

CONOSCERE
per
PEDALARE

OUTDOORLIGURIA

Cyclotourisme
pédaler pour connaître



Sassello

Itinéraires de cyclotourisme
à la découverte des vallées
Orba, Erro, Bormida
et dans le Parc Naturel du Beigua



Ligurie outre-cols:
parcours et lieux de l'arrière-pays



Le long du sentier de l'Alta Via qui du Giovo Ligure aboutit au sommet du mont Beigua. À l'arrière-plan la pyramide du Monviso.



Le pont romain de Rocchetta Cairo, dans la vallée Bormida.



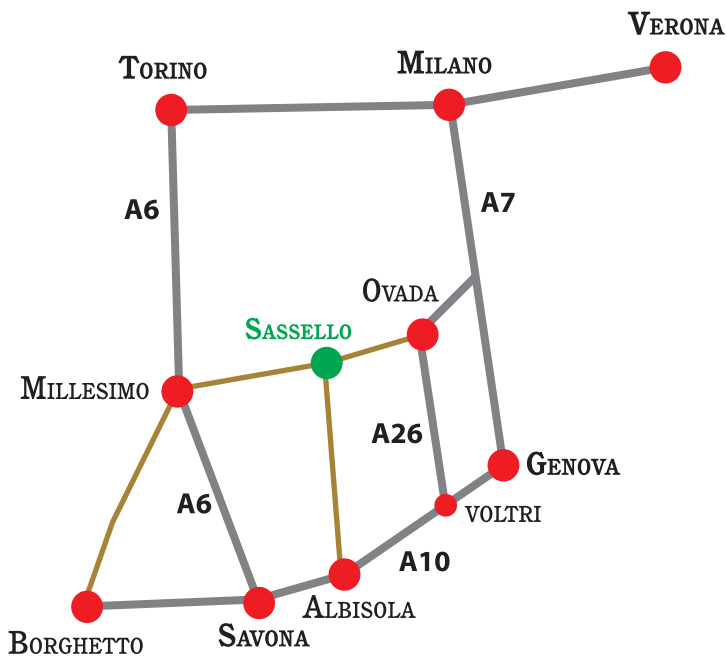
Le village de San Pietro d'Olba, hameau de Urbe. Point de rencontre entre quatre routes, il est la base de départ pour l'ascension de la montagne Beigua, du versant septentrional, et de la montée du col du Faiallo.

Vue panoramique de l'agglomération de Ponzone. Le bourg, riche de splendides demeures nobiliaires, est connu pour le spectaculaire panorama dont on peut jouir.



