

Trekking dell' Armuin

• escursione guidata •

Escursione sulle alture di Ranzi con sosta yoga LUNGO ANTICHI SENTIERI ALLA SCOPERTA DELLA CIVILTÀ CONTADINA

Questa escursione è l'occasione per scoprire il suggestivo borgo di Ranzi (un tempo Comune, annesso al Pietra Ligure il 1 gennaio del 1929) e i suoi dintorni, ricchi di un patrimonio storico particolarissimo. Oltre a tracce di carattere paleontologico, presenti sul territorio, un'analisi storico-cronologica di questi luoghi, rivela immediatamente nessi che, partendo dalla presenza ligure preromana, giungono alla cultura romana, con la testimonianza di strade e di insediamenti umani della massima importanza. Anche il Cristianesimo primitivo e alto medievale ha lasciato qui le sue tracce, mentre dalle complesse vicende, dagli intrecci germanici e romani, ha preso forma l'abitato della "Villa di Ranzi", nella sua più classica accezione medievale, quale villaggio rurale. Una continuità di vita, insomma, che dai tempi più remoti pulsa e si rinnova entro questi confini. Il tour parte proprio dalla piazza di Ranzi, dove si può anche lasciare l'auto. Il primo tratto segue l'Antico Sentiero del Fieno, un tracciato storico, utilizzato

anticamente per il trasporto di materie prime e per gli spostamenti, caratterizzato da un terreno roccioso e ripido, che originariamente permetteva di arrivare in cima al monte Carmo (1389 m s.l.m.). Dopo il primo tratto del Sentiero del Fieno, si imbecca un altro sentiero in salita detto Ranzilandia (caratterizzato da lastricati napoleonici e scorci mozzafiato) che conduce al sentiero dell'Armuin (corbezzolo in dialetto ligure), un percorso che regala una vista mare "da cartolina" e si apre su un paesaggio spettacolare. Questo sentiero, caratterizzato da un terriccio rossiccio e da una macchia mediterranea rigogliosa e profumata, termina sul panoramico colle della Madonnina, nel prato dove ogni anno si svolge la mitica "Sagra del Nostralino" di Ranzi dedicata al vino locale, detto appunto "nustralin" e al piatto simbolo di questo borgo: i buonissimi ravioli! Si imbecca quindi il Sentiero della Madonnina, un'antica mulattiera, per tornare al punto di partenza.



INFO UTILI

Attività realizzata da:
PIETRALIGUREOUTDOOR

QUANDO:
tutte le DOMENICHE partenza ore 18.00
(durata 2.5 h)

DOVE:
Partenza da Ranzi - Piazza San Bernardo

INFO:
Si raccomandano scarpe da ginnastica o da trekking, acqua, felpa o k.way

- ATTIVITÀ A PAGAMENTO -

PIETRA aromatica

• escursione guidata •

Trekking naturalistico tra ulivi, leggende e sapori.

PER CONOSCERE GLI AROMI PROTAGONISTI DELLA CUCINA LIGURE

Questa escursione guidata, adatta a tutta la famiglia, vi porterà alla scoperta delle erbe e degli aromi che caratterizzano la cucina ligure tradizionale. Si parte dal confine con Loano e passando per vestigia romane e sentieri ciottolati, si raggiunge alla chiesa dei SS. Cosma e Damiano, fratelli medici e martiri leggendari; da qui per uliveti si sale al poggio vista mare dove, tra gli aromi del timo, della santoreggia e del finocchietto selvatico, sorge un tempo un "castellaro", un antico recinto fortificato in pietra a secco costruito di solito a scopi difensivi e religiosi risalente soprattutto all'età del Bronzo e del ferro, tipico degli antichi Liguri montani che vi si rifugiavano in occasione di guerre o invasioni per difendere sé stessi e le loro greggi e da cui

prende il nome l'intera località detta appunto dei "Castellari".

A questo punto, se le gambe dei partecipanti e a temperatura lo permettono, si guadagna la cima del Bric 5 alberi tra sugheri e corbezzoli a quota 207 slm, altrimenti si devia per il bosco fresco per giungere comunque al colletto di Ranzi e quindi al paese. Ranzi è un caratteristico borgo diviso in più frazioni, dove si farà una pausa merenda "aromatica" e si visiterà un antico frantoio. Quindi per via più diretta si tornerà al mare di Pietra per un tuffo rinfrescante nelle sue acque blu!

