



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE RAPALLO

Escursione sociale del 10/10/2026
in collaborazione con Sottosezione Cai Cengio

Rocca dell'Adelasia – Sentiero Airone

Dislivello	+350 m circa
Tempo totale / salita	Ore 3,30
Difficoltà	E segnavia: "A" rossa in campo bianco
Attrezzatura	Consueta da escursionismo. (Si raccomandano pantaloni lunghi per la possibile presenza di zecche)
Ritrovo	uscita Casello di ALTARE – ore 8,30
Accesso	autostrada SV-TO uscita casello di Altare. (dal centro abitato deviazione sulla sinistra per Montenotte, si sale sino alla zona d'ingresso della Riserva dell'Adelasia.
Iscrizione	In sede
Quota	Non soci euro 8,40 per assicurazione

Descrizione itinerario

Il Sentiero Airone (noto anche come Itinerario "A") è un suggestivo percorso ad anello situato nella Riserva Naturale Regionale dell'Adelasia che offre un'immersione totale tra faggete, castagneti secolari e ampie vedute panoramiche.

Il sentiero è indicato come "Itinerario di Airone" ed è tutto segnato con segnavia ("A" rossa in campo bianco). Inizia all'ingresso della Riserva in località Traversine (710 m) lungo la provinciale che da Altare conduce a Montenotte e Pontinvrea, presso un magnifico esemplare di faggio, che è citato nell'elenco degli alberi monumentali della Liguria.

Si imbecca il sentiero n. 1 che sale il versante sud-ovest del Bric del Tesoro passando accanto alla Cascina Miera (Mie) (844 m) attraversando boschi di noccioli, roverelle e carpini con un fitto sottobosco incolto, boschi popolati da numerose specie di uccelli e branchi di caprioli. Si procede verso ovest nella faggeta di Castellazzo abitata da picchi, ghiandaie, gufi e cinghiali; le piazzole che si incontrano erano usate un tempo dai carbonai per produrre carbone di legna.

A un bivio segnalato si prende a sinistra per salire nella faggeta alle barricate napoleoniche, testimonianza della battaglia qui combattuta nel 1786. Tornati poi sul sentiero si procede dritti sino alla sterrata che costeggia il limite della Riserva ignorando sia il sentiero n. 1 che sale alla Rocca sia, più oltre, la cascina del sentimentale nome di Cascina Moglie dell'Amore (809 m).

Dopo la faggeta, Conca Chiappa (766 m) è un interessante punto panoramico di osservazione di uccelli rapaci e migratori. Poi il sentiero si fa stretto e scende lungo il greto di un torrentello in un paesaggio selvaggio con terreno accidentato, castagneti fitti, ruscelli. Quando si incontrano delle frecce rosse le si seguono al contrario sino a un albero doppio, un acero e un carpino parzialmente saldati fra loro nei tronchi, e da lì si prosegue ai prati della Cascina dell'Amore (625 m). Da qui si svolta a sinistra per salire finalmente alla Rocca dell'Adelasia (698 m). Dalla vetta della Rocca si gode un esteso panorama su un "mare" verde con le Alpi sullo sfondo.

Il sentiero di ritorno riporta alla Cascina Miera .



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE RAPALLO

Escursione sociale del 10/10/2026
in collaborazione con Sottosezione Cai Cengio

Rocca dell'Adelasia – Sentiero Airone

Cascina Miera, è Rifugio Escursionistico e Laboratorio di Educazione Ambientale e fa parte del circuito di accoglienza di qualità per gli escursionisti che transitano sui sentieri dell' Alta Via dei Monti Liguri e del Bormida Natura, percorsi a lunga percorrenza che attraversano la Riserva. Effettua servizio di ristorazione.

Il sentiero A, come "Airone" si chiama così perchè venne collaudato e pubblicato dall'omonima rivista.

La Riserva prende nome dall'omonima rocca così chiamata in onore della principessa Adelasia, figlia dell'imperatore Ottone I di Sassonia, che, secondo la leggenda popolare durante la sua fuga in Liguria con l'amato Aleramo, lo scudiero e che ella aveva sposato contro il volere del padre, proprio in questi boschi trovò un sicuro rifugio. La fuga d'amore durò sino a che Ottone I, venuto a combattere contro i Saraceni, raggiunse la coppia e la perdonò. Aleramo combatté valorosamente nell'esercito imperiale. Aleramo ed Adelasia avrebbero poi fondato l'insediamento di Alaxia (oggi Alassio) così chiamato in onore della principessa. Questi luoghi furono inoltre teatro della battaglia di Montenotte, combattuta nei giorni 11 e 12 aprile 1796 tra le truppe francesi e quelle Austro-Piemontesi. Di quelle giornate rimangono ancora ben visibili tra i boschi le trincee della ridotta del Bric Tesoro, luoghi che mantengono intatto il loro fascino.

Direttori escursione

Daniela Bordo - 3355815143
Silvio Montobbio - 3475007235
Luigi Bernardi
Sergio Marengo
Mauro Borgogno – Cai Cengio

Note

I direttori di escursione si riservano, a loro insindacabile giudizio, di apporre variazioni al percorso, qualora non si ritenesse lo stesso percorribile in condizioni di assoluta sicurezza da parte di tutti i partecipanti all'escursione.