Sommaire

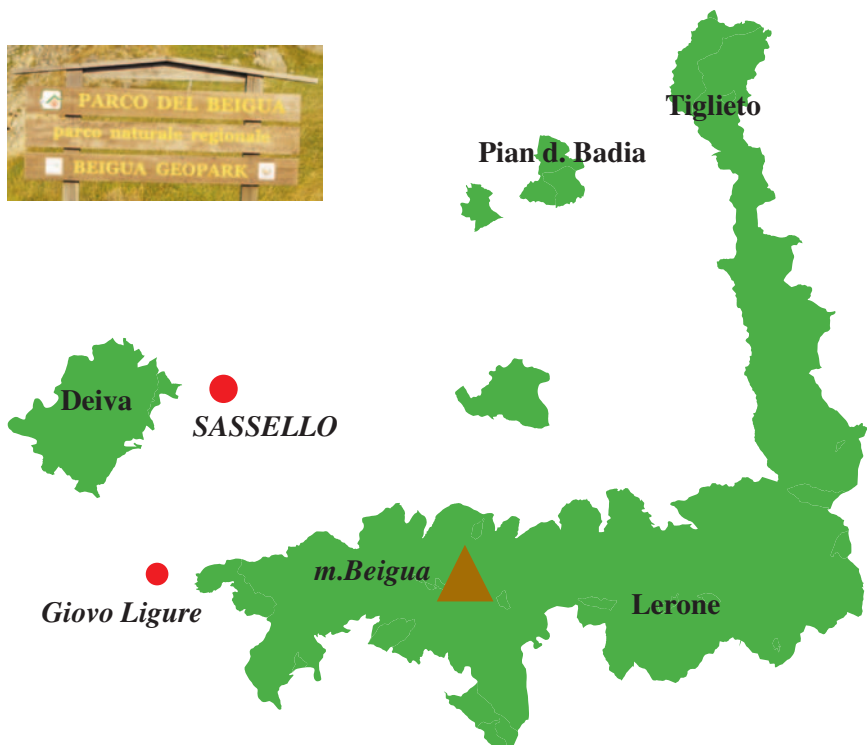
> Galerie photographique	pag.	2
> Liens	pag.	4
> Parc Naturel du <i>Beigua</i>	pag.	5
> <i>Sassello</i>	pag.	6
> Hotel <i>Pian del Sole</i>	pag.	7
> Itinéraires de cyclotourisme	pag.	8
> Itinéraire n. 1	pag.	9
L'antique marquisat de <i>Pontinvrea</i>		
> Itinéraire n. 2	pag.	10
Anneau panoramique de la vallée <i>Erro</i>		
> Itinéraire n. 3	pag.	11
Anneau du Parc de <i>Beigua</i>		
> Itinéraire n. 4	pag.	12
Les reliefs de la vallée <i>Erro</i>		
> Itinéraire n. 5	pag.	13
Anneau de <i>Fondoferle</i>		
> Itinéraire n. 6	pag.	14
Vallées <i>Bormida</i> et lac de <i>Osiglia</i>		
> Itinéraire n. 7	pag.	15
Circuit du <i>Giovo Ligure</i>		
> Itinéraire n. 8	pag.	16
L'Abbaye de <i>Tiglieto</i> et le <i>Montferrat</i>		
> Principales côtes	pag.	17
> Contacts	pag.	19



Le Parc Naturel Régional de Beigua

Il s'agit du plus vaste parc régional ligurien, à cheval entre les provinces de Savone et Gênes. Il est traversé par le sentier d'excursions de «l'Alta Via dei Monti Liguri» (Haut Sentier des Montagnes Ligures), qui de Vintimille en province de Imperia, rejoint Ceprana en province de La Spezia, avec un développement de 440 kilomètres.

Il comprend également le tracé de la Traversée des Montagnes Ligures en vélo tout-terrain, un itinéraire de randonnée d'une longueur de 638 kilomètres entièrement cyclables, qui traverse la Ligurie d'ouest en est.



Le Parc constitue l'une des zones les plus riches en biodiversité de la Ligurie, et compte parmi elles trois importantes forêts domaniales: Deiva, Lerone et Tiglieto. La zone du Parc est insérée dans la liste mondiale des Parcs Géologiques, grâce à la présence d'un riche patrimoine de vestiges géologiques, qui en font un précieux domaine de recherche pour les chercheurs en Sciences de la Terre.



SASSELLO



Le village s'étend sur les flancs et au sommet d'un relief qui atteint 405 mètres d'altitude, sur le versant septentrional du col de Giovo Ligure, à l'intérieur du Parc Régional de Beigua. Sa position est vraiment particulière, à environ 20 kilomètres de la côte, mais il

est inséré dans un contexte naturel riche de forêts et cours d'eau.

Le pays de Sassello vante une longue tradition touristique, une culture de l'accueil qui pioche dans la meilleure tradition ligure et piémontaise, de fait une sorte de terre de frontière entre les deux régions. Ici, on vient non seulement pour jouir d'un environnement relaxant et réellement pur, mais aussi pour parcourir l'un des nombreux sentiers qui marquent le milieu naturel protégé.

Particulièrement riche et soignée, l'offre de services est en mesure de satisfaire les exigences les plus variées: cyclotourisme, excursion pédestre, à cheval, en vélo tout-terrain, peuvent bénéficier de la documentation nécessaire sous forme de dépliants et cartes, mais aussi de structures comme l'hôtel Pian del Sole à Sassello, le centre hippique à Giovo Ligure, le complexe sportif de Pontinvrea.



En outre, il est possible de réserver auprès de l'office de tourisme de Sassello le service Sherpa Bus et de contacter le guide vert de la coopérative Drosera.

Toutefois, il n'y a pas que la nature: aux amateurs de bonnes tables, Sassello offre une ample variété de spécialités gastronomiques, avec "le touche de maître mais également"

grâce à sa production renommée d'amaretti.


