347 3929891**

iscrizioni: entro le ore 17 di sabato 30/01 allo IAT od alla Guida

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



SABATO 13 FEBBRAIO

IL LAGO NERO GHIACCIATO

SELVAGGIO ED INCONTAMINATO

Da Rocca d'Aveto (1281 m) ci dirigiamo inizialmente verso il Groppo Rosso (1593 m) proseguendo quindi per il Rifugio ASTASS ed il Passo della Roncalla (1683 m). Da qui, attraverso la Fontana Gelata giungiamo al Lago Nero, tra faggi e sorbi montani.

Di fronte a noi la vetta del Monte Nero, ricoperto da alcuni abeti bianchi autoctoni e da molti esemplari di pino mugo, un relitto glaciale qui piuttosto abbondante, ma molto raro in altre zone dell'Appennino. L'escursione, in un ambiente selvaggio ed incontaminato, rappresenta un bel modo per festeggiare la ricorrenza degli Innamorati...

- appuntamento con la Guida alle ore 09.30 presso lo IAT di Santo Stefano d'Aveto
- scarponi e abbigliamento invernale da trekking, bastoncini; ciaspole in caso di innevamento abbondante, reperibili a noleggio in paese.
- escursione di media difficoltà, ore di cammino 4 circa
- dislivello in salita di m 500 circa
- rientro previsto verso le ore 16.00 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



CON LE CIASPOLE VERSO IL LAGO NERO



LAGO NERO

La quota di partecipazione all'escursione è di 10 euro; gratuita per bambini di età inferiore ai 12 anni

Info: IAT S. Stefano d'Aveto: **tel. 0185 - 88046**

oppure alla Guida Ambientale Guglielmo, **tel. 347 3929891**

iscrizioni: entro le ore 17 del 12/02 allo IAT od alla Guida

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



SABATO 13 FEBBRAIO

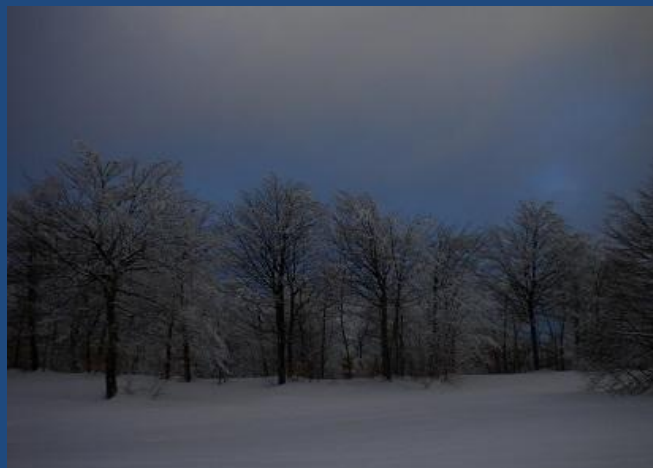
RIFUGIO CIPOLLA (m 1550)

CENA DI SAN VALENTINO

e BREVE ESCURSIONE SOTTO LE STELLE

Un modo un po' diverso per festeggiare San Valentino, la Ricorrenza degli Innamorati! Inizialmente, partendo dal Prato della Cipolla una breve escursione sotto le stelle nella Foresta della Roncalla verso il Groppo Rosso (1593 m,) per tornare al Rifugio Cipolla per la cena. Qui, con un gustoso menu e buona compagnia festeggeremo la Ricorrenza. Dopo cena, il ritorno con divertente discesa, speriamo immersi in un'abbondante manto nevoso, fino a Rocca D'Aveto.

- salita, in maniera autonoma, al rifugio della Cipolla (si ricorda che l'ultima corsa della seggiovia parte da Rocca d'Aveto alle 16.15);
- appuntamento con la Guida alle ore 17.30 presso il rifugio;
- scarponi e abbigliamento invernale da trekking, bastoncini; ciaspole in caso di innevamento abbondante, reperibili a noleggio in paese; torcia elettrica.
- escursione di lieve difficoltà, su terreno sostanzialmente pianeggiante; ore di cammino 2 circa.
- ore 19.30 circa cena in rifugio; per info sul menu chiamare Mirella tel. 3471202195
- partenza dal rifugio verso le ore 21.30 circa, con arrivo a Rocca d'Aveto verso le 23.00
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>).



PRATO CIPOLLA ALL'IMBRUNIRE



VERSO IL GROPPA ROSSO CON LE CIASPOLE

La quota di partecipazione all' escursione e alla cena, comprensiva di salita in seggiovia, è di 22 euro (di 18 euro per chi non utilizza la seggiovia); per bambini di età inferiore ai 12 anni sconto del 50%; per chi va anche in gita al lago Nero e non utilizza la seggiovia sconto di euro 5
Info: IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046** oppure alla Guida Ambientale Guglielmo, **tel. 347 3929891. Iscrizioni:** entro le ore 20.00 del 11 Febbraio a Mirella **tel 347 1202195** (si richiede il raggiungimento di almeno 20 persone)

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione: a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



DOMENICA 14 FEBBRAIO

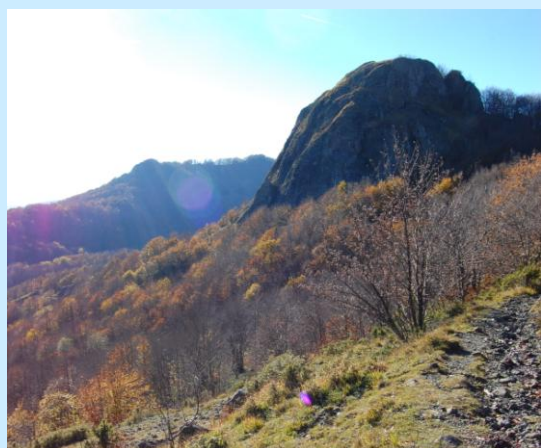
PASSO DI FREGAROLO - PENDICI DEL GIFARCO

MONTE ROCCABRUNA

Indimenticabile percorso di crinale sullo spartiacque fra Aveto e Trebbia, che ci regala magnifiche vedute su entrambe le valli e su tutte le montagne circostanti, a perdita d'occhio, con le Alpi in lontananza e dall'altra parte il mare!

Dal Valico di Fregarolo (1203 m.) ci immettiamo sul sentiero di crinale, che separa le due valli, in una rada faggeta ricca di panorami. In breve raggiungiamo le pendici del monte Gifarco, cima rocciosa non praticabile con le ciaspole ma assai pittoresca dal nostro percorso, per proseguire ancora lungo il crinale verso la vetta del monte Roccabruna (1418 m.). Se le condizioni della neve saranno favorevoli, saliremo in cima per goderci ampio panorama a 360°. Ritorno lungo lo stesso percorso...ma con vista opposta!

- appuntamento con la Guida alle ore 10.00 al passo di Fregarolo (dopo Cabanne girare a sin verso Fontanigorda)
- ore di marcia effettiva 4.00 circa
- scarponi pesanti e abbigliamento invernale da trekking; in caso di neve ciaspole e bastoncini
- pranzo al sacco, meglio con thermos caldo
- escursione di interesse naturalistico e panoramico, di media difficoltà
- dislivello in salita di m 250 circa
- rientro previsto verso le ore 16.30 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o dalla Riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



Quota di partecipazione: euro 10; escursione gratuita per bambini di età inferiore ai 12 anni; prenotazione obbligatoria entro le ore 17 del giorno precedente l'escursione presso Ufficio IAT di S. Stefano d'Aveto tel. 0185 88046; Guida Ambientale Laura 339 6057961; sito: www.comune.santostefanodaveto.ge.it E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>
Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99

