

## **SANREMO - CAMMINARE NELLA RIVIERA DEI FIORI**

**sabato 18 - sabato 25 MARZO**

*DOVE LE ALPI TOCCANO IL MARE, SI ARROCCANO DECINE DI BORGHI TRA LE VALLI ARGENTINA, NERVIA, ROIA, CONTESI PER SECOLI TRA I DORIA, I GRIMALDI, I SAVOIA. SENTIERI IN VISTA MARE TRA LIGURIA E COSTA AZZURRA, LE FIORITURE E I CONTRASTI DI VERDE, AZZURRO E IL BIANCO DELLE ALPI INNEVATE, SULLE TRACCE DI GRANDI SCRITTORI.*

**Sabato 18 : Bussana** - partenza alle ore 7 da Reggio E. (stazione FS) per Sanremo, arrivo alle 14, sistemazione in albergo. Alle 15,30 autobus per il vicino borgo marino di Arma di Taggia, da cui lungo il mare alla grotta dell'Arma, chiesa rupestre lungo la via romana Julia Augusta, che da Tortona arrivava ad Arles. Dal paese nuovo si sale a Bussana Vecchia 184 m, borgo fantasma abbandonato dal terremoto del 1887, e da alcuni decenni riabitato da estrosi artisti. Una discesa e lo scavalco del Poggio precedono l'arrivo a Sanremo per la pista ciclabile e i giardini di Villa Nobel e villa Ormond.  
*3,30 ore di cammino, 250 m. di disl. in salita e 250 in discesa.*

**Domenica 19 : il Monte Bignone** - ore 9 bus per San Romolo 780 m, il Santuario venerato da tutti i sanremaschi. Dal grande prato si sale a raggiungere la panoramica vetta del M. Bignone 1299 m, sede di un antico castelliere ligure. Vista su tutta la riviera, le alpi Marittime e la Costa. Si scende all'Oratorio di S. Giovanni 797 m, tra vasti prati, e dopo una sosta ad un altro castelliere ligure sul Monte Colma, si scende per oliveti e ginestre a Verezzo S. Antonio 325 m, da cui il bus riporta a Sanremo.  
*4,30 ore di cammino, 550 m di disl. in salita, 980 in discesa*

**Lunedì 20: Seborga e Ospedaletti** - 8,30 bus per Bordighera e visita al centro storico. 10,45 bus per Seborga 500 m, famoso per avere ancora una principessa e una zecca, eredi dei Templari, secondo la leggenda nati proprio qui. Scavalco con sentieri storici e cippi confinari il M. Nero 548 m, scendiamo al santuario delle Porrine 174 m, poi ancora tra scalinate allo storico borgo costiero di Ospedaletti. Sulla ciclopedonale (antica ferrovia, prima in galleria poi lungo il mare) arriviamo a Sanremo.  
*5 ore di cammino, 150 m. di disl. in salita, 600 m. in discesa. Possibilità di evitare un'ora con un bus da Ospedaletti.*

**Martedì 21 : Taggia e Pompeiana** - ore 8,40 trasferimento in bus a Taggia 80 m, celebre ovunque se non altro per le olive. Visitato il bellissimo centro storico e superato il ponte medievale a 15 arcate, su stradine campestri, oliveti e case isolate si salirà al borgo di Castellaro 238 m. Una stradina sale al suggestivo Santuario di Lampedusa, con i lecci secolari. La salita prosegue fino al panoramico Monte delle Sette Fontane 779 m. Per il M. Croce in discesa si arriva nel borgo di Pompeiana 152 m, con viste su tutta la costa. Attraverso una valletta si scende nei vicini borghi marinari di Riva Ligure e Santo Stefano, da cui rientro in bus a Sanremo.  
*6 ore di cammino, 700 m di disl. in salita, 750 in discesa.*

**Mercoledì 22 : La Val Nervia** - ore 8,30 trasferimento in bus a Ventimiglia e visita alla città medievale. Alle 11 autobus lungo la val Nervia per Pigna 280 m e visita al magnifico centro storico per secoli parte del Ducato di Savoia. Quindi partenza a piedi sulla mulattiera selciata per la chiesa abbandonata di S. Paolo e poi per il borgo arroccato di Castelvittorio 389 m, che ha cambiato tre nomi. Ancora su mulattiere e stradette si sale all'Oratorio di S. Sebastiano e con un ponte ad arco del '500 si risale al panoramico borgo di Baiardo, il più alto della Riviera di Ponente (900 m). Un sentiero a saliscendi porta a Pian del Re e a San Romolo 780 m. Bus per Sanremo.  
*6,30 ore di cammino, 800 m. di disl. in salita e 300 m. in discesa.*

**Giovedì 23 : Le Otto Terre** - 8,30 trasferimento in bus a Bordighera, e per un sentiero suggestivo tra le palme, antico beodo, canale di irrigazione prediletto da Monet, raggiungeremo il borgo di Sasso 206 m. Seguiranno i bellissimi paesi di Vallebona e San Biagio della Cima (100 m), separati da due valichi di circa 200 m, ognuno con un oratorio. Le 8 Terre furono un'antica Repubblica di Comuni che si ribellarono per un secolo alle alte tasse dei Conti di Ventimiglia. Discesi a Camporosso si rientra in bus a Sanremo.  
*4,30 ore di cammino, 550 m di disl. in salita, 550 in discesa*

**Venerdì 24 : la Valle Roia** - ore 8,30 partenza in bus per Ventimiglia, da cui si sale per l'antica mulattiera dei Santuari, superando la Madonna delle Virtù, sotto una parete spettacolare di calcari, e dopo alcuni bunker dell'ultima guerra, alla Madonna della Neve. Lasciata la Valle Roia, si scende all'Oratorio di S. Bernardo tra vigne del vino rossese ed oliveti fino al bellissimo borgo di Dolceacqua, con il ponte ad arco sul Nervia e il rudere del castello dei Doria. Assaggiate le Michette e il rossese si torna in bus a Sanremo.  
*5 ore di cammino, 700 m. di disl. in salita, 600 m. in discesa.*

**Sabato 25 : Sanremo** - Mattina dedicata alla città, animata dal mercato, e visita guidata per chi vuole, alla Pigna, ai quartieri liberty, alla chiesa russa ecc. Si potrà in alternativa noleggiare una bici o e-bike e pedalare sulla ex-ferrovia tra i paesi lungo il mare, fino alle borgate di S. Stefano e S. Lorenzo (40 km a/r). Treno per Reggio alle 14 e arrivo verso le 21 con sosta a Genova.

- Viaggio in treno. Pernottamento in albergo. Le escursioni saranno con zainetti leggeri da giornata, in cui ognuno deve caricare ogni giorno il pranzo al sacco, da procurarsi in autonomia. Ricambi, beauty, scarpe da città e altro in borsone o trolley da lasciare in albergo. Le colazioni saranno in albergo, le cene sono autonome.
- In alcune sere sono previste visite guidate alla città di Sanremo, centro storico, porto, luoghi di Calvino ecc.
- Necessari scarponcini alti, equipaggiamento impermeabile, torcia, borraccia, pranzo al sacco per il primo giorno.
- Obbligatoria Carta d'Identità e tessera sanitaria europea plastificata.
- Cassa comune per le spese di viaggio, pranzi e cene esclusi circa € 650.
- Iscrizioni ENTRO il 30 GENNAIO
- salvo esaurimento posti, con acconto di € 150 sulla cassa comune.