Pian del Sole
BikeHotel



Hotel Restaurant
Sassello

- > 32 chambres avec terrasse, salle de bain, mini bar, téléphone, télévision
- > Ascenseur _ Salle de congrès - Salle vidéo
- > Vaste jardin et parking
- > Abri pour vélos et petit atelier
- > Piscine avec hydromassage (en construction)

Les itinéraires

Les parcours décrits dans ce mini guide sont tous en anneau et ont comme base le village de Sassello, d'où il est possible de se promener dans un ample rayon. Le développement total des huit itinéraires est égal à 671 kilomètres.

Même la côte est à portée de pédale et constitue un appendice valide aux parcours de l'arrière-pays, typique des Apennins.

Les tracés les plus absorbants ne manquent pas non plus, autant pour leur longueur que pour leur dénivellement, car ils sont un excellent terrain d'action pour les sportifs désireux de programmer une période d'entraînement ou simplement d'effectuer un test d'évaluation.

Il a également été identifié un circuit de 30 kilomètres de dénivellement réduit, donc très fluide, à renouveler plusieurs fois afin de s'habituer à tirer de longs rapports.

D'autres itinéraires prévoyants le départ de localités quoi qu'il en soit proches de Sassello, sont joignables en utilisant le service Sherpa Bus, activé justement pour faciliter les déplacements des touristes à l'intérieur de la zone.

Les côtes

Le choix de l'itinéraire à suivre passe aussi, et peut-être surtout, à travers l'évaluation de la longueur et du dénivellement.

La tenue de la distance, le soi-disant fond, est construit en allongeant progressivement la distance et, si elle est acquise petit à petit, devient une qualité sur laquelle on peut avoir confiance quand la fatigue se fait sentir.

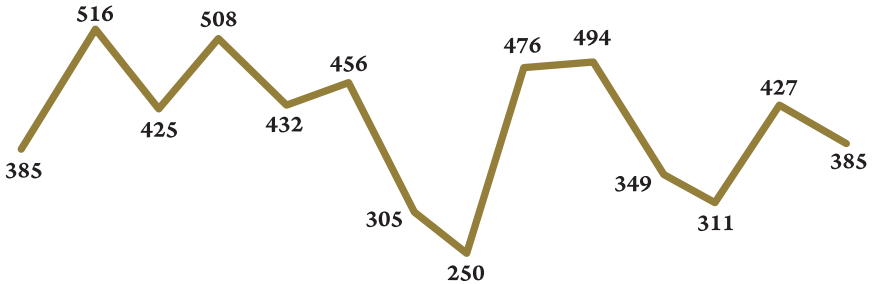
Les côtes sont le second critère de choix et plus généralement le paramètre de référence pour les cyclistes, le vrai adversaire avec qui se confronter.

Le bref panorama ici proposé, doté de quelques renseignements significatifs, est valable justement dans la mesure où il peut guider le choix du cyclotouriste ou du sportif.

Une dernière remarque: sur ces routes, et plus précisément sur les rampes de la montagne Beigua, est passée il y a quelques années une étape du tour d'Italie, une de celles classées de montagne. Cela voudra bien dire quelque chose... !

L'antique marquisat de Pontinvrea

Localité de départ et arrivée: Sassello 385 m slm
 Altitude minimale: Spigno Monferrato 250 m slm
 Altitude maximale: Giovo Ligure 516 m slm
 Longueur totale: km 68 Dénivellement positif: 598 m



Itinéraire fluide qui permet des moyennes finales tout à fait respectables. La montée de Spigo à Pareto, bien qu'introduite par un bref morceau en descente, présente une pente constante. Très rapide, le morceau ondulé de Mioglia à Ponte Erro.

