

Sui sentieri dell'Alta Via dei Monti Liguri

Itinerario 29 - Tra le valli Aveto e Sturla



Dislivello: 825 m in salita e 900 m in discesa

Difficoltà: E

Ore di marcia: 8.00 ca.

Periodi consigliati: da aprile a novembre (in inverno occorre verificare il manto nevoso)

Accesso: da Chiavari si utilizza il bus della linea TEP per il Passo del Bocco e Bedonia.

La discesa dal Passo della Forcella avviene tramite bus della linea ATP da S.Stefano d'Aveto per Chiavari. Entrambe le linee fanno capolinea alla stazione FS di Chiavari. E' sconsigliato utilizzare mezzi propri.

Il percorso qui proposto è una vera e propria traversata che costeggia il crinale nord orientale dell'alta Valle Sturla, e quello meridionale della Val d'Aveto.

Si parte dal Passo del Bocco, valico di comunicazione tra Chiavari e il Parmense, e il Passo della Forcella, la porta d'accesso alla Val d'Aveto per chi viene dal mare.

E' un itinerario che si sviluppa quasi tutto sopra i 1000 metri, fino a giungere ai 1700 metri di quota del Monte Aiona, massima culminazione dell'AVML nell'Appennino Ligure.

Ci troviamo in una delle zone più piovose della Liguria (2500 mm di pioggia all'anno), dove la neve rimane per diversi mesi nelle zone di crinale e sugli ombrosi versanti settentrionali.

In compenso d'estate, mentre le zone costiere sono strette dal caldo e dall'afa, nella zona della foresta demaniale delle Lame le temperature di giorno possono essere inferiori di 10 gradi a quelle della costa.

Dal **Passo del Bocco** (956 m), si percorre per circa 3 Km la strada asfaltata che sale al **Passo dei Ghiffi** (1068 m).

Superato il valico, si giunge su un tornante in netta discesa. Accanto ad una baracca in legno comincia un sentiero (segnavia AVML), che con diversi strappi, sale in modo deciso fino ad una sella erbosa. Qui si apre il panorama verso la Val di Taro, e i monti Zatta e Gottero.

Attraversiamo una zona di pascolo con annessa recinzione, e di seguito una pineta, fino a giungere al **Passo della Scaletta** (1258 m). Incontriamo così un crocevia di sentieri, dove abbandoniamo temporaneamente il segnavia AV, per procedere su un sentiero segnalato con un quadrato giallo.

Si scende per alcuni metri, in mezzo ad una bella pineta, fino ad incontrare un ruscello tributario del Torrente Sturla. Superato un ponte, ci inerpicchiamo sul versante opposto percorrendo numerosi tornanti.

Giunti ad un passo, si abbandona il segnavia precedente per prendere un sentiero contrassegnato da tre punti rossi (indicazioni per Prato Mollo).

Arriviamo sull'ampio pianoro erboso del rifugio **Prato Mollo** (1480 m). Una visita alla vicina Pietra Borghese, un curioso affioramento di roccia nerastra, è d'obbligo.

Si riprende a salire lungo uno sterrato in direzione del **Passo della Spingarda** (1549 m), dove incontriamo nuovamente il segnavia AV, lasciato precedentemente per evitare un percorso più lungo e più impegnativo del nostro.

Si guadagna ora la vetta del **Monte Aiona** (1701 m - foto), salendo sulla sinistra, in una zona dall'aspetto lunare, con pochi arbusti e molti sfasciumi di pietra.

Da notare come i segnavia in questa zona sono molto frequenti, per la possibilità non remota di perdere l'orientamento, a causa delle frequenti nebbie, e per la particolare natura della roccia che fa "impazzire" la bussola.

Giunti in cima troviamo la deviazione per la vetta (posta a poche decine di metri). In seguito scendiamo su un'altra sella erbosa, con vista verso il Lago di Giacobiane.

Raggiungiamo successivamente una delle zone più belle e riposanti dell'itinerario, in lieve discesa tra i faggi i pini e gli abeti: è la **Foresta demaniale delle Lame**.

Qui in epoca glaciale si sono formati alcuni ghiacciai, che in epoca contemporanea si sono sciolti, lasciando spazio ad alcuni piccoli laghetti di origine morenica. Qui il clima freddo-umido ha permesso ad alcune specie vegetali tipiche delle Alpi o del nord Europa, di rimanere allo stato relittuale, mentre le stesse emigrarono più a nord col passare dei secoli.

Tra i numerosi invasi, da ricordare il celeberrimo Lago degli Abeti, dove alcuni tronchi di abete bianco caduti sul lago circa 2600 anni fa si conservano perfettamente sul fondo del lago stesso.

Il percorso sfiora la Riserva delle Agoraie, e condivide un breve tratto del percorso didattico.

Dopo un improvvisa svolta verso nord in forte discesa, si raggiunge lo sterrato che collega il Lago delle Lame con il **Passo delle Lame** (1300 m), posto tappa dell'AVML, e sede di una cappelletta, un rifugio e una zona pic-nic.

Abbandoniamo ora la foresta demaniale, per dirigerci a destra verso il Passo della Forcella.

Attraversiamo alcuni tratti di pineta alternati con zone prative, tra pietre nere e rossicce.

Si sale di quota, fino al **Passo delle Rocche** (1105 m), dove si stacca il sentiero per Capanne d'Aveto, e si ridiscende fino al **Passo del Bozale** (965 m).

Incontriamo così una piccola cappelletta, da usare eventualmente come riparo, e un crocevia di sentieri (per Capanne e per La Sguazza). Noi proseguiamo dritti in salita tra la vegetazione invadente (rovi e ortiche). Consigliabile in questo tratto i pantaloni lunghi.

Il pezzo finale è un alternarsi di saliscendi a quota 1000 metri, in vista della strada asfaltata per la val d'Aveto. Attenzione va posta ad alcuni tratti esposti verso la Valle Sturla.

Ancora una discesa a precipizio, e arriviamo al termine del nostro itinerario.

Al **Passo della Forcella** (875 m), troviamo un monumento ai partigiani, una cappella dedicata alla Madonna della Neve, e la fermata dell'autobus per tornare a valle.

Un consiglio: prestare la massima attenzione nei pressi del Monte Aiona, dove le nebbie salgono improvvisamente dal fondovalle, e le condizioni meteo cambiano improvvisamente.

Riferimento cartografico: carta allegata Parco Regionale Naturale dell'Aveto scala 1:50.000 – Volume "Alta Via dei Monti Liguri" (C.S. Unioncamere) – carta VAL alla pagina successiva

Verifica itinerario: 13 giugno 2003