Un simpatico ed utile segnalibro con le ricette aromatiche di Liguria sarà consegnato come ricordo dell'esperienza a tutti i partecipanti!

INFO UTILI

Attività realizzata da:
SERINUS STUDIO NATURALISTICO

QUANDO:
tutti i MERCOLEDÌ partenza ore 9.00
(durata 3 h)

DOVE:
Ritrovo al termine della passeggiata a mare di Pietra (slargo) sul confine con Loano

INFO:
Si raccomandano scarpe da ginnastica o da trekking, acqua, felpa o k.way
Minimo 6 persone
- ATTIVITÀ A PAGAMENTO -



Trekking del Montegrosso

• escursione guidata •

Immersi nel verde della macchia mediterranea

TRA ANTICHI ULIVETI E SCORCI MOZZAFIATO

L'immediato entroterra di Pietra Ligure offre la possibilità di partire alla volta di avventure trekking adatte a tutti, anche ai bambini, accompagnati da una guida del posto.

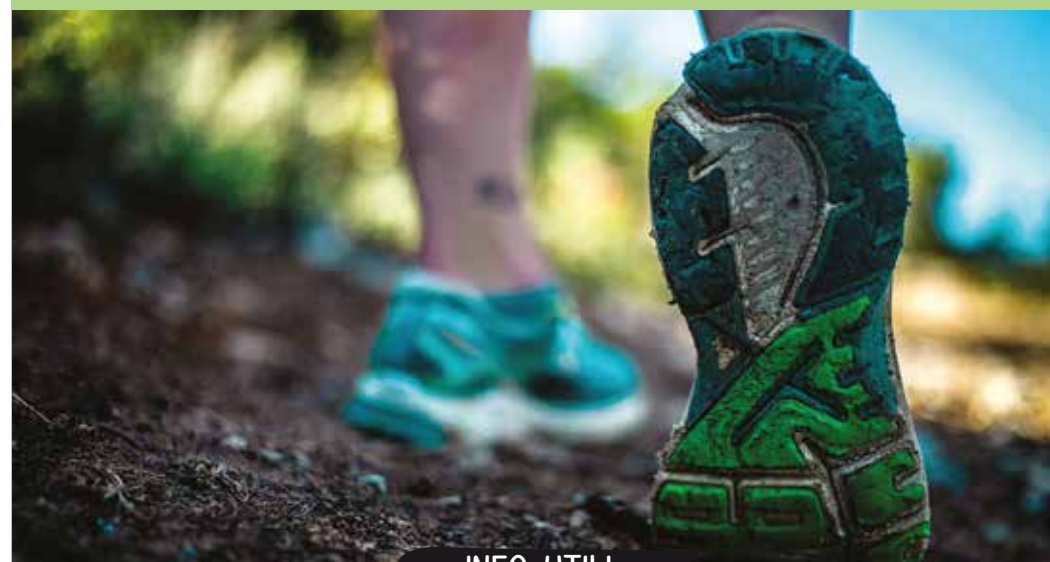
Un'occasione per camminare insieme, fermandosi a scoprire paesaggi, natura, storie.

La passeggiata del Montegrosso sarà l'opportunità per conoscere le bellezze uniche che il nostro territorio svela a pochi passi dal mare.

La partenza è presso la chiesa del Soccorso. Ci si incammina sino a imboccare il Sentiero delle Ramate (Borgio Verezzi), un sentiero che fu utilizzato fra gli anni '50 e '60 per effettuare un rimboscimento in seguito ad un grave incendio che colpì la zona. Nella prima parte il sentiero è costeggiato da muretti a secco e da uliveti, si sale immersi nei profumi della macchia mediter-

ranea, affiancando i tipici orti liguri punteggiati da alberi da frutto. Continuando a salire, il sentiero si apre in una meravigliosa vista panoramica su un vasto tratto di costa.

Una volta arrivati in cima alla collina, a quota 300 mt, si attraversa un pianoro per arrivare alla "zona del quagliodromo", dove ci si potrà rinfrescare presso una fontanella e godere della vista mozzafiato. Dopo una piccola sosta con esercizi di yoga si percorre il sentiero dell'acquedotto per ridiscendere la collina, per poi entrare nella zona delle "Natte" (sugheri in dialetto ligure), caratterizzata da grandi alberi di sughero secolari e attraversata dal cosiddetto sentiero "dei sugheri". Il sentiero termina in via Dei Baracchini, da dove si ritorna al punto di partenza.