Sassello m 385	
Giovo Ligure m 516	dénivellement 131 m
Pontinvrea m 425	
La Colla m 508	dénivellement 83 m
Giusvalla m 432	
Girini m 456	dénivellement 24 m
Dego m 305	
Spigno Monferrato m 250	
Pareto m 476	dénivellement 226 m
Quota m 494	dénivellement 18 m
Mioglia m 349	
Ponte Erro m 311	
Quota m 427	dénivellement 116 m
Sassello m 385	



Spigno: l'antique pont



Mioglia: l'église de San Lorenzo

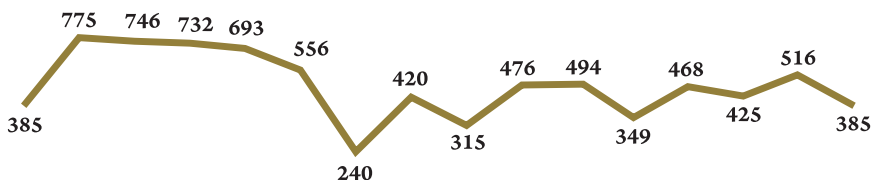
Anneau panoramique de la vallée Erro

Localité de départ et arrivée: Sassello 385 m slm

Altitude minimale: Isolabuona 240 m slm

Altitude maximale: Bric Berton 775 m slm

Longueur totale: km 58 Dénivellement positif: 946 m



Le tracé est recommandé de par son caractère panoramique, avec un intérêt particulier pour le bourg médiéval de Ponzone, joignable grâce à une brève déviation. Peu engageantes sont les côtes, qui toutefois ajoutent un dénivellement déjà significatif.



Ponzone: le bourg roqué au sommet du relief

Sassello m 385	
Bric Berton m 775	dénivellement 390 m
Moretti m 746	
Pian Castagna m 732	
Cimaferle m 693	
Ponzone (bivio) m 556	
Isolabuona m 240	
Malvicino m 420	dénivellement 180 m
Roboaro m 315	
Pareto m 476	dénivellement 161 m
Quota m 494	dénivellement 18 m
Mioglia m 349	
Quota m 468	dénivellement 119 m
Pontinvrea m 425	
Giovo Ligure m 516	dénivellement 91 m
Sassello m 385	



Malvicino: l'antique tour de repérage

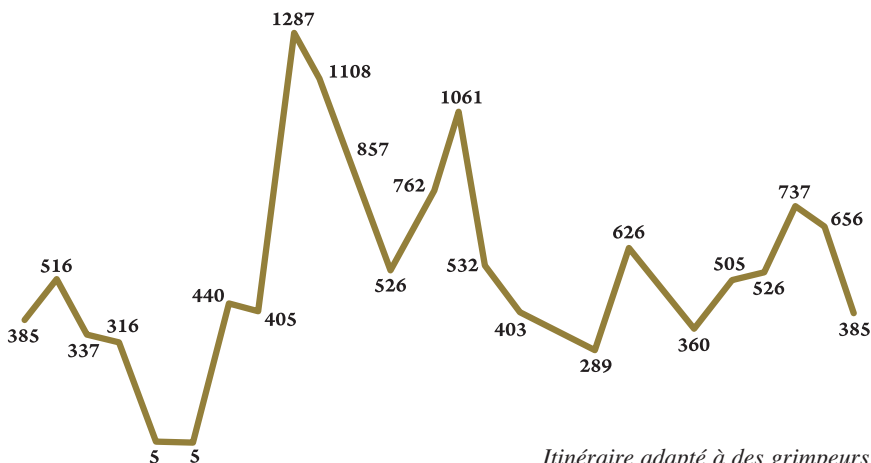
Anneau du Parc de Beigua

Localité de départ et arrivée: Sassello 385 m slm

Altitude minimale: Celle Ligure e Varazze 5 m slm

Altitude maximale: monte Beigua 1287 m slm

Longueur totale: km 131 Dénivellement positif: 2697 m



Sassello m 385	
Giovo Ligure m 516	dénivellement 131 m
Il Salto m 337	
Stella San Martino m 316	
Celle Ligure m 5	
Varazze m 5	
Faje (bivio) m 440	dénivellement 435 m
Alpicella m 405	
Monte Beigua m 1287	dénivellement 882 m
Pianpaludo m 857	
San Pietro Olba m 526	
p. Faiallo m 1061	dénivellement 535 m
p. Turchino m 532	
Masone m 403	
Rossiglione m 289	
Crocetta m 626	dénivellement 337 m
Tiglieto m 505	
Pian d. Badia m 360	
San Pietro Olba m 526	dénivellement 166 m
La Carta m 737	dénivellement 211 m
Palo m 656	
Sassello 385 m	

Itinéraire adapté à des grimpeurs experts et entraînés. L'ascension de la montagne Beigua est un classique qui réserve aussi des vues panoramiques surprenantes.



