



4 maggio 2022
Monte Mao
(Liguria - Savonese)



Coordinatore di gita	Mariagrazia Mandelli - Cell. 335 6938487
Collaboratori	Luigi Panzeri
<i>Luogo di ritrovo</i>	Parcheggio presso Sede CAI Via Indipendenza, 17 Calco
<i>Ora</i>	6,00
<i>Punto di partenza</i>	Spotorno (m. 7)
<i>Punto di arrivo</i>	Spotorno (m. 7)
<i>Quota max raggiunta</i>	m 440 (Monte Mao)
<i>Dislivello</i>	+ m. 500 / - m. 500
<i>Ore di cammino</i>	5,00
<i>Difficoltà / Fatica</i>	E / mf
<i>Equipaggiamento</i>	Leggero
<i>Mezzo di trasporto</i>	Auto (NB1)
<i>Pranzo</i>	Al sacco
<i>Carta</i>	

Note:

Questa zona e dintorni è un sito di interesse comunitario, proposto dalla rete Natura 2000 della Liguria, per il suo particolare interesse naturale, faunistico e geologico. Il sito è collocato nell'area boschiva tra il monte Mao, Rocca dei Corni e monte Mortou in cui insistono macchia mediterranea, aree erbose e coltivazioni agricole. Oltre ad alcune faggete, sugherete e lembi di calluneto (*Calluna vulgaris*), sono segnalate le presenze della campanula di Savona (*Campanula sabatia*), il convolvolo di Savona (*Convolvulus sabatius*) e il fiordaliso a pigna (*Leuzea conifera*), quest'ultimo a rischio di estinzione allo stato spontaneo.

Successivamente, nel novembre 2015, lo stesso territorio è stato riconosciuto come sito UNESCO ed inserito nella prestigiosa lista dei Geoparchi Globali (UNESCO Global Geoparks).

I partecipanti si impegnano a rispettare gli orari e ogni disposizione data dal direttore di gita e dai suoi collaboratori, adeguandosi alle loro indicazioni.

COSTI SOCI CAI: € / NON SOCI: €

INFORMAZIONI in sede, martedì e venerdì ore 21.00-23.00 - Tel. 039.9910791 - www.caicalco.it

E' obbligatoria la mascherina e il disinfettante per le mani e il certificato vaccinale

Itinerario:

L'itinerario è molto suggestivo e paesaggistico, si trova in provincia di Savona ed è, come molte località del ponente ligure, soggetto ad ospitare diverse discipline sportive. Si possono facilmente incontrare sentieri e percorsi adatti per trekking e running, falesie per arrampicare e fare parapendio, tracciati per MTB ecc.

Arrivati a Spotorno bisogna raggiungere la Via Antica Romana, che si trova all'inizio del paese, arrivando da Savona, si trova in prossimità della via Aurelia vicino all'autostrada. Da questo punto si segue su per una stradina in salita, il segnavia X rosso e si inizia a salire inizialmente tra le case e le villette sparse a mezzacosta. Dopo pochi minuti si incontra una sterrata a sinistra, che dopo 10 minuti di risalita, inizia a mostrare splendidi panorami sul mare sottostante e l'Isola di Bergeggi. Qui lasciamo l'ampia sterrata a prendiamo il sentiero a sinistra che sale ripidamente in costa verso il Monte Mao. In tutto questo tratto del percorso, la vegetazione è quasi assente, solo i tipici arbusti della macchia e i vivaci colori di alcuni parapendisti, ci accompagnano nella nostra escursione. Una volta arrivati sulla cima del Monte Mao, si può ammirare il panorama su Spotorno e Capo Noli, in realtà la visuale è molto ampia anche verso levante, ma decisamente meno piacevole vista la quantità di edifici adibiti ad uso industriale. Per il ritorno scegliamo di percorrere un sentiero che scende verso il Monte Sant'Elena, dove si ricongiunge per un tratto con il percorso chiamato AVGI Alta Via Golfo dell'Isola che porta a Bergeggi. Incrociato questo punto, ci dirigiamo verso Torre Del Mare, il promontorio che promette, visto l'avvicinarsi del tramonto, di farci godere la visione dell'Isola di Bergeggi con luci calde. Da qui in poi si scende agevolmente, incontriamo ancora qualche mountain bike ed in mezzora circa siamo a ridosso dell'Isola di Bergeggi e della sottostante spiaggia.