

NB: Info solo generiche, controllare prima le possibili variazioni e approfondire. Si declina ogni tipo di responsabilità!



Il sentiero Fie è stato ridisegnato sul terreno da poco ed è ben visibile.



Da Bargone (295 m), ci si alza di quota, prima nel fitto bosco (in prevalenza pini)



poi in un ambiente più aperto,

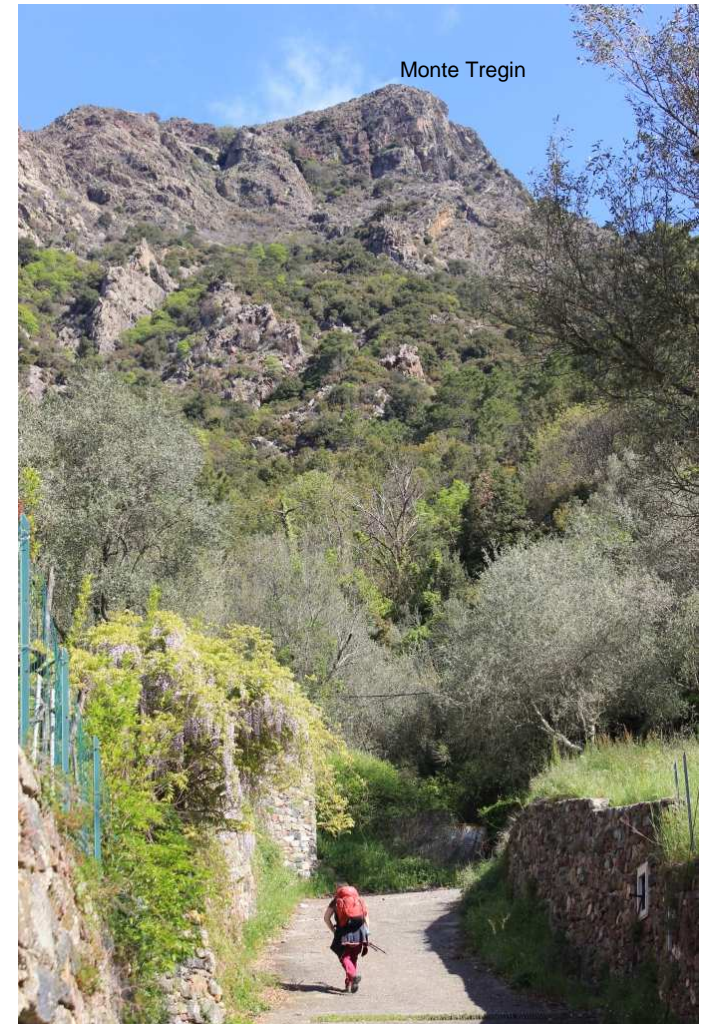


si arriva al colle Lencisa (647 m - 1h), in corrispondenza di un incrocio di sentieri.



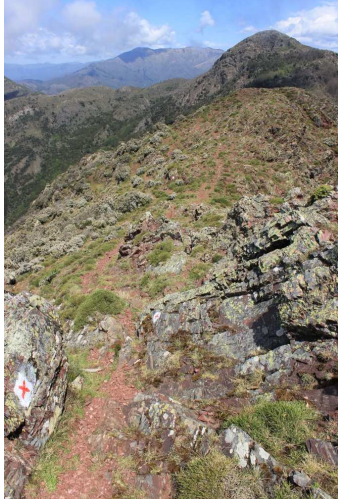
Qui si piega a destra e, in un maniera ancor più ripida, si rimonta la cresta dal caratteristico color rosso (il diaspro è una roccia sedimentaria composta da quarzo e alcune impurità di ferro a cui si deve il colore).

