



BiciAmici Parco Aveto

Due gite in bicicletta nel Parco dell'Aveto a Luglio ed Agosto



sabato 25 luglio

Anello del Penna da S.Stefano d'Aveto
km 35 dislivello 1000 m impegnativa

sabato 29 e domenica 30 agosto

Val Graveglia, Passo del Bocco,
Monte Zatta, Passo del Biscia,
Case Gromolo

scheda su www.fiabtigullio.it dal 1/08

LA PROPOSTA

Il Parco dell'Aveto è la meta ideale per chi vuole dal mare o dalla pianura cercare luoghi piacevoli e freschi, con incantevoli panorami e un territorio ricco di storia naturale ed umana.

Fiab Tigullio Vivinbici e il Consorzio Ospitalità Diffusa vi propongono due splendide gite nel Parco dell'Aveto: **sabato 25 luglio percorso in MTB intorno al Monte Penna nel cuore del Parco - sabato 29 e domenica 30 agosto la meta sarà il Passo del Bocco dove dormiremo presso il rifugio con un percorso ad anello molto interessante sia all'andata che al ritorno.**

IL PROGRAMMA di sabato 25 luglio

- h 10.10 ritrovo a S. Stefano d'Aveto c/o il Castello (arrivo con mezzi propri)

*Parteciperai con la tua auto e sei disponibile a condividere il viaggio? Oppure vorresti partecipare e cerchi un passaggio? **Incontratevi sul Gruppo Facebook "Passaggi auto nel Levante ligure"***

<https://www.facebook.com/groups/1440412262923151/> E' possibile utilizzare un bus da Chiavari (h 9.05) con arrivo a S.Stefano (h 10.55) con vanno portabici (6 posti). In questo caso segnalarlo al capogita per partenza posticipata.

- h 10.30 circa partenza in bici, accompagnati da Fiab Tigullio Vivinbici e da guida MTB esperta del territorio, per Rocca d'Aveto - Pian Pendini - Passo del Chiodo - Rifugio Faggio dei Tre Comuni

- h 13.30 circa pranzo in rifugio

- h 15.30 circa partenza in bici per rientro via Passo Incisa - Passo Tomarlo - S. Stefano d'Aveto

- h 17.00 arrivo a S. Stefano d'Aveto e visita al Castello con spuntino a base di prodotti dei soci del Consorzio (offerto dal Consorzio) e bancarella dei prodotti.

- h 18 circa partenza per il ritorno

IL PERCORSO

Descrizione del percorso :

