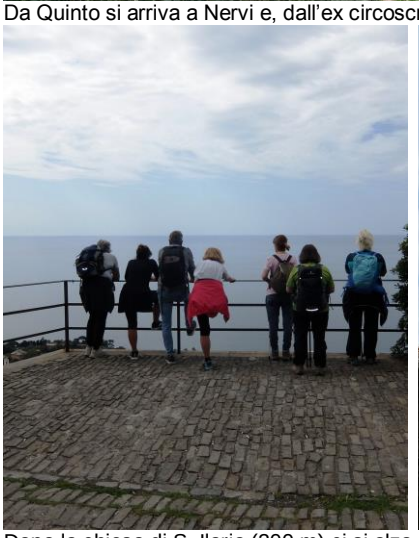
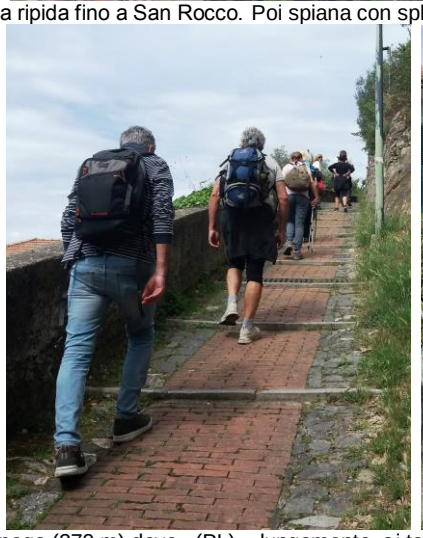
Da Quinto si arriva a Nervi e, dall'ex circoscrizione del comune, si sale in maniera ripida fino a San Rocco. Poi spiana con splendida vista sui giardini dell'Euroflora…





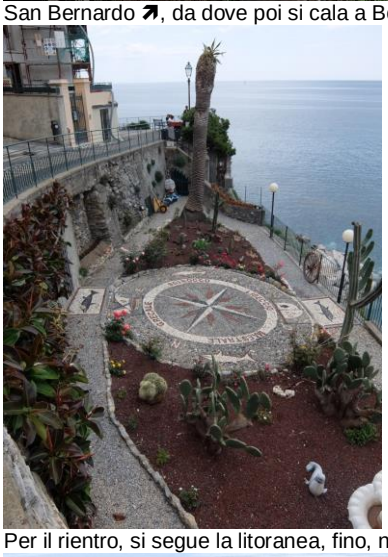
Dopo la chiesa di S. Ilario (200 m) ci si alza ancora (PL) fino alla Serra di Musanega (270 m) dove, (PL) lungamente, si taglia la montagna,

con saliscendi, fino a San Bernardo ↓ (245 m)

NB. Alla fine il meteo è stato nettamente migliore rispetto a quello previsto anche se si segnala che una volta a casa, verso le 16, c'è stata una improvvisa '*ramata*' d'acqua di circa 10 minuti a cui poi è seguito il cielo sereno… *Accesso*. Dal centro città con i bus dell'Amt (linea 15 o 17) o con il treno fino al quartiere di Quinto.

Introduzione. Il tempo incerto dirotta su un percorso costiero, collaudatissimo, che ha il vantaggio di garantire le migliori condizioni meteo possibile rispetto alla media montagna, nell'interno ligure… Il cammino, in prevalenza, è quasi tutto su creuze con poche difficoltà… le uniche sono legate al fatto che si soffre il primo caldo che unito all'eccessiva umidità finisce per stancare più del solito. La brevità e semplicità del tracciato sono quindi protagonisti.

San Bernardo ↗, da dove poi si cala a Bogliasco per fare la pausa pranzo dai muretti della passeggiata con vista su mare (2h30 tot. and.).



Per il rientro, si segue la litoranea, fino, nuovamente, ai giardini di Quinto, dove la *combriccola* si scioglie (1h rit.).

In estrema sintesi. Dif. T - disl. 300 mt - 12 km (8+4 altri 2 per ritrovo A/R) - circa 3h30 (+30' per ritrovo A/R). Comodità percorrenza: discreta/ottima.

Precedenti: 22a riga di http://www.cralgalliera.altervista.org/SopralGiornSentLiguri019.pdf e 6a riga di http://www.cralgalliera.altervista.org/GiornataSentieriLiguri019.pdf