

Itinerario 58

Discesa da Sant'Alberto a Le Prese



Aggiornamento: 11/2009


Partenza: Sant'Alberto è raggiungibile con l'[itinerario 7](#) della val Fontanabuona o con l'[itinerario 12](#). E' raggiungibile su asfalto salendo da Bargagli o da Ferriere di Lumarzo.

Descrizione.


Dalla piazza di Sant'Alberto prendiamo la strada che scende in direzione ovest.

Svoltiamo a sinistra al bivio (km 0,1) e prendiamo una strada asfaltata in salita che seguiamo fino al suo termine (km 2,8) all'ingresso del cancello di una grande recinzione.

Prendiamo il sentiero (sentiero Alinovi, segnava FIE ) a sinistra che scende e costeggia la recinzione della stazione radar. Una breve salita ci porta su un cocuzzolo all'inizio della discesa. Il sentiero scende sul crinale; incontriamo alcune installazioni per freeriders, evitabili, e raggiungiamo il bivio (quasi invisibile; km 3,5) dove a sinistra scende il segnava .


Scendiamo qualche tratto più ripido e qualche gradone e raggiungiamo un bivio (km 4,5; a sinistra [variante 58.1](#)) dove il sentiero segnalato  prosegue sul crinale.

Proseguiamo in discesa sull'evidente tracciato. Dopo aver attraversato un pianetto scendiamo più ripidamente mentre il sentiero diviene un po' tortuoso e dobbiamo stare attenti a non perderlo (frece bianche, segnava FIE poco visibili). Qua o là ci sono passaggi anche molto difficili, non sempre facilmente rintracciabili, ma evitabili.


Raggiungiamo una mulattiera pianeggiante (a sinistra [variante 58.2](#) e segnava ; km 5,7) e svoltiamo a destra.

La mulattiera attraversa il bosco in leggera discesa. Quando si interrompe (km 6,2) scendiamo a sinistra su un sentiero poco visibile ma aiutati dai segnava **G**.

Il percorso è poco intuitivo ed è necessario stare attenti ai segnava ed alle tracce. Con due tornanti evitiamo un canalone e scendiamo con qualche diagonale incontrando qualche pedana e passaggi difficili.

La discesa termina (km 6,6) sulla mulattiera che proviene da Traso e percorsa dall'itinerario 23 e dal sentiero FIE .

Svoltiamo a sinistra e proseguiamo in comune con l'itinerario 23. La mulattiera percorre il bosco quasi sempre in discesa e termina sulla strada asfaltata (km 8).

Svoltiamo a destra e seguiamo la strada fino a quando incrociamo il segnava  che arriva da sinistra (km 8,7). Svoltiamo a destra e percorriamo la larga mulattiera che termina sulla strada (km 8,9).

Seguiamo l'asfalto a destra e raggiungiamo la SS 45 (km 9,3). Svoltiamo a sinistra proseguendo fino a Prato (km 13,7).

Dislivello: -810 m.

Ciclabilità: 99%



Asfalto: 60%

Osservazioni: è un itinerario molto frequentato ed è noto col nome di Super G.

Variante 58.1 per Terrusso.

Svoltiamo a sinistra e scendiamo su un largo sentiero che effettua subito un tornante e prosegue in diagonale verso est.

Il sentiero si allarga per diventare una bella mulattiera in parte lastricata.

Incontriamo il sentiero FIE ● (km 0,6) e lo seguiamo per cento di metri. Quando il segnavia va destra per Viganego lo lasciamo e proseguiamo a sinistra.

La mulattiera attraversa i boschi e raggiunge i prati che dominano Terrusso.

Sempre seguendo la mulattiera attraversiamo i prati e raggiungiamo una casa dove il percorso diventa una stradina col fondo in cemento.

Scendiamo alla chiesa (km 1,3) e al piazzale dove passa la strada della valle.

Variante 58.2 per Viganego.

Svoltiamo a sinistra (■ e frecce bianche) e seguiamo la bella mulattiera che scende con pendenza moderata.

Senza particolari difficoltà giungiamo alle prime case di Viganego (km 0,7). Scendiamo su cemento e passiamo tra le case giungendo ad un bivio (km 1) dove incontriamo il segnavia FIE ● e qui svoltiamo a destra.

In pochi metri scendiamo ad un bivio dove teniamo la sinistra continuando la discesa fino al piazzale autobus (km 1,2).



Fonte: liguriabike.it

Hostato da www.elementimtb.com

Gpx : <http://www.elementimtb.com/genovesi58.gpx>