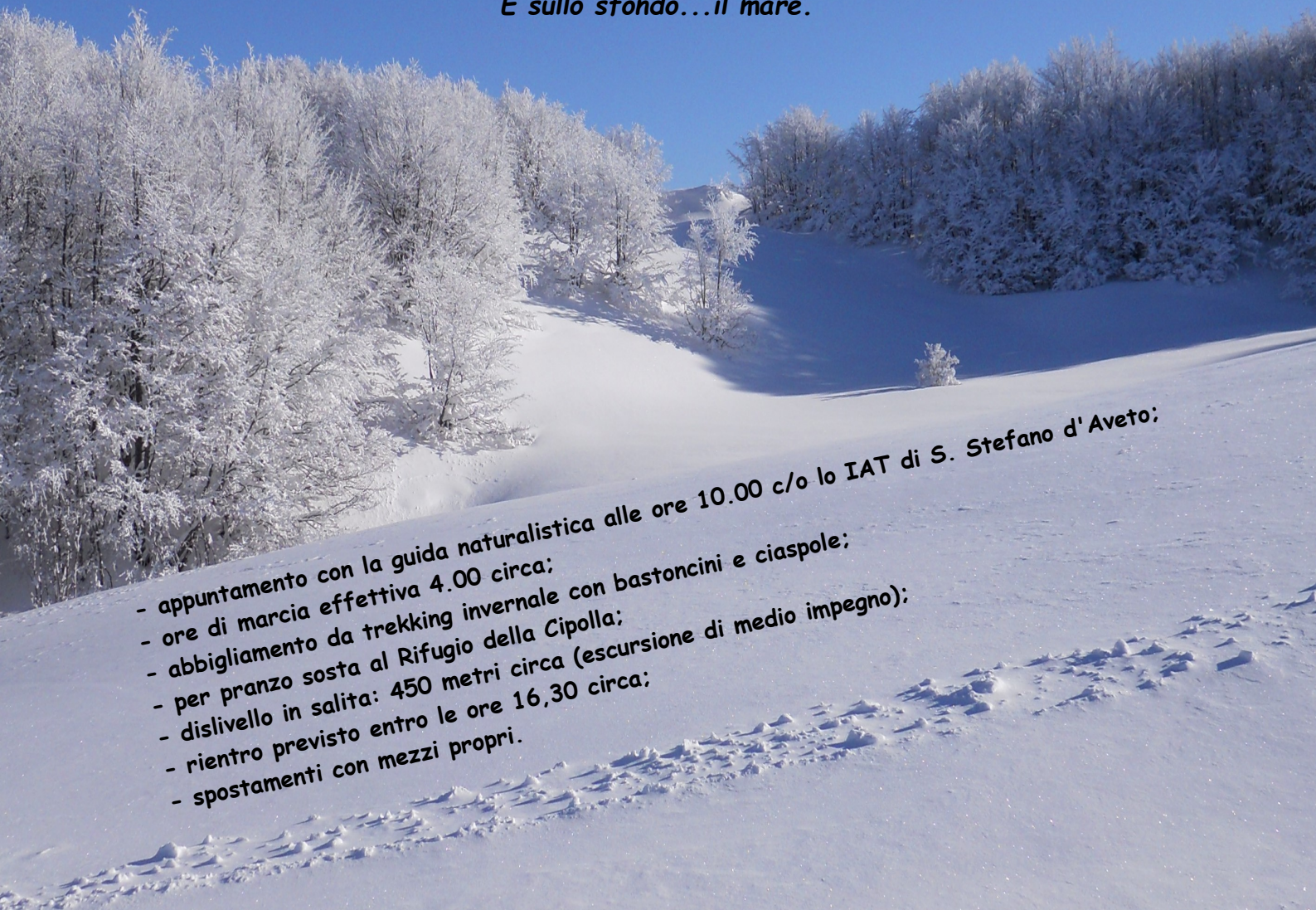


MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

Domenica 28 Febbraio

Il Grande Giro delle Cime di S. Stefano

Il crinale che domina la conca di S. Stefano offre le sommità più elevate della provincia di Genova: disposte tra i passi Tomarło e Crociglia, incontriamo i monti Croce Martincano, Picchetto, Rocca del Prete, Maggiorasca, Bue e Groppo delle Ali. Caratterizzano la dorsale i torrioni e le pareti rocciose da un versante e la fitta faggeta appenninica dall'altro. L'escursione si snoda lungo questo singolare altopiano montuoso, ora ricoperto di neve. E sullo sfondo...il mare.



- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 10.00 c/o lo IAT di S. Stefano d'Aveto;
- ore di marcia effettiva 4.00 circa;
- abbigliamento da trekking invernale con bastoncini e ciaspole;
- per pranzo sosta al Rifugio della Cipolla;
- dislivello in salita: 450 metri circa (escursione di medio impegno);
- rientro previsto entro le ore 16,30 circa;
- spostamenti con mezzi propri.

La quota di partecipazione alle escursioni di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso: UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto, tel. 0185 88046

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Per ulteriori informazioni, tel. 349 6446635 (Guida)

Su Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99

In caso di assenza di neve l'escursione si svolgerà comunque, senza l'utilizzo di ciaspole.



DOMENICA 13 MARZO

PANORAMA SULLA CONCA TRIBOLATA

GROPPO ROSSO (1593 m) - POLENTA ALLA CIPOLLA

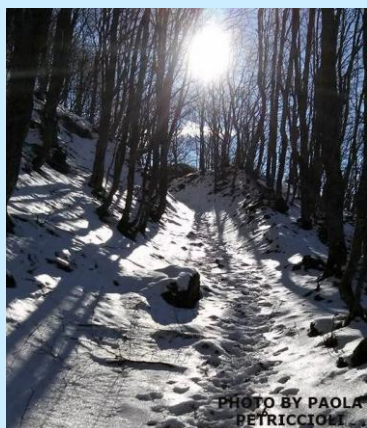
Breve ma indimenticabile percorso che ci conduce presso due delle più suggestive "emergenze naturalistiche" dell'Alta Val d'Aveto.

Partiremo da Rocca d'Aveto (m 1281), dirigendoci verso la conca Tribolata, su cui ci affacceremo senza scendere: spettacolare, quasi lunare, il paesaggio costituito da pinnacoli e guglie disposti in modo molto caotico! Tale ambiente venne creato da un'enorme massa rocciosa, staccatasi dalla parete della Ciapa Liscia e franata lungo il versante in più riprese. L'antico paese di Torrio, interessato dal fenomeno, fu abbandonato e ricostruito diverse volte.

Poi risaliremo, raggiungendo il Groppo Rosso, bella e singolare montagna che spicca sopra S. Stefano per la mole massiccia e articolata e per le tre cime e l'antecima (il "Birillo").

Una gustosa polenta ci aspetterà al Rifugio Prato della Cipolla, prima della discesa.

- appuntamento con la Guida alle ore 9.30 davanti allo IAT di S. Stefano d'Aveto
- ore di marcia effettiva 4.00 circa
- scarponi e abbigliamento invernale da trekking; in caso di neve ciaspole e bastoncini, reperibili a noleggio in paese
- per pranzo sosta al rifugio della Cipolla, possibilità di polenta (con formaggio, funghi o salsiccia)+ bicchiere di vino o bottiglietta d'acqua a euro 6
- escursione di interesse naturalistico, geologico e panoramico, di media difficoltà
- dislivello in salita di m 400 circa
- rientro previsto verso le ore 16.30 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o dalla Riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



Quota di partecipazione: euro 10; escursione gratuita per bambini di età inferiore ai 12 anni; prenotazione obbligatoria entro le ore 17 del giorno precedente l'escursione presso Ufficio IAT di S. Stefano d'Aveto tel. 0185 88046; Guida Ambientale Laura 339 6057961; sito:

www.comune.santostefanodaveto.ge.it E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



LUNEDI' 28 MARZO

L'Anello del CANTOMORO:

il laboratorio geologico del parco

Per il giorno di Pasquetta una lunga escursione, assai appagante, con possibile puntata sulla cima dell'Aiona. Si tratta del "Percorso Ofiolitico", uno dei suggestivi "Sentieri Natura" del Parco.

Le rocce che incontriamo lungo il tragitto ci raccontano della divergenza e successiva convergenza di placche continentali, dell'apertura di un antico bacino oceanico seguita dalla collisione di rocce che hanno generato la catena alpina. Insomma, una storia appassionante che ci farà capire l'apparente paradosso secondo cui l'Aveto ebbe origine dal fondo di un antico mare, nonché il significato di termini astrusi come peridotiti, serpentiniti, ofioliti....

- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 09.30 presso la Casermetta del Penna.
- scarponi e abbigliamento invernale da trekking, bastoncini; ciaspole in caso di innevamento,, reperibili a noleggio in paese.
- escursione di media difficoltà, pranzo al sacco, ore di cammino: 5 circa
- dislivello in salita di m 380 circa
- rientro previsto verso le ore 16.30 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



Quota di partecipazione all'escursione: 10 euro; gratuita per bambini di età inferiore ai 12 anni

Info : IAT S. Stefano d'Aveto: **tel. 0185 - 88046**

oppure alla Guida Ambientale Guglielmo, **tel. 347 3929891**

Iscrizione: obbligatoria entro le ore 17 del sabato precedente c/o lo IAT od alla Guida

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99.

In caso di assenza di neve l'escursione si svolgerà comunque, senza le ciaspole.



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

Domenica 10 Aprile

Il Monte Trevine e i pregi naturalistici del Monte Penna: il risveglio dopo l'inverno

La Primavera nel profondo entroterra appenninico si affaccia timidamente... il comprensorio del Monte Penna durante questa stagione di passaggio dallo scioglimento delle nevi ai classici colori della Foresta demaniale custodisce insoliti paesaggi tardo-invernali e curiosi aspetti naturalistici.

Nel corso dell'escursione visitiamo il Laghetto del Penna, la curiosa conca della Nave e la sommità del Monte Trevine.

- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 09.30 presso la Casermetta del Penna.
- scarponi e abbigliamento invernale da trekking, utili i bastoncini;
- escursione di media difficoltà, pranzo al sacco, ore di cammino: 3 circa
- dislivello in salita di m 300 circa
- rientro previsto verso le ore 16.30 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



Il Laghetto del Penna al risveglio dopo l'inverno



Rana temporaria al risveglio

La quota di partecipazione all' escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**
 Guida Ambientale: Andrea tel. **349 6446635**
 sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it
 mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it
 su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>
 Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



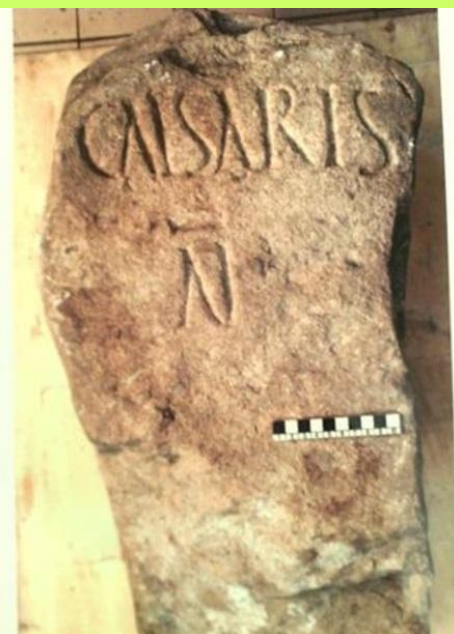
SABATO 30 APRILE 2016

IL MONTE RAMACETO DAL RIFUGIO DI VENTAROLA

Si percorre l'Anello del Ramaceto, uno dei Sentieri Natura del Parco. Ventarola era un borgo situato lungo una delle direttrici storiche per il commercio tra la costa e l'entroterra e per la transumanza. Lungo il percorso si osservano chiari esempi di come in un recente passato (anni '50 e '60 del '900) siano stati compiuti grossolani errori da un punto di vista vegetazionale: l'introduzione di troppe piante esotiche (come l'Abete di Douglas), i troppo fitti rimboschimenti ad Abete bianco, con evidente sofferenza del sottobosco, praticamente assente, la dissennata ceduzione dei faggi, che ha quasi azzerato la presenza di alberi dai grandi tronchi colonnari.

Un' interessante novità riguardante il Ramaceto è il recente ritrovamento di un cippo di confine, risalente al II secolo d.C., tra un latifondo dell'imperatore ed uno forse appartenuto a Genova cui, in epoca imperiale, era sottoposta la Riviera di Levante.

- appuntamento con la Guida alle ore 09.30 davanti al Rifugio di Ventarola
- ore di marcia effettiva 4.30 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini) / - pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico e panoramico, di media difficoltà
- dislivello in salita di m 540 circa / - rientro previsto verso le ore 16.30 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



La quota di partecipazione all' escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto (**0185 88046**) oppure alla guida ambientale Guglielmo (**347 3929891**) - **Sito web:** www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



DOMENICA 15 MAGGIO 2016

CONCA TRIBOLATA e GROPPPO ROSSO

Percorso ricco di emergenze di natura prevalentemente geologica.

La Conca Tribolata è un ambiente suggestivo, quasi fiabesco, fatto di massi, pinnacoli, guglie e monoliti disposti in modo caotico, come a creare una scenografia drammatica. Le rocce si sono staccate dalla cosiddetta "Ciapa Liscia", la parete settentrionale del Monte Roncalla con un enorme movimento franoso, ancora attivo, che ha coinvolto, in tempi più recenti, anche il sottostante paese di Torrio. Passeremo poi sul contrafforte meridionale del Monte Roncalla, dalle forme dolci e morbide e dall'abbondante e ricca fioritura, per finire sul Groppo Rosso, splendida montagna i cui torrioni basaltici sovrastano l'abitato di Santo Stefano d'Aveto. Proprio su questa montagna è particolarmente evidente la presenza delle ofioliti e delle serpentiniti, le cosiddette "rocce verdi".

- appuntamento con la Guida alle ore 09.30 davanti allo I.A.T. di Santo Stefano d'Aveto.
- ore di marcia 4.30 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini) / - pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico e panoramico, di media difficoltà
- dislivello in salita di m 450 / - rientro previsto verso le ore 16.30
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



La Conca Tribolata dal Monte Crociglia

La Conca Tribolata ➡

La quota di partecipazione all' escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto (**0185 88046**) oppure alla guida ambientale Guglielmo (**347 3929891**)

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



SABATO 28 MAGGIO

LA VIA DEL FORMAGGIO L'ANELLO DI ALLEGREZZE

Una bella gita per famiglie, e non solo: semplice anello bucolico e panoramico attraverso antiche frazioni, fra cui La Villa e Costapelata, dove si produce ancora formaggio a livello artigianale.

Partiremo da Allegrezze (m 931), e lungo strade poderali e sentieri risaliremo l'ampia e soleggiata vallata agricola e pastorale, circondata da monti meravigliosi: il Croce Martincano, il Tomarlo, il Penna e l'Aiona con i suoi circhi glaciali.

Fra le fasce incontreremo il bestiame, appena tornato sui pascoli dopo l'inverno: dal latte di queste mucche si ottengono i formaggi tipici avetani, che conosceremo durante visita guidata ad azienda agricola. Possibilità di acquisto per chi desiderasse.

- appuntamento con la Guida alle ore 10.00 davanti alla Chiesa di Allegrezze
- ore di marcia effettiva 3.00 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking, pantaloni lunghi (utili i bastoncini)
- pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico e panoramico, facile-media
- dislivello in salita di m 200 circa
- rientro previsto verso le ore 16.30 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



*La quota di partecipazione all' escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046***

*oppure alla Guida Ambientale Laura, **tel. 339 6057961***

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 5 GIUGNO 2016

CONCA TRIBOLATA e GROPPPO ROSSO

Percorso ricco di emergenze di natura prevalentemente geologica.

La Conca Tribolata è un ambiente suggestivo, quasi fiabesco, fatto di massi, pinnacoli, guglie e monoliti disposti in modo caotico, come a creare una scenografia drammatica. Le rocce si sono staccate dalla cosiddetta "Ciapa Liscia", la parete settentrionale del Monte Roncalla con un enorme movimento franoso, ancora attivo, che ha coinvolto, in tempi più recenti, anche il sottostante paese di Torrio. Passeremo poi sul contrafforte meridionale del Monte Roncalla, dalle forme dolci e morbide e dall'abbondante e ricca fioritura, per finire sul Groppo Rosso, splendida montagna i cui torrioni basaltici sovrastano l'abitato di Santo Stefano d'Aveto. Proprio su questa montagna è particolarmente evidente la presenza delle ofioliti e delle serpentiniti, le cosiddette "rocce verdi".