INFO UTILI

Attività realizzata da:
PIETRALIGUREOUTDOOR

QUANDO:
tutti i MARTEDÌ partenza ore 18.00
(durata 2.5 h)

DOVE:
Partenza da chiesa del Soccorso

INFO:
Si raccomandano scarpe da ginnastica o da trekking, acqua, felpa o kway

ATTIVITÀ A PAGAMENTO -

Chicchiricchi Run

• attività sportiva •

Sveglia presto e si torna a correre!!!

Tornano le Chicchiricchi Run per un allenamento di gruppo diverso dal solito che è anche un momento di socializzazione e benessere.

Un appuntamento sportivo pensato per promuovere l'attività fisica e lo star bene con se stessi e con gli altri, un modo per ripartire, nel rispetto delle norme di prevenzione e sicurezza, sia per i Runners sia per i Walkers.

Un'iniziativa in collaborazione con il Comune di Pietra Ligure per dare un segnale di ripartenza attraverso il wellness!

INFO UTILI

Attività realizzata da:
RUNRIVIERARUN

QUANDO:

DOMENICA 5 LUGLIO ore 8.00
SABATO 15 AGOSTO ore 8.00

DOVE:

Partenza e arrivo
Piazza Vittorio Emanuele II

INFO:

- ATTIVITÀ GRATUITA -

sunset run&walk

• attività sportiva •

Allenarsi al calar del sole

Quest'attività è ottimale per scaricare le tensioni e mantenersi in forma con una corsa alternata a camminata al tramonto lungo la costa respirando il profumo del mare.

E per concludere al meglio l'allenamento, rilassati e rigenerati... stretching sul molo!

Tutte le Sunset Walk sono precedute da una sfida di 200 mt aperta ai bimbi sino a 12 anni con partenza alle 18.00.

INFO UTILI

Attività realizzata da:
RUNRIVIERARUN

QUANDO:

VENERDÌ 17 LUGLIO e 21 AGOSTO
ore 18.30

DOVE:

Partenza e arrivo Molo
Lungomare XX Settembre

INFO:

- ATTIVITÀ GRATUITA -



Pomeriggio ad Asinolla

• passeggiata natura •

Divertimento in famiglia con gli amici asinelli

PASSEGGIATA VISTA MARE INTORNO AL COLLE TRABOCCHETTO

Un'estate a Pietra Ligure significa anche la possibilità di passare con tutta la famiglia una giornata diversa, rilassante e divertente.

Il parco dell'AsinOlla è un piccolo angolo di paradiso che sorge sulla collina nell'immediato entroterra del pietrese, a pochi minuti dal centro. Tra le altre attività, il parco propone una passeggiata piacevole e indimenticabile intorno al Colle Trabocchetto accompagnati dagli amici asinelli e dall'autore del libro che narra della storia e delle leggende del Trabocchetto. Dal parco AsinOlla si sale per un centinaio di metri attraverso un comodo sentiero tracciato nell'uliveto del parco e si giunge su un pianoro che fino alla prima guerra mondiale era un

uliveto e per questo ancor oggi si chiama "Pian dell'Olio". La visione si allarga e spazia per tutta la valle e, tra il verde della vegetazione, si intravede il mare. Da qui si scende fino al villaggio "la Rocca delle Fene" per un facile sentiero a cui fanno da contorno la lavanda e altre piante officinali endemiche, con l'incantevole panorama che muta ad ogni tornante. Si prosegue in uno splendido percorso ad anello attraverso una folta vegetazione che si inerpica nell'ombra del bosco finché sulla sinistra si intravede la croce che sovrasta Pietra. Ancora un centinaio di metri e si giunge sulla strada e in pochi minuti si ritorna al parco AsinOlla, dove vi attende un ristoro dissetante!