Le sanctuaire Regina Pacis, au sommet de la montagne Beigua.

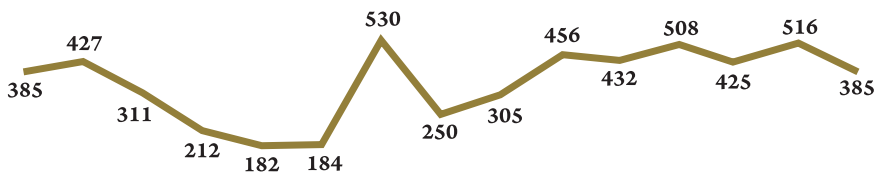
Les reliefs de la vallée Erro

Localité de départ et arrivée: Sassello 385 m slm

Altitude minimale: Bistagno 182 m slm

Altitude maximale: Montechiaro Alto 530 m slm

Longueur totale: km 100 Dénivellement positif: 763 m



Itinéraire touristique avec des caractéristiques de fluidité qui le rendent de doute façon agréable. Pour les sportifs, la possibilité de réaliser de bonnes moyennes finales.

Sassello m 385		
Quota m 427	dénivellement	42 m
Ponte Erro m 311		
Melazzo m 212		
Bistagno m 182		
Montechiaro Piana m 184		
Montechiaro Alto m 530	dénivellement	346 m
Spigno Monferrato m 250		
Dego m 305	dénivellement	55 m
Girini m 456	dénivellement	151 m
Giusvalla m 432		
La Colla m 508	dénivellement	76 m
Pontinvrea m 425		
Giovo Ligure m 516	dénivellement	91 m
Sassello m 385		



Vue de Montechiaro Alto

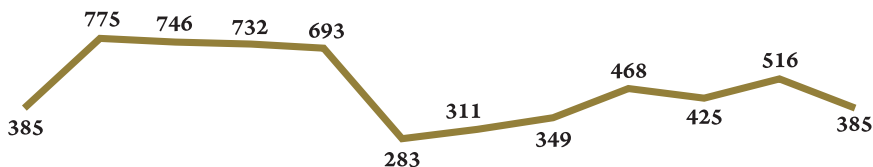
Anneau de Fondoferle

Localité de départ et arrivée: Sassello 385 m slm

Altitude minimale: Fondoferle 283 m slm

Altitude maximale: Bric Berton 775 m slm

Longueur totale: km 48 Dénivellement positif: 666 m



Le tracé touche divers aspects de la vallée Erro, adapté au cyclotouriste mais aussi au sportif désireux d'effectuer une trotte.

Sassello m 385

Bric Berton m 775

Moretti m 746

Pian Castagna m 732

Cimaferle m 693

Fondoferle m 283

Ponte Erro m 311

Mioglia m 349

Quota m 468

Pontinvrea m 425

Giovo Ligure m 516

Sassello m 385

dénivellement 390 m

dénivellement 28 m

dénivellement 38 m

dénivellement 119 m

dénivellement 91 m



Bric Berton: point d'arrêt équipé et vue panoramique sur les Alpes Occidentales.

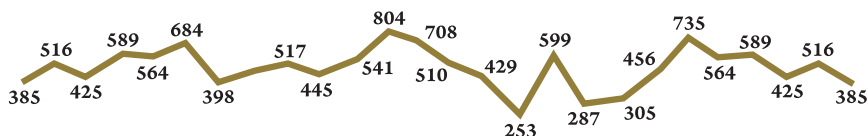
Vallées Bormida et lac de Osiglia

Localité de départ et arrivée: Sassello 385 m slm

Altitude minimale: Cortemilia 253 m slm

Altitude maximale: Colle Baltera 804 m slm

Longueur totale: km 164 *Dénivellement positif:* 1803 m



Itinéraire de longue haleine à la découverte des vallées de Bormida, à travers le Parc du Beigua, les Langhe de Piana Crixia et la splendide conque qui accueille le lac de Osiglia.