- appuntamento con la Guida alle ore 09.30 davanti allo I.A.T. di Santo Stefano d'Aveto.
- ore di marcia 4.30 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini) / - pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico e panoramico, di media difficoltà
- dislivello in salita di m 450 / - rientro previsto verso le ore 16.30
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



LA CONCA TRIBOLATA DAL MONTE CROCIGLIA



LA CONCA TRIBOLATA

*La quota di partecipazione all' escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto (**0185 88046**) oppure alla guida ambientale*

*Guglielmo (**347 3929891**)*

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 19 GIUGNO

Passo di FREGAROLO – Monte GIFARCO – Monte ROCCABRUNA

*Indimenticabile percorso di crinale lungo lo spartiacque fra le valli **Aveto** e **Trebbia**, che ci regala magnifiche vedute su tutte le montagne circostanti, a perdita d'occhio, con le **Alpi** in lontananza e dall'altra parte il **mare**!*

*L'articolata dorsale che divide le due valli comprende diversi ambienti naturali, spesso assai diversificati: antichi pascoli, radure ricche di fioriture, estese faggete, rilievi più o meno accentuati. Il tratto ad oriente del Passo di Fregarolo, valico stradale che collega le due valli, offre la possibilità di toccare, nel corso di una piacevole escursione, le tre sommità rocciose dei monti **Castel del Fante** (1317 m), **Gifarco** (1381 m) e **Roccabruna** (1420 m). Lungo il percorso non mancano le peculiarità naturalistiche: il **Sito di Importanza Comunitaria** "Lago Marcotto - Roccabruna - Gifarco - Lago della Nave", di oltre 2000 ettari di superficie, racchiude l'intera zona...*

La vetta del Monte Roccabruna



- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 10.00 presso il Passo di Fregarolo (dopo Cabanne, provenendo dal Passo della Forcella, girare a sinistra)
- ore di marcia effettiva: 3.30 circa
- abbigliamento da trekking
- pranzo al sacco
- dislivello in salita: 450 metri circa (escursione di medio impegno)
- rientro previsto entro le ore 16.00 circa
- spostamenti con mezzi propri

La quota di partecipazione alle escursioni è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso:

UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto, tel. **0185 – 88046**

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Per ulteriori informazioni, tel. **349 6446635** (Guida)

Su Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 3 LUGLIO 2016

DAL PASSO DELLA FORCELLA AL BORGO DI VILLACELLA

*Il percorso mette in risalto gli aspetti storici, architettonici e culturali della Bassa Val d'Aveto. **Villa Cella** infatti era un agglomerato di case che metteva in comunicazione la Valle Sturla (e, suo tramite, l'area del Tigullio) con la Val d'Aveto. I monaci benedettini che vi si insediarono fin dal **1103** si impegnarono in opere di assistenza ai pellegrini ed ai viandanti, nonché di bonifica del territorio: ad essi si attribuisce, ad esempio, lo svuotamento del lago-palude della Piana di Cabanne. Il famoso "**Mulino di Villa Cella**" fa parte di una serie di mulini tipici della Val d'Aveto, in cui si macinavano grano, segale e castagne e, nel '700, anche il mais. Rappresentavano una notevole fonte di reddito in quanto la "Gabella della Macina" (istituita dai Genovesi fin dal 1610) consentiva ai mugnai di elevarsi di rango nella società valligiana.*

- appuntamento con la Guida alle ore 09.30 presso il **Passo della Forcella**
- ore di marcia effettiva 4.30 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini) - Pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico, storico e architettonico, di media difficoltà
- dislivello di m 350 circa - rientro previsto verso le ore 16.30
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



La ruota del Mulino di Villa Cella
Particolare sul muro della Chiesa



Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99
La quota di partecipazione all'escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita.

Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **0185 88046** oppure
Pro Loco Rezzoaglio **0185 870432** oppure
Guida Ambientale Guglielmo **347 3929891**

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>



WE SABATO 16/DOMENICA 17 LUGLIO

EMOZIONANTE NOTTE ALLA ROCCA DEL PRETE
Giro delle Cime, polenta in Rifugio, anello della Ciapa Liscia

Ecco una nuova proposta che unisce due gite giornaliere attraverso le splendide cime del gruppo del Maggiorasca, una gustosa cena in rifugio, e un'indimenticabile notte in tenda sulla panoramichissima Rocca del Prete, alla luce della luna quasi piena!

Ci troviamo in un Sito di Interesse Comunitario di grande pregio ambientale, e ne indagheremo le peculiarità più interessanti e suggestive.

Da Rocca D'Aveto salita in seggiovia al Prato della Cipolla (m 1578), dove lasceremo l'attrezzatura per la notte. Da qui raggiungeremo il "tetto d'Aveto", ampio e spettacolare percorso di crinale attraverso il Groppo delle Ali, il Maggiorasca (m 1801), il Bue (m 1771) e il Croce Martincano (m 1724). Seguirà qualche momento di relax e ludico.

La sera piacevole cena al Rifugio, e al tramonto breve salita alla Rocca del Prete (m 1744), dove pernosteremo su balcone panoramico prativo, ben affacciato sulla vallata e sulle cime.

La domenica, lasciati in rifugio i pesi, percorreremo bellissimo anello per il Groppo Rosso (m 1593), la Ciapa Liscia e la Foresta della Roncalla. Rientro a Rocca d'Aveto in seggiovia.

- appuntamento con la Guida Ambientale sabato alle ore 10.30 al rifugio Cipolla
- ore di marcia effettiva sabato 5.00 circa; domenica 4.00 circa
- scarponcini e pantaloni lunghi da trekking (utili i bastoncini); tenda, sacco a pelo, torcia
- sabato pranzo al sacco, cena al rifugio Cipolla; in caso non si raggiungesse il numero di 20 pax, cena autoservita; domenica al rifugio possibilità di colazione e acquisto panini per pranzo
- escursioni di interesse naturalistico e panoramico, di media difficoltà; domenica su breve tratto usare anche le mani; **gite fattibili anche singolarmente**
- dislivello in salita sabato di m 500 circa; domenica m 300 circa; per info chiamare la Guida
- rientro previsto domenica verso le ore 16.30 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



La quota di partecipazione al weekend è di euro 48 (seggiovia a/r, cena rifugio, accompagnamento guida); per bambini di età inferiore ai 12 anni euro sconto 50%; prenotazione obbligatoria entro le ore 21.00 di giovedì 14/07 presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**, oppure alla Guida Ambientale Laura, **tel. 339 6057961**
 sito: www.comune.santostefanodaveto.ge.it; mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it
 Su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>
 Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

SABATO 16 LUGLIO 2016

**ESCURSIONE POMERIDIANA, CENA AL RIFUGIO DELLA CIPOLLA
E RIENTRO AL CHIARO DI LUNA**

In concomitanza con analoga escursione di due giorni, ecco una proposta per chi non può (o non vuole...) trascorrere una notte in tenda, senza però rinunciare ad una gustosa polentata al Rifugio della Cipolla ed alla discesa su Rocca d'Aveto sotto la luna.

Da Rocca d'Aveto salita in seggiovia al Prato della Cipolla (1578 m) poi, nel fresco della faggeta e lungo un percorso prevalentemente pianeggiante, adatto anche a bambini ed a persone anziane, effettueremo una breve escursione nella parte occidentale della bastionata basaltica di S. Stefano: la cima dolce ed arrotondata del Monte Roncalla (con vista sulla sottostante Conca Tribolata) e l'imponente massiccio del Groppo Rosso, soffermandoci, al ritorno, sugli aspetti tipici delle zone umide (i prati della Cipolla e della Lamissora).

Dopo esserci aggregati all'altro gruppo per la piacevole cena al rifugio, ritorneremo in notturna a Rocca d'Aveto.

