



# Sabato 23 Marzo 2024

## Appennino Ligure

### Un'altra Genova (Parte 1)



#### CAPOGITA - INFORMAZIONI

**Corrado Cassaro 340 1867121**  
email: [floramaestosa@gmail.com](mailto:floramaestosa@gmail.com)

**+1250 – 1350 38 km MC/BC tratti a spinta**  
Percorso: Pontedecimo, Pontasso, Gaiazza, ex Guidovia a S. Maria della Guardia, Lencisa, Presidente, Protarado, Camposilvano, Lencisa, Cassinelle, Chiaravagna, Borzoli, Purgatorio, Coronata, GE Sampierdarena FS.

**Alloggio convenzionato:** Albergo Nazionale Pontedecimo (GE) Tel.: 0107856692  
[albergonazionale1891@libero.it](mailto:albergonazionale1891@libero.it)  
(pernotto, cena e parcheggio: comodità, storia e semplicità a prezzi imbattibili).

#### AVVERTENZE

Abbigliamento leggero, adeguato alla stagione giubbino e maglia a manica lunga. Scarpe adatte al terreno escursionistico con suola scolpita. Acqua e cibo per la giornata, infermeria personale e protezione sole. Occhiali con lenti chiare consigliati.

Luci front e post, campanello.

**MTB** in buone condizioni con copertoni ben scolpiti e Kit di riparazione per le principali evenienze (foratura, lacerazioni copertone, rottura catena, forcellino del cambio...).

#### CASCO OBBLIGATORIO

La partecipazione implica l'accettazione ed il rispetto del regolamento gite pubblicato su:

[www.tuttinbici.org/cicloturismo/](http://www.tuttinbici.org/cicloturismo/)

#### ISCRIZIONI

Pre-iscrizione entro il giovedì precedente compilando il modulo al link:

<http://tiny.cc/Genova24>

**Punto di ritrovo: Parcheggio Via delle Fonderie, Pontedecimo (GE) – ore 9:00**

L'iscrizione si perfeziona con email del capogita che invierà conferma ed istruzioni. Alla partenza andrà effettuata la registrazione

**Quota di partecipazione: Soci: 2,00 €  
NON soci, inclusa assicurazione: 5,00 €.**



Oltre i Forti, gli Acquedotti, il porto con i suoi Carrugi, l'entroterra di Genova offre ancora sorprese insolite. Vedremo di scoprirle insieme con questo percorso aperto dalla stazione di Genova Pontedecimo a Genova Sampierdarena. Percorso impegnativo ma non difficile MC /BC.

Da Pontedecimo saliremo per asfalto fino a Gaiazza, dove partiva la vecchia guidovia che all'inizio del XX secolo portava i pellegrini al santuario di S. Maria della Guardia (per tacer del Vescovo). Il percorso, oggi trasformato in ciclopeditonale, sale con pendenze molto moderate e costanti nel bosco. Abbandoneremo poi questo affascinante tragitto meta tutt'oggi di fedeli e camminatori per tratti in single track in saliscendi che ci porteranno fino alla frazione di Lencisa, nota per le sue trattorie, dove potremmo concederci una sosta ristoratrice. Si riparte bici a mano per sorpassare un tratto impervio di rocce fino a scollinare sotto il Monte dei Torbi. Qui i paesaggi urbani, improvvisamente, lasciano spazio a verdi pascoli, e noi riprenderemo il nostro percorso su facili e divertenti single track. La discesa Protarado ci porterà fino a Camposilvano, luoghi a secoli di distanza da Genova. Per asfalto, su strada a basso traffico si risale ora di nuovo a Lencisa lungo un'antica via Crucis al Santuario delle Grazie della quale rimangono affascinanti (e altrettanto abbandonati) ponti in pietra. Gli ultimi strappi e ci troveremo sulla via militare di Borzoli, oggi sede di una delle discariche di Genova e dei suoi inevitabili miasmi. Poi via su discesa preparata di Cassinelle, facile e divertentissima, con la quale bruceremo quasi 400m. di dislivello. Durante la discesa, secondo le capacità dei partecipanti, il gruppo verrà diviso in 2 parti: l'ultima parte della discesa è molto tecnica e contiene alcuni tratti OC, che potranno essere evitati mantenendo una buona dose di divertimento con tratti MC/BC per i meno esperti.

Dove siamo arrivati? Un vecchio borgo di fronte a noi con scalette impervie, fontana, vita rurale di una volta... Poi, giro un angolo e di colpo mi trovo davanti ad archeologia industriale di metà XX secolo. Vetusti, giganteschi frantoi in disuso incastonati sul fondovalle di un minuscolo torrente sono intorno a me e mi circondano, incombenti e fatiscenti. Siamo ormai prossimi a Genova... Quasi arrivati? Ancora qualche sorpresa! Imbocchiamo vecchi carruggi pavimentati a pietra e ci troviamo nella periferia di una Genova sconosciuta, tra il rurale e le urbanizzazioni anni '50 e '60, orticelli, tratti di sterrato (a spinta??) chiesette... Borzoli... Purgatorio (lo dice il nome, alle gambe). Si scende su asfalto in fila indiana fino a raggiungere l'ultimo tratto di ciclabile che ci porterà alla stazione di Genova Sampierdarena, ove, caricate le bici sul treno in 15 minuti raggiungeremo Pontedecimo (Ovvero, organizzandosi per tempo e lasciata un'auto a Sampierdarena, faremo ritorno a Pontedecimo con mezzi propri).