

"26.01.2013 Gita in **Mtb Recco-Ageno-Sori-Case Cornua-Redentore-Ageno-Recco**

Meravigliosa uscita con gli amici dell'Adb di Genova gruppo Mtb.

Il percorso ci ha portati per antichi sentieri e creuse alle frazioni in collina tra Sori e Recco fino a raggiungere case Cornua, sulla panoramica del Fasce, ridiscendendo lungo la cresta fino al Redentore posto presso la chiesa di S. Uberto, con vista mozzafiato sul Golfo Paradiso, e da qui a Palla, giù fino a Recco.

E stata una gita abbastanza impegnativa di 30 km circa e 900 m di dislivello, con diversi tratti, seppure brevi, effettuati a piedi nella discesa in cresta.

Ritrovo di fronte alla stazione di Recco alle 08.25, fatti i vari saluti e convenevoli, ci siamo messi "in moto", io col nuovo passamontagna termico che, visto il frescolino, mi ha protetto il volto ed il collo.

In occasione della immancabile sosta al bar, tipica di ogni partenza, Patrizia, l'unica donna del gruppo, ci ha offerto la sua torta, chiedendoci di finirla per non averla poi lei sul groppone per tutto il giro. Non mi sono fatto pregare, era ottima e leggera, e me ne sono trangugiato tre fette (l'extra carico calorico mi sarebbe venuto bene nel corso della gita, vista la discreta durezza e lunghezza del percorso).

Lasciato il centro di Recco siamo saliti attraverso le frazioni di Ageno-Verzemma, con tratti di discreta pendenza e di belle viste panoramiche. Passati sopra l'autostrada siamo giunti ad un sentiero che ci ha portati nel territorio di Sori. Il primo pezzo è stato impegnativo e un po' pericoloso, infatti un membro del gruppo è finito in un valletto, posto alla fine di un sentiero stretto, sassoso ed in discesa. Tanto spavento, pochi graffi ma nulla di serio. Poteva andare peggio, molto peggio.....

Poco prima c'è stata una foratura ed una caduta da parte di Ettore, con ferita lacero-contusa, prontamente medicata da Patrizia, provvista provvidenzialmente di attrezzi del mestiere (se ho capito bene fa l'infermiera o la fisioterapista).

Bene, archiviato e lasciato alle spalle il primo, il secondo tratto, quello verso Sori, è stata una piacevole sorpresa ed una delizia per gli occhi: si è passati per creuse poste tra le fasce coltivate ad ulivo, con vista mare, del Golfo Paradiso e di Genova, in una giornata tersa e tutto sommato calda. Bello, anzi, splendido, una gioia per palati fini.

Da lì un sentiero ci ha condotti verso l'interno, salendo su per la frazione di Sussisa e percorrendo la provinciale 71 fino all'intersecazione con la provinciale 67 che, per inciso, verso nord porta al Monte Fasce/Genova, a sud torna in direzione Recco via Uscio-Avegno, oppure, alla biforcazione, in direzione della Valfontanabuona. Pochi chilometri prima, in prossimità del bivio per Canepa, Luca ed un altro socio ci hanno salutati perché non se la sono sentita di affrontare altre fatiche (eravamo solo al km 13 e ce ne rimanevano 17 molto duri e per buona parte impervi) e sono ridiscesi a Sori.

In cima alla provinciale 71 la vista è impagabile, abbiamo fatto una breve sosta per ricompattarci, per rificillarci, e per scambiare quattro chiacchiere con alcuni bikers milanesi dotati di bici tecniche, che si stavano apprestando a scendere in direzione Sori.

Abbiamo ripreso la strada e poi il sentiero che scende giù da Cornua, e qui la cosa si è fatta impegnativa.

Molti del gruppo erano stanchi per le salite affrontate e per le diverse ore di pedalate, ma bisognava scendere per le mulattiere strette e sassose, a tratti inesistenti, sicché è occorso fare quello che scherzosamente tra di noi chiamiamo, con vaga pronuncia francesizzante, "spallage", ovvero prenderci la bici in spalla e superare le pendenze di fango e sassi. E' stato tutto un sali e scendi dalla bici, alternando "pedalage", "spintage" e "spallage" (ci sono anche le varianti "camallage" o "portage"). Per il neofita del gruppo è stato un calvario, infatti è rimasto sempre in fondo ed in notevole ritardo, in un'occasione si è pure perso. Occorrono allenamento e abitudine a percorsi impegnativi, e quello di oggi è stato tutto meno che facile ed agevole. La vista è impagabile, con panoramiche sul Fasce a nord, il monte Penna a nord est, ed i monti Biscia/Zatta a sud-est. Prima della chiesetta di S.Uberto il crinale fa godere panorami mozzafiato del Golfo Paradiso (non si vede Recco, ma benissimo Camogli e Punta Chiappa) e di Genova.

Da lì si siamo scesi per un percorso molto tecnico, fatto a Palla, alla maniera del down-hill (io, Chris ed un

ragazzo, i più spericolati, mentre il resto del gruppo l'ha presa con più calma, vista anche l'età media più avanzata), paura tanta, ma l'adrenalina è stata tale che non ci si è pensato, e ci si è divertiti tantissimo. Dopo la Chiesetta di S.Uberto abbiamo ripreso le creuse e gli abitati, nei pressi di Verzemma-Ageno. Da lì tutto asfalto fino a Recco. Raggiunto il centro città Gino e Stefano ci hanno salutato al bivio per Genova perché se la sono voluta fare in bici, mentre io e gli altri abbiamo proceduto in direzione della stazione dei treni, dove siamo arrivati stanchi morti intorno alle 14.45.

Ci siamo salutati ed i rispettivi treni ci hanno riportato a casa.

Bellissima gita, grande percorso, splendida giornata, ottima compagnia. Alla prossima!