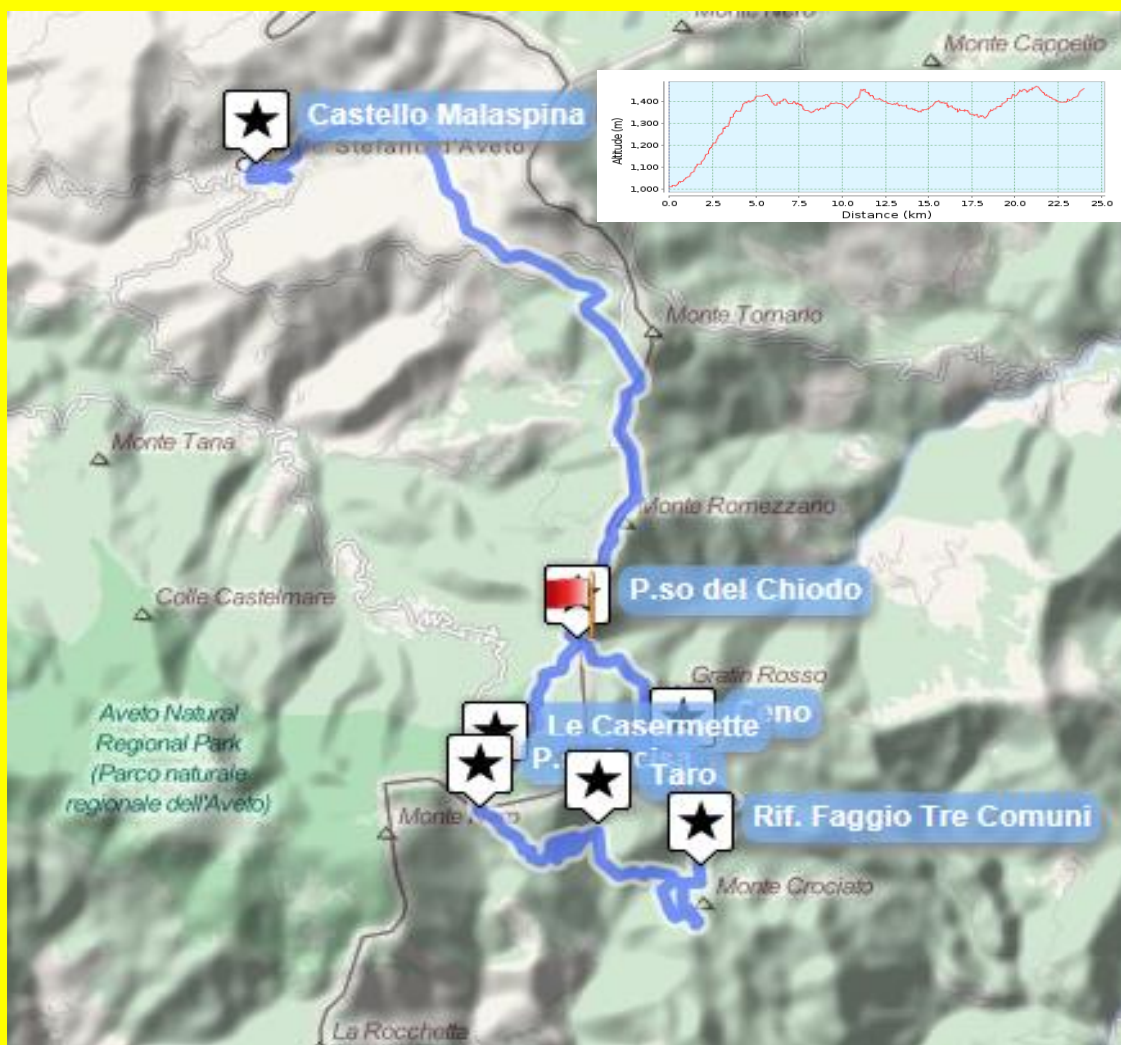
Lasciata l'auto a S. Stefano d'Aveto si sale in bicicletta a Rocca d'Aveto con salita impegnativa ma breve.

Dal piazzale della seggiovia si lascia la strada asfaltata per stradina sterrata che, con tornanti e a volte fondo sconnesso ma che ci evita la più trafficata strada asfaltata per il Passo del Tomarlo, ci porta al Passo della Lepre. Incrociata la strada si prosegue su sentiero fino a punto panoramico. A questo punto si riprende la strada che proviene dal Passo del Tomarlo, e che in inverno è chiusa e usata come pista per sci da fondo, e alternando tratti su sterrato e su asfalto si giunge al Passo del Chiodo. Da qui si prosegue su asfalto a sinistra. Dopo un paio di km sulla destra troviamo le sorgenti del Ceno (sosta). Si prosegue per 3 km circa, prima su asfalto e poi su sterrato, fino al Rifugio "Faggio dei 3 Comuni" (pranzo).

Ripartiti, dopo 2 km dal rifugio, si svolta decisamente a destra, ignorando la strada dritta che scende a Santa Maria del Taro. Ancora 2 km di discesa e poi inizia la salita verso il Passo dell'Incisa. Poco dopo inizio salita, sulla destra troviamo le sorgenti del Taro (sosta).

Dal Passo dell'Incisa si prosegue dritto in discesa fino alle Casermette del Penna e da qui ha inizio la salita che ci riporta al Passo del Chiodo. Da qui si ripercorre a ritroso il percorso dell'andata.