MEZZA GIORNATA AL PARCO E SENTIERO DELLE AROMATICHE

Il parco dell'AsinOlla è immerso in uno splendido uliveto a picco sul mare, da cui si può godere una straordinaria vista della costa ligure da Ponente a Levante. AsinOlla è un luogo speciale dove gli asinelli, insieme a cavalli, galline e galli, accolgono gli ospiti con diverse attività, tra cui il trekking e l'onoterapia. Il parco è stato concepito per permettere alle famiglie di dedicarsi alla filosofia delle camminate a passo lento, del riprendersi il proprio tempo. Un luogo accogliente immerso nella natura dove poter praticare in sicurezza tante attività o semplicemente rilassarsi in sintonia con la natura e gli animali.

Appena arrivati riceverete il benvenuto al parco e farete conoscenza dei nostri amici asinelli.

Quindi percorrerete i sentieri aromatici all'interno del parco in compagnia degli asinelli e, se lo vorranno, i più piccoli potranno fare il battesimo della sella (attività facoltativa) mentre gli altri potranno rilassarsi all'ombra degli ulivi.

Al termine del percorso verrà offerta una bevanda fresca a base di erbe e profumi del parco.

Per ristorarsi all'interno di AsinOlla è possibile portarsi il pranzo al sacco, prenotare le grigliate o il cesto picnic ed usufruire del bar.

INFO UTILI

QUANDO:

Mezza giornata al parco
Tutti i MERCOLEDÌ
e tutte le DOMENICHE
ore 16

Passeggiata Colle Trabocchetto
su richiesta

Attività realizzata da:

ASINOLLA

DOVE:

Parco Asinolla
Via Piave, loc.
Pian dell'Olio

INFO:

Battesimo della sella
facoltativo
con supplemento

- ATTIVITÀ A PAGAMENTO -

MTB/E-MTB Trails

• attività outdoor •

Quando la storia incontra l'adrenalina

DUE TOUR PENSATI PER I BIKER TRA ANTICHE VIE E PANORAMI MOZZAFIATO

SULLE ALTURE DI PIETRA LIGURE

LUNGO IL SENTIERO DEL Fieno

Durata: 2/2,5h. - TOUR CON GUIDE ESPERTE

Dopo un breve brief si parte in direzione di Ranzi, il suggestivo borgo appeso al ripido versante meridionale del Monte Pianosa, passando per via della Cornice, una strada a tornanti che regala una piacevole vista sul centro storico e sul mare.

Giunti al termine della strada asfaltata di Ranzi, si imbecca la strada sterrata di San Martino, caratterizzata da sali e scendi tra bellissimi scorci vista mare, il profumo dei pini e dalle querce da sughero per arrivare presso il "Cabanun", un'antica costruzione in pietra a secco, a pianta circolare, utilizzata in passato come rifugio dai contadini di Ranzi che, fino al secondo dopoguerra, si recavano sul Monte Carmo durante la stagione del taglio del fieno.

Si scende poi alla chiesa di San Michele, nel comune di Giustenice. Da qui si torna a Pietra Ligure utilizzando la strada asfaltata, prevalentemente in discesa.

RISALENDO LA VAL MAREMOLA

ATTRAVERSO LA VIA DEL FERRO

Durata: 1,5h - TOUR CON GUIDE ESPERTE

Il primo tratto di questo bike tour guidato attraversa il centro storico per poi risalire lungo il fiume Maremola in direzione di Tovo San Giacomo. Qui si attraversa un ponte che conduce ad una stradina molto suggestiva che costeggia la sponda opposta del fiume, dove si incontrano alcuni ponti in pietra molto antichi, facenti parte dell'antica "Via del ferro" un percorso storico che veniva utilizzato per trasportare il ferro da Pietra Ligure alle Ferriere di Isallo per la lavorazione, utilizzando come mezzo di trasporto esclusivamente i muli.

A testimonianza di questo passato, lungo il sentiero, sono ancora presenti in alcuni tratti le antiche lastre di pietra che ricoprivano il manto della via. Questa strada diventa sterrata verso la fine, per ricongiungersi con la via che porta alla frazione di Tovo, Bardino. Da qui si ritorna verso il centro di Pietra, percorrendo una strada asfaltata a tratti in discesa e pianura.

INFO UTILI

Attività realizzata da:
PIETRALIGUREOUTDOOR

QUANDO:

tutti i GIOVEDÌ partenza ore 17.00
(durata due ore e mezza)

DOVE:

Partenza da piazza San Nicolò

INFO:

possibilità di affitto mtb e e-bike
a prezzi agevolati
- minimo 3 persone -
- ATTIVITÀ A PAGAMENTO -