Sassello m 385	
Giovo Ligure m 516	dénivellement 131 m
Pontinvrea m 425	
Quota m 589	dénivellement 164 m
Ferriera m 564	
Quota m 684	dénivellement 120 m
Altare m 398	
Quota m 517	dénivellement 59 m
Bivio m 445	
Colle Baltera m 804	dénivellement 263 m
Osiglia m 708	
Micco m 510	
Millesimo m 429	
Cortemilia m 253	
San Massimo m 599	dénivellement 346 m
Piana Crixia m 287	
Dego m 305	dénivellement 18 m
Girini m 456	dénivellement 151 m
Quota m 735	dénivellement 279 m
Ferriera m 564	
Quota m 589	dénivellement 25 m
Pontinvrea m 425	
Giovo Ligure m 516	dénivellement 91 m
Sassello m 385	

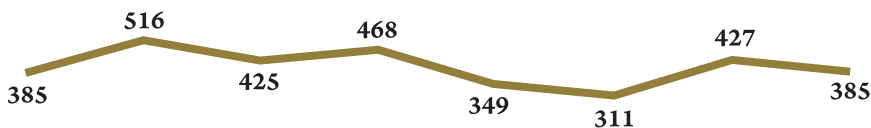
Circuit du Giovo Ligure

Localité de départ et arrivée: Sassello 385 m slm

Altitude minimale: Ponte Erro 311 m slm

Altitude maximale: Giovo Ligure 516 m slm

Longueur totale: km 30 *Dénivellement positif:* 290 m



L'engagement limité demandé par ce tracé le rend agréable pour le cyclotouriste mais il est aussi adapté à une séance d'entraînement s'il est répété plusieurs fois comme circuit.

Sassello m 385

Giovo Ligure m 516

Pontinvrea m 425

Quota m 468

Mioglia m 349

Ponte Erro m 311

Quota m 427

Sassello m 385

dénivellement 131 m

dénivellement 43 m

dénivellement 116 m



Panorama du Col de Giovo Ligure vu du Fort Lodrino.

L'ancienne importance stratégique du col, est montrée par la présence d'un système articulé de fortification.

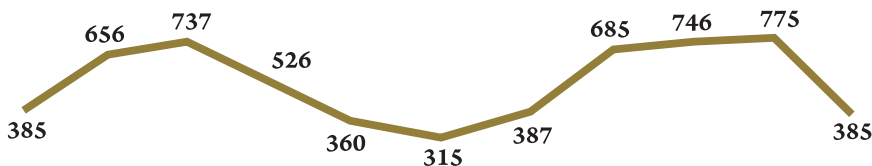
L'Abbaye de Tiglieto et le Montferrat

Localité de départ et arrivée: Sassello 385 m slm

Altitude minimale: Olbicella 315 m slm

Altitude maximale: Bric Berton 775 m slm

Longueur totale: km 72 Dénivellement positif: 812 m



Entre la Ligurie et le Bas Piémont un agréable itinéraire qui touche un site de grande importance historique, l'Abbaye cistercienne de Tiglieto, et les douces collines du Montferrat, lieu de production de vins prestigieux.

Sassello m 385

Palo m 656

La Carta m 737

San Pietro Olba m 526

Pian Badia m 360

Olbicella m 315

Cassinelle m 387

Bivio m 685

Moretti m 746

Bric Berton m 775

Sassello m 385

dénivellement 271 m

dénivellement 81 m

dénivellement 72 m

dénivellement 298 m

dénivellement 61 m

dénivellement 29 m



L'Abbaye de Tiglieto, abbaye cistercienne fondée en 1120.

Le complexe, restructuré, voit de nouveau la présence des moines.

Principales côtes

Alpicella (Varazze) m 405 - mont Beigua 1287 m

Longueur km 10,500 - Dénivellation m 882 - Pente moyenne 8,4%

Pero (Varazze) m 130 - mont Beigua m 1287

Longueur km 13,900 - Dénivellation m 1150 - Pente moyenne 8,3%

Spigno m 250 - Pareto m 476

Longueur km 8,500 - Dénivellation m 226+ - Pente moyenne 2,8%

Note: bref morceau en descente.

