

TRAIL VERDE

16,660 km D+ 837

16,660 km:

Partendo da piazza Europa, salendo su via Tolone si percorre via dei Colli per svoltare poi a destra su piazzale Papa Giovanni XXIII fino a raggiunge l'ingresso al Parco delle mura sentiero 224.

PUNTO ACQUA con fontana pubblica che troverete arrivati a Porta Isolabella nell'area giochi, dopo 1,6km circa.

Tenere sempre la destra su 224.

Imboccare poi il sentiero 225 da percorrere sino in località Sarbia.

Giunti all'attraversamento stradale percorrere AVG direzione Strà/La Foce/Biassa.

In questo tratto percorrere l'AVG direzione Porto Venere attraversando le località:

- Strà (**PUNTO ACQUA** con fontana pubblica tra le case sotto l'arco, prima della piazza panoramica;
- **PIEVE DI MARINASCO che è PUNTO RISTORO E ACQUA**, dove trovate anche una fontana pubblica;
- La Foce (**PUNTO ACQUA** con fontana pubblica accanto alla pensilina autobus);

Incrocio attraversamento stradale località la Foce, seguire AVG direzione Bersedo-Biassa-Porto Venere, località Somovigo.

PUNTO DI BIFORCAZIONE AL 6KM CIRCA TRA IL PERCORSO AZZURRO E I DUE PERCORSI MAGGIORI DA 16,600KM E 31KM.

Scendendo sulla destra imboccare il sentiero 501 direzione 5 Terre Castè Carpena sino a Sella la Croce attraversando:

- località **CASTÈ: PUNTO RISTORO e ACQUA**;
- Castè paese **PUNTO ACQUA**: fontana pubblica;
- località Carpena **PUNTO ACQUA**: fontana pubblica;

Giunti a Sella la Croce proseguire su AV5T svoltando a sinistra direzione Bivio Bramapane/Telegrafo/Porto Venere.

Fino a **Mt. Grosso** dove si proseguirà sul sentiero 523C girando a sinistra.

PUNTO DI BIFORCAZIONE TRA IL PERCORSO MEDIO E IL PERCORSO LUNGO.

Giunti sulla strada carrozzabile salire a destra e all'incrocio continuare sul 523 girando a sinistra.

Dopo 1km di asfalto il sentiero 523 torna sterrato scendendo a destra sotto strada carrozzabile.

Seguire il sentiero fino a raggiungere la strada carrozzabile lungo via del Parodi, scendendo girando a destra percorrere la strada asfaltata AVG 520 per circa 300 m fino ad arrivare in **LOCALITA' BERSEDO.**

PUNTO DI INCONTRO CON IL TRAIL DA 10 km.

Scendere sotto strada girando a destra AVG direzione Biassa-Campiglia-Porto Venere (Santuario Nostra Signora della Guardia Vignale).

Ritornati sulla strada svoltare a destra e dopo 60m circa sotto strada a sinistra prendere il sentiero 522

Pegazzano-La Spezia che intersecherà nuovamente la carrozzabile dopo 250m circa.

PUNTO DI INCONTRO CON IL PERCORSO DA 31 km.

Qui scendere a sinistra per 40m circa sulla strada asfaltata e proseguire poi a sinistra sotto strada dove riprende il sentiero 522 da percorrere fino alla fine di via di Costa di Murlo.

All'incrocio con Viale N. Sauro, attraversandolo si prende la ciclabile direzione Fabiano Basso e giunti su via XV Giugno attraversandola girare a destra su via dei Pioppi per dirigersi all'arrivo al centro Sportivo A. Montagna.