Foto singole (!) della gita, in parte diverse da quelle qui presenti, alla corrispondente riga del link <http://www.cralgalliera.altervista.org/altre2019.htm>

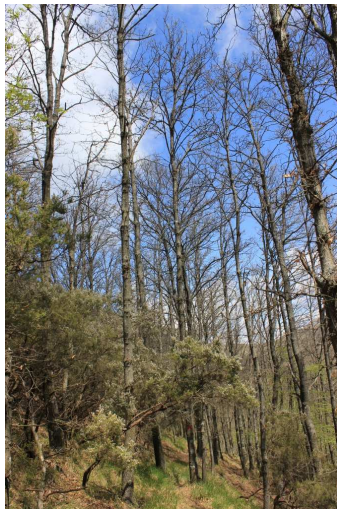




In 35', si conquista la rocciosa vetta (870 m), con croce ed una statuetta della Madonna, e appare un vasto panorama.



Seguendo attentamente i simboli, si affronta la cresta verso il Roccagrande con una discesa che è un po' difficoltosa (pochi metri) ⬆️ e da evitare con tempo umido!
NB: la gita, nonostante la vicinanza alla costa, attraversa uno degli ambienti naturali più interessanti e affascinanti di tutta la Liguria, con le rocce di color rosso della vetta e i resti di un antico specchio d'acqua (l'area fu frequentata a partire dal Paleolitico Medio e cioè da circa 100.000 anni fa!), inoltre il Tregin è una montagna di indubbia personalità con bella vista pure dall'autostrada.



Si attraversa un bosco e si riprende quota sbucando...



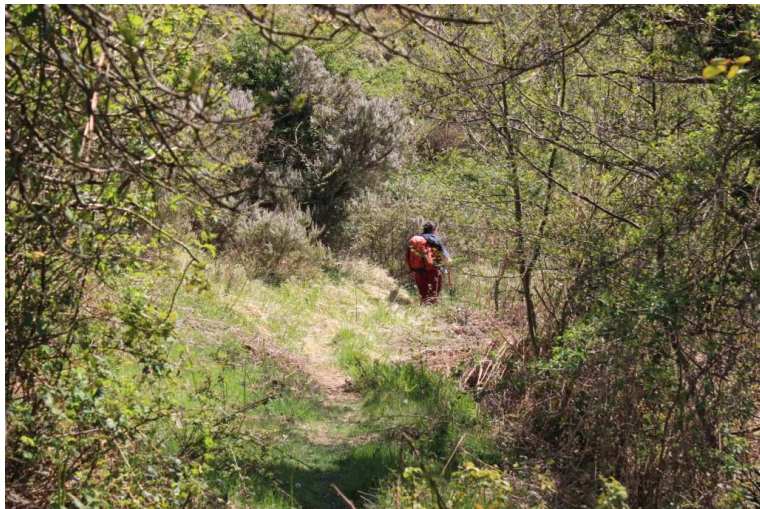
...su una sterrata (30'). Si tiene la destra e al successivo bivio, se si vuole visitare la zona del rifugio (Osservatorio Belvedere) si piega a sin. (10' - tot. and. 2h15).



Dopo una pausa, si torna sui propri passi e al bivio si va a sinistra.



Più avanti, si contorna lo "Stagno di Bargone" 850 m, zona umida importante per la fauna e la flora (resti di un lago preistorico, una delle torbiere più antiche della Liguria di Levante).



Si continua con qualche breve saliscendi fino al passo del Bocco di Bargone (908 m - 1h).



Qui si sceglie un altro sentiero Fie che cala a destra, su un tracciato un po' faticoso a causa del terreno piuttosto sconnesso.



Si fatica fino a trovare una larga pista (1h)



che conviene seguire a destra (volendo alcuni tornanti potrebbero essere tagliati, risparmiando qualche minuto) fino a ritrovare l'asfalto. Si continua a scendere fino all'auto (1h - tot. rit. 3h). In definitiva: il periodo migliore è l'autunno e la primavera, meteo buono, Diff. E, +650 mt disl., 5h15 tot. Accesso: Si esce dall'A12 a Sestri Levante, dove si svolta a sinistra per Casarza Ligure. Giunti in paese, si procede fino al bivio per Bargone sulla sinistra. In breve, si arriva nella piazza del paese, dove si può parcheggiare (o nelle sue immediate vicinanze).