Fondoflerle (Ponzone) m 283 - Cimaferle m 693

Longueur km 4,000 - Dénivellation m 410 - Pente moyenne 10,3%

Isolabuona (Malvicino) m 240 - Ponzone m 629

Longueur km 6,500 - Dénivellation m 389 - Pente moyenne 6%

San Pietro Olba (Urbe) m 526 - col de Faiallo m 1061

Longueur km 12,000 - Dénivellation m 535 - Pente moyenne 4,5%

San Pietro Olba (Urbe) m 526 - mont Beigua m 1287

Longueur km 12,200 - Dénivellation m 761 - Pente moyenne 6,2%

Rossiglione m 289 - col de Crocetta m 626

Longueur km 8,100 - Dénivellation m 337 - Pente moyenne 4,2%

Tiglieto Pian Badia m 360 - col de Crocetta m 626

Longueur km 4,300 - Dénivellation m 266 - Pente moyenne 6,2%

Montechiaro Piana m 184 - Montechiaro Alto m 530

Longueur km 5,000 - Dénivellation m 346 - Pente moyenne 6,9%

Mele Fondocrosa (Voltri) m 30 - col de Turchino m 532

Longueur km 9,700 - Dénivellation m 502 - Pente moyenne 5,2%

Mele Fondocrosa (Voltri) m 30 - col de Faiallo m 1061

Longueur totale km 20,200 - Longueur côte km 19,100

Dénivellation réelle m 1090 - Pente moyenne 5,7%

Savona Santuario (du SP km 7) m 130 - Naso di Gatto m 714
Longueur km 7,200 - Dénivellation m 584 - Pente moyenne 8,1%

Finalborgo m 10 - col de Melogno m 1028
Longueur km 15,200 - Dénivellation m 1018 - Pente moyenne 6,7%



Bibliographie

- C. ZACCAGNINO, *Dal Passo dei Giovi al Col di Tenda in mountain_bike*
70 itinéraires de la Ligurie de l'ouest
CDA Centro Documentazione Alpina, Torino, 1991
- C. ZACCAGNINO, *Dal Passo dei Giovi al Passo della Cisa in mountain-bike*
45 itinéraires de la Ligurie de l'est
CDA Centro Documentazione Alpina, Torino, 1993
- C. ZACCAGNINO, *Liguria: itinerari, curiosità, salite*
40 itinéraires de cyclotourisme
CZ Edizioni, Genova, 1995
- C. ZACCAGNINO, D. SILVESTRIN, *Tutte le Alpi in mountain-bike*
De Trieste à Vintimille en 50 étapes
CDA Centro Documentazione Alpina, Torino, 1996
- C. ZACCAGNINO, *Traversata dei monti liguri in mountain-bike*
CZ Edizioni, Genova, 1997, 2000
- C. ZACCAGNINO, *Tre valli in bici: Orba, Erro, Bormida*
Mit dem Fahrrad durch drei Täler (édition allemande)
Impressioni Grafiche, Acqui (AI), 2004

Contacts



Pian del Sole

Hotel Restaurant BikeHotel

23, rue Pianferioso - 17046 Sassello (Sv)

Tel. (+39) 019.72.42.55 Fax (+39) 019. 72.00.38

www.hotel-piandelsole.com

e-mail: info@hotel-piandelsole.com



Drosera

Guides verts



Localité Corona, 28/1 - 17044 Stella San Bernardo (Sv)

Tel. (+39) 019.70.39.91 mobile 339.40.04.147

www.drosera.it

e-mail: info@drosera.it



Organisme Parc du Beigua

165, rue G.Marconi (Muvita) - 16011 Arenzano (Ge)

Tel. (+39) 010.85.90.300 Fax (+39) 010.85.90.064

www.parcobeigua.it

e-mail: info@parcobeigua.it



Claudio Zaccagnino

Tourisme actif et documentation

Salita San barnaba, 26 - 16136 Genova

Tel/Fax (+39) 010. 21.95.34 mobile 348.51.41.341

www.outdoorliguria.it

e-mail: info@outdoorliguria.it



Ligurie *outré-cols*

Cyclotourisme

Vélo tout-terrain

Trekking

Parcours et lieux de l'arrière-pays