- *appuntamento con la guida naturalistica alle ore 17.00 al Rifugio Prato della Cipolla*
- *ore di marcia effettiva 2.00 circa*
- *scarponcini e abbigliamento da trekking, torcia elettrica (necessaria; utili i bastoncini)*
- *cena in rifugio, per info chiamare Mirella tel. 3471202195*
- *escursione di interesse naturalistico e panoramico, di modesta difficoltà*
- *dislivello di m 100 circa - rientro previsto a Rocca d'Aveto in tarda serata*
- *spostamenti con mezzi propri, salita al Prato della Cipolla in seggiovia (ultima corsa ore 17.45). Per eventuale condivisione viaggio da Genova o Riviera scrivere sul Gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>*



La quota di partecipazione all' escursione (comprensiva di salita in seggiovia, cena in rifugio, accompagnamento guida) è di 22 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni sconto del 50%;

Prenotazione obbligatoria entro le ore 21.00 di Giovedì 14 luglio presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto

tel. 0185 - 88046, oppure Mirella, tel. 347.1202195 oppure la Guida Ambientale : Guglielmo, tel. 347 3929891

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Gruppo Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 24 LUGLIO

ESCURSIONE AL MONTE AIONA

Dal Lago delle Lame, lungo un suggestivo e vario percorso ad anello, si percorre la valle del torrente Rezzoaglio (che nel tratto superiore forma la spettacolare cascata della Ravezza). Attraverso la Foresta Demaniale prima e lungo un'aerea dorsale poi, si raggiunge la sommità del Monte Aiona (1701 m). Oltrepassati i pianori e gli ambienti rupestri sommitali si scende nella foresta toccando zone umide e faggi maestosi.

- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 9.00 c/o il Lago delle Lame
- ore di marcia effettiva 5.00 circa
- abbigliamento da trekking
- pranzo al sacco
- lunga escursione di interesse naturalistico; alcuni tratti ripidi lungo il tracciato
- dislivello in salita di 800 metri circa
- rientro previsto entro le ore 16.30 circa c/o il Lago delle Lame
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)

La cascata della Ravezza

lungo il percorso

erioforo

La quota di partecipazione all'escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**

Guida Ambientale : Andrea, tel. **349 6446635**

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



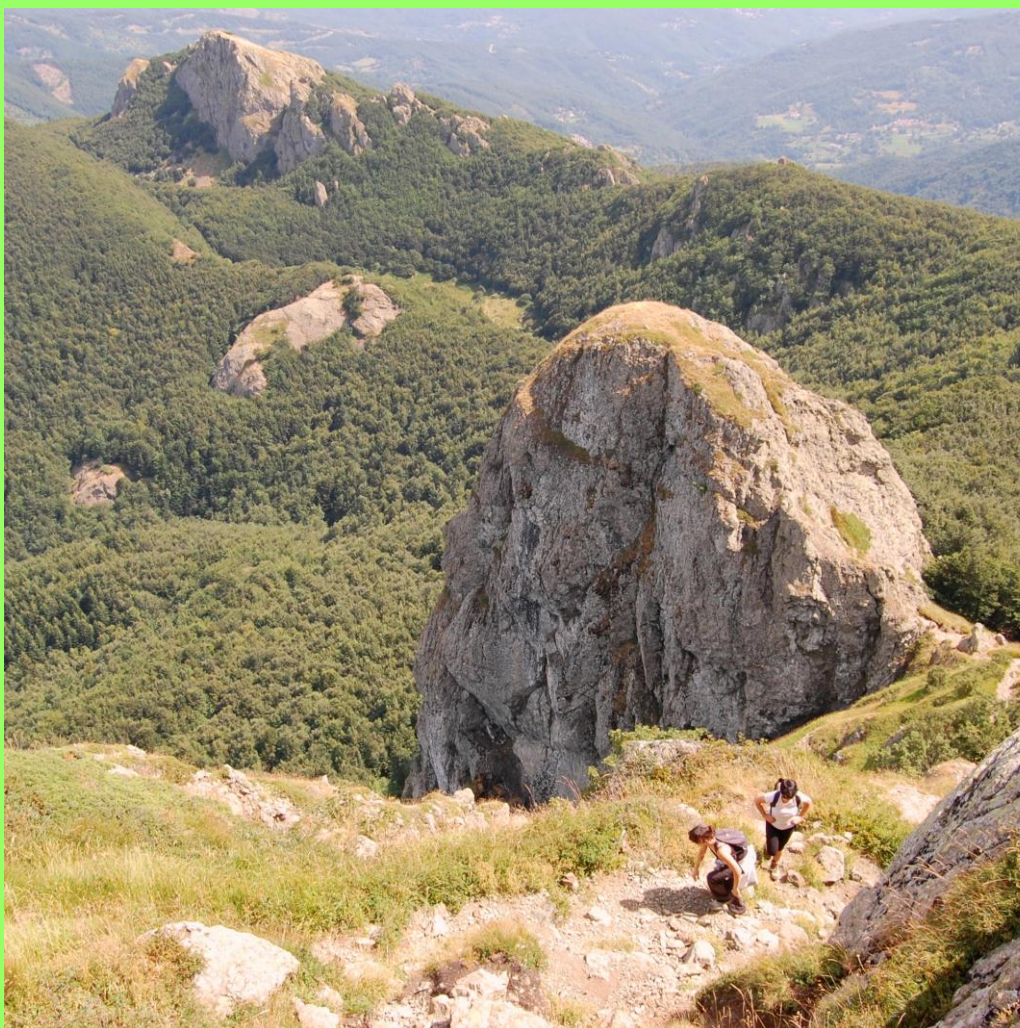
MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 7 AGOSTO

LA CONCA DELLA NAVE E IL MONTE SACRO AL DIO PEN

Escursione dedicata alla storica e magnifica vetta del Penna (m 1741), venerata dai Liguri Velleiati, in quanto identificata come dimora del dio Pen, la divinità regolatrice delle forze della natura.

Partiamo dalla Casermetta del Penna (m 1392), proseguiamo nel fitto della foresta demaniale attraverso il valico del Chiodo (m 1457), per giungere alla frattura geologica della Nave, spettacolare faglia a forma di chiglia di nave. Saliamo nella faggeta e poi attraverso le cenge basaltiche del versante nord raggiungiamo la cima. Il pomeriggio discendiamo per il boscoso versante occidentale, con esplorazione al laghetto, dove la bifida cima si specchia e sito di riproduzione di importanti anfibi. Giungiamo così al passo dell'Incisa (m 1476) e chiudiamo l'anello alla Casermetta del Penna.



- appuntamento con la guida alle ore 09.30 al parcheggio della Casermetta del Penna
- ore di marcia effettiva 4.00 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini)
- pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico, panoramico, adatta a escursionisti esperti
- dislivello in salita di m 350 circa
- rientro previsto verso le ore 16 circa
- spostamenti con mezzi propri); (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

La quota di partecipazione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17 di sabato 6/08 presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**, oppure alla Guida Ambientale Laura, tel. 339 6057961

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

MERCOLEDI' 10 AGOSTO

GROPPO ALI - CENA AL RIFUGIO PRATO DELLA CIPOLLA - RIENTRO SOTTO LE STELLE CADENTI

Breve ma piacevolissima escursione dal Prato della Cipolla al Gruppo delle Ali, lungo la dorsale tra Liguria ed Emilia, con insolito panorama crepuscolare sul Monte Nero e sul lago Nero. Attraverso la faggeta torniamo al Rifugio, dove ci attenderà gustosissima cena.

Poi scenderemo a Rocca d'Aveto (1281 m), fra tanti occhietti nascosti nel bosco che ci guarderanno passare nell'oscurità, illuminata dalle stelle cadenti, speriamo!



- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 18 al Rifugio Cipolla
- ore di marcia 2.30 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking, torcia elettrica (utili i bastoncini)
- cena in rifugio, per info chiamare Mirella tel. 3471202195
- escursione di interesse naturalistico e panoramico, difficoltà media
- dislivello in discesa m 300 circa
- rientro verso le ore 23 spostamenti con mezzi propri, salita al Prato della Cipolla in seggiovia (ultima corsa ore 17.45); (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)

La quota per escursione e cena, con la salita in seggiovia, è di 22 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni sconto del 50%; prenotazione obbligatoria entro le ore 17 del 9/08 presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**, oppure direttamente al Rifugio, **tel. 347.1202195**; Guida Ambientale Laura tel. 339 6057961

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99

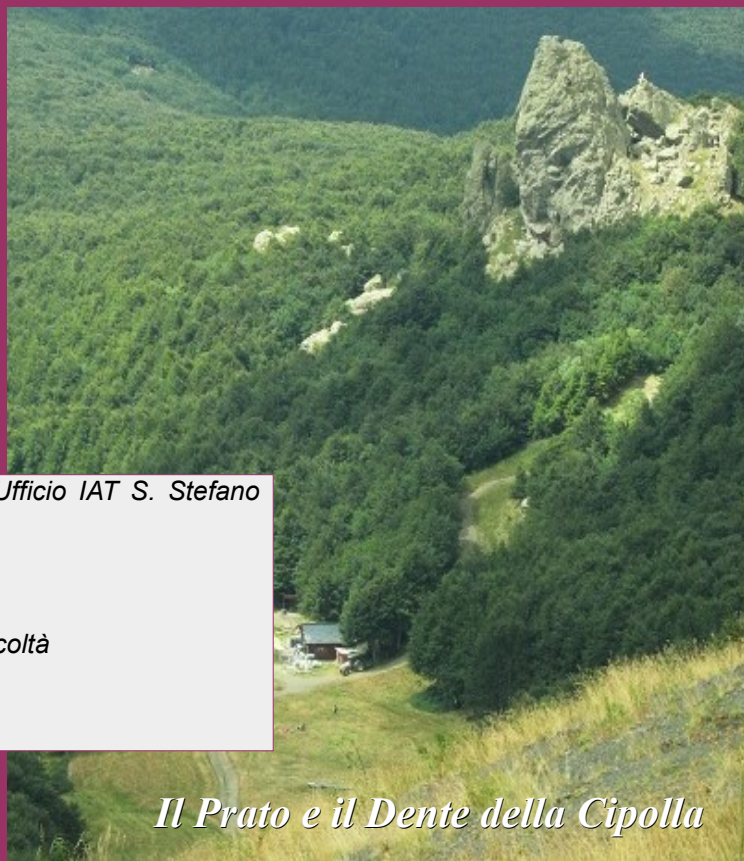


MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

Domenica 14 Agosto

Il Groppo delle Ali e la Fontana Gelata

Escursione molto avvincente nel labirinto della faggeta del versante settentrionale dei Monti Groppo Rosso, Roncalla e Bue al quale si accede da Rocca d'Aveto toccando la torbiera della Lamissura e il Valico della Roncalla. Da qui si comincia a scendere in territorio piacentino fino a toccare la Fonte Gelata, sito particolarmente ricco di fascino ove sgorgano sorgenti di acque molto fredde dalla nuda roccia in un contesto molto selvaggio, per salire tra gli arditi Groppi delle Ali (sistema roccioso, antecima nord del monte Bue). Sulla vista del grande Lago Nero e di fronte al Monte Nero ricco di emergenze geologiche e botaniche (antichi abeti bianchi autoctoni e pini mughì uncinati relitti), si riprende a scendere accanto al Dente della Cipolla (enorme monolite basaltico).



- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 09.30 c/o Ufficio IAT S. Stefano d'Aveto
- ore di marcia effettiva 4.00 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking
- pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico, panoramico, di media difficoltà
- dislivello in salita di m 550 circa
- rientro previsto verso le ore 16,00 circa
- spostamenti con mezzi propri

Il Dente delle Ali

Il Prato e il Dente della Cipolla

La quota di partecipazione all'escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**

Guida Ambientale: Andrea, tel. **349 6446635**

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

LUNEDI 15 AGOSTO

La Rocca del Prete



La bastionata di Rocca del Prete

Da Rocca d'Aveto raggiungiamo il Prato della Cipolla per poi addentrarci nella bastionata rocciosa del Monte Maggiorasca, percorrendo i selvaggi canaloni del Martincano e dell'Acquapendente. Sono ambienti raramente percorsi dagli escursionisti, un po' nascosti e per questo assai suggestivi. Queste enormi fenditure della parete racchiudono molte peculiarità naturalistiche tra le quali alcune piante rupestri, come la sassifraga.

- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 10.00 c/o Ufficio IAT S. Stefano d'Aveto
- ore di marcia effettiva 3.30 circa
- abbigliamento da trekking
- pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico; alcuni tratti rocciosi e ripidi lungo il percorso
- dislivello in salita di 350 metri circa
- rientro previsto entro le ore 16.00 circa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



Lungo l'Acquapendente

La quota di partecipazione all'escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**

Guida Ambientale: Andrea, tel. **349 6446635**

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

GIOVEDI' 18 AGOSTO

CENA AL RIFUGIO PRATO DELLA CIPOLLA E RIENTRO NOTTURNO ILLUMINATI DALLA LUNA PIENA

In occasione della luna piena di agosto, doppia escursione dal Prato della Cipolla. Alla Rocca del Prete, antecima del Maggiorasca e panoramico balcone sulla vallata di S. Stefano. Segue gustosissima cena al Rifugio.

Poi scenderemo a Rocca d'Aveto, illuminati dalla Luna (e dalla torcia elettrica, dove necessario).



*La quota per escursione e cena, con la salita in seggiovia, è di 22 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni sconto del 50%; prenotazione obbligatoria entro il giorno precedente presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**, oppure direttamente al Rifugio Mirella, **tel.***

347.1202195; Guida Ambientale : Laura, tel. 339 6057961; sito web:

[www.comune.santostefanodaveto.ge.itmail:](http://www.comune.santostefanodaveto.ge.itmail:turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it)

turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Gruppo Facebook

<https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali

Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R.

44/99

- appuntamento con la guida naturalistica alle ore 18 al Rifugio Cipolla

- ore di marcia 2.30 circa

- scarponcini e abbigliamento da trekking, torcia elettrica (utili i bastoncini)

- cena in rifugio, per info chiamare Mirella tel. 3471202195

- escursione di interesse naturalistico e panoramico, difficoltà media

- dislivello in discesa m 400 circa

- rientro verso le ore 23

spostamenti con mezzi propri, salita al Prato della Cipolla in seggiovia (ultima corsa ore 17.45); (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook

<https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>





MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

SABATO 21 AGOSTO

**LE FRAZIONI INTORNO A S. STEFANO: IL PAESAGGIO AGRARIO
E VISITA ALL'ALLEVAMENTO DI ASINI DI LA VILLA**

Escursione particolarmente adatta alle famiglie e ai bambini, con visita delle frazioni che circondano S. Stefano d'Aveto ed in particolare Allegrezze, La Villa, Costapelata. Da S. Stefano ci spostiamo lungo sentieri e mulattiere costruiti per lo svolgimento delle attività tradizionali del nostro Appennino. L'ambiente che ci circonda ci suggerisce numerosi spunti sulla trasformazione del paesaggio nel tempo e sulle risorse del nostro entroterra.

Nel corso dell'escursione visitiamo l'allevamento di asini de "La Villa", dove faremo un approfondimento su questa particolare attività e su tutti gli aspetti legati all'allevamento e al pascolo. Poi possibilità di assistere alla trebbiatura al campo sportivo di Allegrezze.

- appuntamento con la guida alle ore 10.00 al cimitero di Allegrezze
- ore di marcia effettiva 3.00 circa, dislivello m 300 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking, pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico, panoramico, antropologico, facile
- rientro previsto verso le 16 circa, con visita all'allevamento di Asini presso La Villa
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



*La quota è euro 10; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le 17 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046** Guida Ambientale: Laura tel. 339 6057961*

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 28 AGOSTO

IL CRINALE TRA LIGURIA ED EMILIA: LE CIME DI SAN STE

Questa escursione ad anello ci permette di toccare le maggiori cime di S. Stefano d'Aveto, con un susseguirsi di ampi panorami, affacciati a 360° su vallate e montagne circostanti, fra specie botaniche rare, relitti glaciali, rocce particolari.

Si parte nei pressi di Pian Pendin (m 1366) e, dopo salita nella faggeta, si giunge al Monte Croce Martincano (m 1724) e alla Rocca del Prete, splendidi balconi panoramici. Il Monte Maggiorasca è la vetta più alta della provincia di Genova (m 1805), e dimora della Madonna di Guadalupe, patrona di S. Stefano. Attraversato il Monte Bue (m 1771), si giunge al Groppo delle Ali, con incantevole vista sulla zona del Lago Nero. Si ritorna poi attraverso il Prato della Cipolla e sentiero ai piedi della imponente bastionata rocciosa di Rocca del Prete.



