Le voci dell'Antola

trimestrale dell'Ente Parco Antola nr. 16 ottobre 2008

PARCO ANTOLA

F. PEDRAZZI

ESCURSIONISMO SICURO

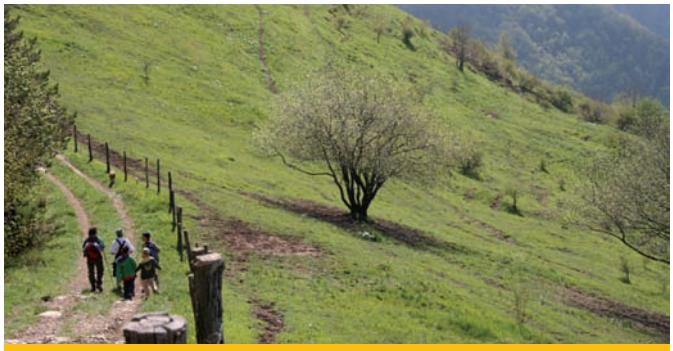
RACCONTANDO DI UN ANTICO MESTIERE...

DA MONTEBRUNO ALLA VAL CASSINGHENO

Poste italiane s.p.a. - Spedizione in abbonamento postale - 70% - DCB Genova

La Val Cassigheno a piedi...e non solo

Fra le limpide e pescose acque del Trebbia e le amene praterie di Casa del Romano si apre una valle ricca di memorie e di fascino, da scoprire con calma e assaporare lungo le vie dei paesi, nei sapori della buona tavola, nei suoni e nei profumi di una natura incontaminata che racconta sempre del lavoro dell'uomo. La Valle del torrente Cassingheno si sviluppa a est del Monte Antola, fra la Valle del Terenzone e quella del Brugneto. Sono la panoramica Costa del Fresco e le bellissime praterie di Pian della Cavalla a rappresentarne lo spartiacque con la Val Terenzone (vedi Le Voci dell'Antola n.14), mentre i boscosi versanti del Monte su Propata e del Bric di Rondanina nascondono la vista del lago del Brugneto.
Numerosi sentieri ricalcano, oggi, antiche vie di collegamento verso Carrega Ligure e la pianura e fra i borghi stessi della valle, offrendo al turista di giornata, così come a chi decide di soggiornarvi qualche giorno, interessanti spunti per passeggiate e trekking a piedi, in mountainbike o a cavallo.



Costa del Fresco. *Foto di M. Lo Conti*

Da Fascia e dalla Casa del Romano si possono raggiungere in breve tempo l'altopiano di **Pian della Cavalla** e il Monte della Cavalla (1327m), non solo per ammirare le splendide fioriture che si susseguono in primavera, ma anche per assistere, ad esempio, allo sfalcio dell'erba che avviene tra luglio e agosto oppure cimentarsi, in caso di neve, in un'escursione con le racchette adatta anche a chi è alle prime armi.
Poco sopra il paese di Fascia (1118m), presso un tornante della strada carrabile che conduce a Casa del Romano, si individua facilmente una strada sterrata priva però di segnavia: è la Costa del Fresco. Belle vedute sui paesi di Alpe e Varni in Val Terenzone, su Rondanina e il suo Bric e sui più lontani profili dei monti della Val d'Aveto accompagnano l'escursionista lungo il cammino prima di inoltrarsi in una suggestiva faggeta e sbucare infine sull'altopiano di Pian della Cavalla. Per raggiungere la Costa del Fresco da Casa del Romano si può imboccare il sentiero nei pressi della stalla (sottostante l'albergo-ristorante) e scendere in pochi minuti all'inizio della costa.

Casa del Romano (1406m) rappresenta anche una delle più note località di partenza per il **Monte Antola.** In poco meno di due ore e con un dislivello in salita adatto anche ai camminatori meno allenati (200m circa, segnavia 2 palle gialle), l'itinerario si inserisce nel più lungo percorso di crinale che collega le principali vette del comprensorio, dal Monte Carmo all'Antola fino al M. Buio e S. Fermo in Valle Scrivia e offre molteciplì possibilità anche agli amanti dei trekking a cavallo (possibilità di ricovero/pensione cavalli presso l'albergo di Casa del Romano).

Casa del Romano

Da Rondanina (990m) infine si può raggiungere la Casa del Romano percorrendo l'antica mulattiera per Carrega Ligure. Usciti dall'abitato, dopo aver incontrato e lasciato a destra la Cappelletta della Madonna della Guardia, si segue il sentiero che si snoda nel bosco lungo il versante destro della Val Cassingheno con belle vedute sui paesi di Carpeneto e Fascia. Giunti sul crinale ai piedi del **Bric di Rondanina** il panorama si apre sul lago del Brugneto, Caffarena e il profilo della Cappella di S. Rocco. Si raggiunge quest'ultima e si seguono le indicazioni per la loc. Casa del Romano (tempo di percorrenza: 3 ore circa).

Il capriolo sta tornando a colonizzare la Val Cassingheno e il comprensorio dell'Antola. Nella foto esemplare femmina

In alternativa si può rientrare a Rondanina e fare, dunque, un percorso ad anello attorrno al Bric, seguendo l'itinerario che passa al di sopra dell'imponente rupe che domina il paese e che sbuca nuovamente nei pressi della Cappelletta della Madonna della Guardia.
Per informazioni, dettagli e cartografia dei percorsi contattare l'Ufficio Informazioni del Parco (tel. 010 944175)

Ci teniamo a ringraziare: Giuliana Carraro della C.M. Alta Val Trebbia che ci ha fatto conoscere le numerose iniziative culturali a cui l'Auditorium di Montebruno ha dato vita; il Avv. Varni, Sindaco di Fascia e Consigliere del Parco, che ha assicurato che tutto quello che riguardava il suo paese fosse corretto; Simona Garbarino e l'Ing. Mussio del Comune di Rondanina che ci hanno fornito numeri e raccontato aneddoti del paese più piccolo della Liguria. A tutti loro grazie di cuore.