Link al percorso: <http://www.gpsies.com/mapOnly.do?fileId=tpdbiygsshgaczbb&isFullScreenLeave=true>



IL COSTO

17 euro (comprensivo di pranzo, spuntino e assicurazione) per i **non soci** Fiab, **16 euro** per i **soci** Fiab

L'OFFERTA

WEEKEND SU DUE RUOTE: BiciAmici Parco Aveto + Monte Penna Adventure

Pernottamento a prezzo convenzionato per un weekend ricco di eventi: escursioni guidate in MTB e a piedi, visita guidata al Castello di S. Stefano d'Aveto, pranzi e merende a base di prodotti locali!

Una splendida occasione per trascorrere un weekend nella natura, magari con tutta la famiglia, abbinando due eventi consecutivi che offrono tante attività diverse:

SABATO 25 LUGLIO: BiciAmici Parco Aveto

Escursione guidata in MTB con partenza da Santo Stefano d'Aveto verso la Foresta del Penna, a cura dell'Associazione FIAB Tigullio Vivinbici. Pranzo al Rifugio Faggio dei Tre Comuni. Rientro a Santo Stefano d'Aveto con visita guidata al Castello Malaspina Fieschi Doria e merenda finale a base di prodotti locali, offerta dal Consorzio Ospitalità Diffusa.

DOMENICA 26 LUGLIO: Monte Penna Adventure

Altre escursioni guidate in MTB nella Foresta del Penna (itinerari diversi dal giorno precedente) con l'Associazione Vallinbici. Pranzo al Rifugio Faggio dei Tre Comuni.

Per gli accompagnatori che preferiscono downhill, enduro o freeride c'è il [Bike Park](#) di Rocca d'Aveto.

ESCURSIONI A PIEDI per gli accompagnatori non bikers:

sab 25/7: escursione guidata a piedi Tramonto sul "sentiero segreto" del Monte Penna

dom 26/7: escursione guidata a piedi Trevine e Penna, i bastioni ofiolitici tra Ceno e Taro

Per gli accompagnatori che invece non vogliono pedalare, sono possibili visite a produttori locali:

[Mulino di Gramizza](#)

[Caseificio Val d'Aveto](#)

oppure maneggio ed escursioni a cavallo:

[Cavalli e Natura](#)

PREZZO SPECIALE PERNOTTAMENTO per chi partecipa ad almeno una delle due manifestazioni e accompagnatori - Offerta valida nelle notti di venerdì 24/7 e sabato 25/7:

Rifugio Faggio dei Tre Comuni:

15.00 € con trattamento B&B

20.00 € con trattamento di mezza pensione, con sistemazione in camerata da 18 letti.

Albergo San Lorenzo:

30.00 € con trattamento B&B

45.00 € con trattamento di mezza pensione, con sistemazione in camera doppia con bagno privato.

ISCRIZIONE

entro **venerdì 24 luglio** presso la sede di Fiab Tigullio Vivinbici (lun 10/12.30, dal mar al ven 16/19) in Viale Dante 132H a Sestri Levante oppure scrivendo a info@fiabtigullio.it e versando la quota con bonifico a Carispezia IT91 J060 3032 2300 0004 6299 412

INFORMAZIONI e PUNTO SOCI

presso Associazione Fiab Tigullio Vivinbici, Viale Dante 132H a Sestri Levante (lun 10/12.30, dal mar al ven 16/19) oppure scrivendo a info@fiabtigullio.it o direttamente al capogita Marco marcoveirana@tiscali.it 339 1029558

NOTE

1. All'atto dell'iscrizione comunicare il proprio recapito telefonico portatile
2. Assicurarsi preventivamente del perfetto stato del proprio mezzo e dotarsi di almeno una camera d'aria di scorta e di kit per riparazioni
3. Consigliato l'uso del casco
4. In caso di previsioni meteo del venerdì precedente fortemente avverse la cicloescursione potrebbe essere annullata. In tal caso gli iscritti saranno avvisati via sms

Per info: info@fiabtigullio.it oppure Marco marcoveirana@tiscali.it cell 339 1029558

Con il patrocinio di



Parco Naturale Regionale dell'Aveto



Comune di Santo Stefano d'Aveto