- appuntamento con la guida alle ore 09.30 allo IAT di S. Stefano
- ore di marcia effettiva 5.00 circa, dislivello m 500 circa, difficoltà media
- scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini); pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico, panoramico
- spostamenti con mezzi propri; per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

La quota di partecipazione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17 di sabato 27/08 presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**, oppure alla Guida Ambientale Laura, tel. 339 6057961

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 11 SETTEMBRE

TORRIO E LA CONCA TRIBOLATA : UN'ANTICA E RECENTE FRANA GRIGLIATA AUTOGESTITA ALLA CIAPA LISCIA (m 1373)

Anello breve ma ricco di panorami mozzafiato, e di emergenze di natura geologica e storica.

La Conca Tribolata è un suggestivo ambiente di massi, pinnacoli e guglie, staccatisi dalla Ciapa Liscia, parete settentrionale del Monte Roncalla (m 1683): un'enorme frana, che fino a un centinaio di anni fa ha costretto gli abitanti di Torrio a spostare più volte il paese.

Grigliata autogestita su grazioso prato ai piedi della Ciapa Liscia, con la sua fonte dalla roccia. Visita alle antiche frazioni delle varie epoche e interessante intervista sulla storia del paese.



- ritrovo con la guida alle 10 al **passo della Crociglia** (SS 586 lungo l'Aveto da Rezzoaglio verso Salsominore, girare a dx per Boschi, Torrio, e proseguire fino al passo; da S. Stefano strada per Torrio a sin dell'entrata del Castello; da PC SS 654, girare a dx 2 km dopo Selva)
- escursione media (in breve tratto necessario usare le mani); ore di marcia effettiva 3.30 circa; dislivello di m 300 circa; interesse naturalistico, panoramico, storico
- pranzo al sacco, cibo da cuocere alla griglia in max 30 minuti, legna reperibile nel bosco; scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini)
- spostamenti con mezzi propri; per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

La quota è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17 di sabato 10/09 presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**, oppure alla Guida Ambientale Laura, tel. 339 6057961

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 2 OTTOBRE

AMBORZASCO - MEUGGIA NEGRETTA GRIGLIATA AUTOGESTITA - VISITA AL MULINO DI GRAMIZZA



Bel tracciato bucolico con splendida vista sui circhi glaciali dell'Aiona e sul Penna. Divertente pranzo autogestito su praticello idilliaco.

Partiremo da Amborzasco (m 952), antico borgo situato in ridente vallata, per immergerci nell'esplosione di colori autunnali del bosco misto, alternato a prati, e raggiungere il panoramico colle Rocchette (m 1175). Poi arriveremo alla Meuggia Negretta (m 1370), graziosa area attrezzata, dove accenderemo il fuoco ed arrosteremo le nostre vivande. Pranzeremo in riva alle limpide e fresche acque che scendono nella vallata, per abbeverare bestiame, coltivi e muovere le pale dell'antico Mulino di Gramizza. Qui al ritorno visiteremo la struttura, con la possibilità di acquistare farine e ortaggi prodotti dall'azienda agricola del Mulino.



- ritrovo con la guida alle ore 9.30 davanti alla chiesa di Amborzasco (SP 654, a Gramizza girare a dx per Amborzasco)
- escursione media; ore di marcia effettiva 4.00 circa; dislivello di m 400 circa
- interesse naturalistico e panoramico
- pranzo al sacco, bevande, cibo da cuocere alla brace in max 30 minuti, legna reperibile nel bosco; scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini)
- spostamenti con mezzi propri; per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

La quota è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17 di sabato 01/10 presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**, oppure alla Guida Ambientale Laura, tel. **339 6057961**

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 16 OTTOBRE 2016 MONTE E LAGO NERO La leggenda del Diavolo e di San Colombano

La zona del Lago Nero, ai confini delle Valli dell'Aveto (GE), del Ceno (PR) e del Nure (PC), piuttosto remota e quindi poco sfruttata dall'uomo nel corso dei secoli, è situata in un ambiente naturale pressochè integro. La vetta del Monte Nero, ad esempio, conserva alcuni esemplari autoctoni di Abete Bianco (la maggior parte di quelli presenti in Aveto sono stati introdotti a scopo di rimboschimento) e molti di Pino Mugo Uncinato, un vero e proprio "relietto glaciale".

Il Lago Nero poi, di straordinaria bellezza, ha un fascino particolare, ulteriormente accresciuto dalle molte leggende sulla lotta acerrima che, lungo le sue rive, si è svolta tra il Diavolo e San Colombano. Il percorso, un po' lungo, può essere eventualmente ridotto utilizzando gli impianti di risalita fino al Prato della Cipolla.

- appuntamento con la Guida alle ore 09.30 davanti allo I.A.T. di Santo Stefano d'Aveto
- ore di marcia 4.30 circa
- scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini)
- pranzo al sacco
- escursione di interesse naturalistico e panoramico, di media difficoltà
- dislivello in salita di m 450 / - rientro previsto verso le ore 16.30
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



IL LAGO NERO



COLORI AUTUNNALI

La quota di partecipazione all' escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto (**0185 88046**) oppure alla guida ambientale Guglielmo (**347 3929891**)

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

SABATO 29 OTTOBRE

**L'ANELLO DI ALLEGREZZE - CASTAGNATA AUTOGESTITA
SCOPRIAMO INSIEME IL MONDO DELLE API**

Il giorno prima della Festa della Transumanza, ecco una bella gita per famiglie, e non solo: semplice anello bucolico e panoramico attraverso antiche frazioni, fra cui La Villa e Costapelata.

Partiremo da Allegrezze (m 931), e lungo strade poderali e sentieri risaliremo l'ampia e soleggiata vallata agricola e pastorale, circondata da monti meravigliosi: il Croce Martincano, il Tomarlo, il Penna e l'Aiona con i suoi circhi glaciali.

Il pomeriggio entreremo nel mondo dell'apicoltura, grazie alla visita guidata a Caselle presso una coppia di giovani operatori appassionati. Possibilità di acquisto di miele e altri prodotti!



- appuntamento con la guida alle 10 al Cimitero di Allegrezze
- escursione facile; ore di marcia effettiva 3.00 circa; dislivello m 200; interesse panoramico e antropologico
- scarponcini e abbigliamento da trekking (utili i bastoncini), pranzo al sacco
- spostamenti con mezzi propri; per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

La quota è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17 di venerdì 28/10 presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**, oppure alla Guida Ambientale Laura, tel. **339 6057961**

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 13 NOVEMBRE 2016 MONTE CAUCASO e SORGENTI dell'AVETO dal PASSO della SCOGLINA

Lo spunto di maggiore interesse di questo percorso è sicuramente di tipo geomorfologico, e riguarda la possibile “cattura” dell'Aveto verso sud. Infatti è curioso osservare come l'Aveto nel suo tratto iniziale si trovi in posizione “quasi pensile” sul versante meridionale della catena appenninica, con il rischio di essere “captato” dagli affluenti del Malvaro, cosa che è già accaduta in un passato neppure troppo remoto, al torrente Acquapendente. Lungo il percorso incontreremo la vera e propria sorgente dell'Aveto in località Prou du Lungu, qui si innesta poco dopo il secondo tratto proveniente dal Monte Larnaia. Il percorso in faggeta, lungo l'ampia strada forestale, ci consentirà di godere della splendida policromia del bosco legata all'ingiallimento autunnale delle foglie. Barbagelata, uno dei comuni più alti della provincia di Genova ospita una bella chiesa moderna, con vetrate coloratissime.

- *Percorso: Passo della Scoglina (926 m) – Valletta dell'Acquapendente (1075 m.) - Monte Caucas (1245 m.) - Passo del Gabba (1109 m.) - Barbagelata (1115 m.) - Passo della Scoglina.*

- *appuntamento con la guida naturalistica alle ore 09.30 al Passo della Scoglina.*
- *ore di marcia effettiva 3h.30 circa - scarponcini e abbigliamento da trekking, utili i bastoncini*
- *escursione di interesse naturalistico, panoramico, geomorfologico di media difficoltà (qualche breve guado del torrente Aveto appena nato)*
- *dislivello di m 350 circa - Possibile spuntino al rifugio. Rientro previsto nel pomeriggio alla Scoglina.*
- *spostamenti con mezzi propri. Per eventuale condivisione viaggio da Genova o dalle Riviere scrivere sul Gruppo Facebook: [https:// www.facebook.com/groups/511271635688533](https://www.facebook.com/groups/511271635688533)*



Panorama dal Monte Caucas

La quota di partecipazione all' escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; Prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto tel. 0185 - 88046, oppure la Guida Ambientale **Guglielmo**, tel. 347 3929891

Sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

E- mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Gruppo Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 27 NOVEMBRE

**GROPPO ROSSO E PRATO DELLA CIPOLLA
IN CERCA DI DECORAZIONI NATALIZIE - GRIGLIATA AUTOGESTITA**

Bella escursione per grandi e piccini nella magia del paesaggio in veste invernale. In attesa del Natale raccoglieremo ciò che la natura offre per creare decorazioni personalizzate, e il Presepe di Nonno Aveto!!

Partiremo da Rocca D'Aveto (m 1281), per boschi e radure raggiungeremo il Groppo Rosso (m 1593), da cui bel panorama sulla vallata di San Ste. Attraverso la faggeta cammineremo fino al Prato della Cipolla, dove presso area attrezzata accenderemo il fuoco e arrosteremo le nostre vivande, terminando con un buon vin brulè. Proseguiremo in discesa per la strada del bosco, dove troveremo altri elementi per le nostre decorazioni e per il Presepe.



- appuntamento con la guida alle 10 allo Iat di S. Stefano d'Aveto
- escursione di media difficoltà; ore di marcia effettiva 3.30- 4 circa; dislivello m 300
- scarponcini e abbigliamento invernale da trekking, utili i bastoncini; pranzo al sacco con bevande meglio calde in thermos, cibo da cuocere alla ciappa/brace in max 30 minuti, legna reperibile nel bosco
- per la raccolta portare qualche sacchetto di carta/plastica e zaino spazioso, coltellino
- spostamenti con mezzi propri; per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

La quota è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17 del 26/11 presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto **tel. 0185 - 88046**, oppure alla Guida Ambientale Laura, tel. **339 6057961**

sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it

mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

Su Facebook : <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

DOMENICA 18 DICEMBRE

OLTRE L'AVETO: I MONTI CROCIGLIA E CAREVOLO

Le antiche vie del Passo di Crociglia (m 1449) costituivano il collegamento che, attraverso mulattiere percorse da colonne di muli da soma, dalla Pianura Padana scendevano verso Santo Stefano d'Aveto e, passando per Rezzoaglio e Borzonasca, raggiungevano il mare a Chiavari.

Sia il Crociglia che il Carevolo presentano una morfologia più dolce e arrotondata rispetto alla possente bastionata basaltica di Santo Stefano. Ciò è dovuto al fatto che, spostandoci verso nord ovest (siamo ormai nel territorio piacentino della Val Nure) compaiono le coperture sedimentarie delle ofioliti, più facilmente erodibili.

Proprio per l'assenza di ripidi pendii rocciosi, il percorso è molto adatto per la prima ciaspolata dell'inverno. Speriamo in un innevamento abbondante!!

E se la neve non ci sarà, godremo comunque degli ampi panorami fino alle lontane Alpi Liguri e Cozie!

- *Appuntamento con la Guida alle ore 09.30 davanti allo IAT di S. Stefano d'Aveto.*
- *ore di marcia effettiva 4.00 circa.*
- *scarponi e abbigliamento da trekking; in caso di neve ciaspole e bastoncini, reperibili a noleggio in paese.*
- *pranzo al sacco, meglio con termos caldo.*
- *escursione di interesse naturalistico e panoramico, di media difficoltà.*
- *dislivello in salita di m 200 circa.*
- *rientro previsto verso le ore 16.00 circa.*
- *spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o dalla Riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>).*



La dorsale Crociglia – Carevolo dal Monte Maggiorasca

- La quota di partecipazione all' escursione è di 10 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni l'escursione è gratuita; prenotazione obbligatoria entro le ore 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT di S. Stefano **tel. 0185 – 88046** o direttamente alla Guida Ambientale **Guglielmo 347 3929891**.

- **sito web:** www.comune.santostefanodaveto.ge.it

- **E-mail:** turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it

- **Gruppo Facebook:** <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>

Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

Sabato 31 DICEMBRE

Rifugio CIPOLLA

CENONE DI CAPODANNO

Dopo una breve escursione sotto le stelle nella faggeta della Roncalla, ci attende il Cenone di fine anno al Rifugio Cipolla. Ai festeggiamenti della mezzanotte, segue la discesa a piedi fino a Rocca D'Aveto.

- alle ore 17 cocktail di benvenuto in Rifugio, che può essere comodamente raggiunto in seggiovia (è preferibile presentarsi alla partenza di quest' ultima - a Rocca d'Aveto - alle 16.00).
- appuntamento con la Guida alle ore 18.00 al Rifugio.
- scarponi e abbigliamento invernale da trekking, bastoncini; ciaspole in caso di innevamento abbondante, reperibili a noleggio in paese; torcia elettrica.
- escursione di media difficoltà.
- dislivello in salita di m 250 circa.
- ore 20 aperitivo, ore 21 cenone in rifugio, per info chiamare Mirella tel. 3471202195
- rientro previsto verso le ore 2 circa.
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>)



La quota di partecipazione all' escursione e alla cena, comprensiva di salita in seggiovia, è di 60 euro; per bambini di età inferiore ai 12 anni sconto del 50%; info: IAT S. Stefano d'Aveto tel. **0185 - 88046** oppure alla Guida Ambientale Andrea, tel. **349 6446635**
iscrizioni: entro il 28/12 a Mirella tel. 347 1202195
sito web: www.comune.santostefanodaveto.ge.it
mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it
Su Facebook :
<https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>



MERAVIGLIE D'AVETO con le sue Guide

LUNEDI 26 DICEMBRE

IL LAGO NERO GHIACCIATO E LA FORESTA DELLA RONCALLA DURANTE L'INVERNO

I rigori invernali, cioè la bassa temperatura e il freddo vento di Tramontana trasformano il versante settentrionale delle montagne che sovrastano S. Stefano d'Aveto in modo molto suggestivo. La faggeta della Roncalla infatti si ricopre di neve e le acque di superficie del Lago Nero ghiacciano. Da Rocca d'Aveto raggiungeremo il Groppo Rosso (1593 m), proseguendo quindi per il Rifugio Astass ed il Passo della Roncalla (1683 m). Da qui, toccando la Fontana Gelata giungiamo alla conca che ospita il Lago Nero. Svetta di fronte a noi il Monte Nero, ricoperto da alcuni abeti bianchi e da molti esemplari di pino mugo, un relitto glaciale molto raro in altre zone dell'Appennino. Al ritorno passeremo per il Rifugio di Prato Cipolla (1550 m).

- appuntamento con la Guida alle ore 10.00 davanti allo IAT di S. Stefano d'Aveto;
- ore di marcia effettiva 3.30 circa;
- scarponi e abbigliamento invernale da trekking; in caso di neve ciaspole e bastoncini, reperibili a noleggio;
- pranzo al sacco, meglio con thermos caldo;
- escursione di interesse naturalistico e panoramico, di media difficoltà;
- dislivello in salita di m 500 circa;
- rientro previsto verso le ore 16.30 circa;
- spostamenti con mezzi propri (per eventuale condivisione viaggio da Genova o dalla Riviera scrivere sul gruppo Facebook <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>).

Il Lago Nero durante l'inverno



Quota di partecipazione: 10 euro; escursione gratuita per bambini di età inferiore ai 12 anni; prenotazione obbligatoria entro le 17.00 del giorno precedente l'escursione presso UFFICIO IAT S. Stefano d'Aveto tel. **0185 – 88046** oppure Guida Ambientale: Andrea **349 6446635**
 sito web: <http://www.comune.santostefanodaveto.ge.it/>
 E-mail: turismo@comune.santostefanodaveto.ge.it
 Facebook: <https://www.facebook.com/groups/511271635688533/>
 Escursione a cura di Guide Ambientali Escursionistiche abilitate ai sensi della L.R. 44/99