

Il Genovesato

Itinerari da 2 a 7 giorni



Turismo

Sistema Turistico Locale
del Genovesato

**Sistema Turistico Locale
del Genovesato**

Palazzo Ducale
Piazza Matteotti 9, Genova
Tel. +39 010 557.40.95
Fax +39 010 557.48.57
info@stlgenovesato.it
www.stlgenovesato.it

*Consorzio per la valorizzazione
e promozione dell'offerta
turistica territoriale*



Regione Liguria

Cofinanziato con fondi regionali ex l.r. 28/2006



Comune di Genova



Provincia di Genova

LIGURIA

Testi: a cura del Sistema Turistico Locale del Genovesato

Fotografie: Archivio Comune di Genova

Archivio M&R Comunicazione, Archivio Parco Naturale Regionale dell'Antola,
Archivio Parco Naturale Regionale del Beigua, Archivio STL Genovesato

Cartografia e realizzazione editoriale: M&R Comunicazione

© 2010, pubblicazione a cura del Sistema Turistico Locale del Genovesato

Sommario

Genovesato: un'esperienza suggestiva	2
Weekend Città - Mare	4
Weekend Città - Natura	10
La mappa e i percorsi	16
Una settimana nel Genovesato	18
Focus:	
Gastronomia	26
Bambini e ragazzi	28
Sport e attività all'aria aperta	30
Grandi eventi e tradizioni	32



Genovesato: un'esperienza suggestiva

Un'estensione di 973 chilometri quadrati. Un'ampia fascia costiera, inscritta tra Sori e Cogoleto, che abbraccia la città di Genova e il suo porto.



Il Genovesato è **Genova** città d'arte, metropoli mediterranea ricca di storia, che trova la sua espressione nella sontuosità dei seicenteschi **Palazzi dei Rolli** - Patrimonio dell'Umanità UNESCO - così come nelle vestigia medioevali e nelle architetture contemporanee pensate da Renzo Piano. È la tradizione e la cultura dei borghi dell'entroterra, costellati dalle tracce di un passato di principi e signori che convive con una tradizione

popolare gelosamente custodita. **Due Parchi Naturali**, il **Beigua** (riconosciuto anche come Geopark dell'UNESCO) e l'**Antola** che insieme offrono panorami unici e una sorprendente biodiversità per flora e fauna presente. È mare da scoprire attraverso l'**Acquario di Genova** e il **Galata Museo del Mare** oppure da vivere con immersioni, giri in battello e semplici passeggiate sulle spiagge del ponente e del levante. È natura da



esplorare con itinerari suggestivi sia per escursionisti allenati che per amanti della vita all'aria aperta: qui gli sportivi e gli ardimentosi troveranno un ventaglio di opportunità, dal biking al rafting, dai voli in parapendio alle arrampicate su roccia. È un territorio di eccellenti prodotti agroalimentari combinati insieme per dare vita ad una cucina sana, equilibrata e ricca di gusto, dove spiccano il pesto e la focaccia accanto alle antiche colture recentemente riscoperte come la rosa da sciropo e la patata quarantina. È l'ospitalità della sua gente, che da centinaia di anni sa accogliere chi arriva da lontano.

Il Sistema Turistico Locale del Genovesato è il consorzio che, grazie alla collaborazione di più di cento soci, si prende cura di questo territorio valorizzandone e promuovendone l'offerta turistica, fatta di terra e di mare, di storia e di cultura, di esperienze intense.

Weekend Città - Mare

Il mare fa da scenario
a due giorni
tra storia e cultura

GENOVA

- *il Porto Antico, l'Acquario e il Galata*
- *il Centro Storico e la ripa maris*

A levante:

NERVI E I BORGHI MARINARI

- *la passeggiata e i Musei nei Parchi di Nervi*
- *Bogliasco, Pieve Ligure e Sori*

A ponente:

ARENZANO

- *la "porta" sul Beigua e l'itinerario da Arenzano a Cogoleto*



Il Porto Antico, l'Acquario e il Galata

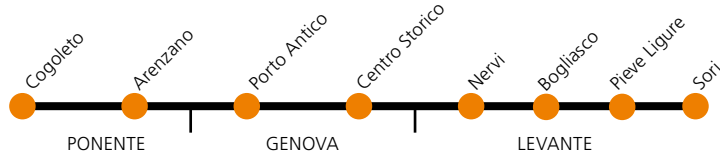
Il percorso ha inizio da **piazza Caricamento**, dove nell'800 venivano "caricate" sui treni diretti nel nord Italia le merci provenienti dai traffici marittimi. Sulla destra dell'ampia piazza - che crea un *continuum* tra l'area del Porto Antico e la *ripa maris* "porta" del Centro Storico - c'è **Palazzo San Giorgio**, oggi sede dell'Autorità Portuale e in origine della Casa

di San Giorgio, l'istituzione finanziaria della Repubblica di Genova. Composto da un corpo medievale del XIII secolo, spicca per la sua facciata rinascimentale affrescata con l'effigie di San Giorgio nell'atto di uccidere il Drago. Voltando le spalle al palazzo si entra

gior varietà di ecosistemi acquatici. Merita una corsa l'ascensore panoramico **Bigo**, da cui si gode una vista spettacolare sul porto e sui tetti della città vecchia. Proseguendo verso levante si arriva ai **Magazzini del Cotone**, prestigiosa sede di convegni e della

nel **Porto Antico**, ridisegnato da Renzo Piano, dove a disposizione dei turisti c'è il punto informativo del Sistema Turistico del Genovesato. Nell'area del Porto Antico si trova l'**Acquario di Genova**, tra i più grandi d'Europa e con la mag-

Città dei bambini e dei ragazzi, il primo **Science Centre** d'Italia con isole tematiche e 96 **exhibit** dedicati al mondo delle scienza per far giocare imparando bambini dai 2 ai 14 anni. Uscendo da qui si può godere dei giochi di lu-



ce della **Lanterna** e, tornando sui propri passi, prendere la prima uscita dal Porto Antico dopo **Porta Siberia**, sede del **Museo Luzzati**, dedicato alle opere di Emanuele Luzzati.

Il Centro Storico e la ripa maris

Uscendo dal Porto Antico si raggiungono i **portici di Sottoripa** che, interrotti dalla elegante San Lorenzo pedonale, conducono in **piazza Raibetta** definita una *casbah* alla genovese. Proseguendo i portici e svoltando a destra si raggiunge **piazza Banchi**, con le caratteristiche bancarelle di libri, dischi usati e fiori, su cui si affacciano la **Loggia delle Mercanzie** che, edificata a fine '500, ospitò la prima Borsa Mercati d'Italia nel 1855, e la **chiesa di San Pietro di Banchi**, con la sua facciata policroma, in cui si mescolano sacro e profano: l'area su cui sorge doveva essere destinata dalla nobile famiglia Lomellini ad usi commerciali, il volere contrario del popolo portò al singolare compromesso di un edificio che ospita le botteghe al pian terreno e la chiesa al livello superiore. Da piazza Banchi, sulla sinistra, si imbecca la vivace ed affollata **via San Luca**, strada dello shopping alternativo in pieno Centro Storico, su cui si affacciano alcuni **Pa-**

lazzi dei Rolli, dimore Cinque e Seicentesche riconosciute Patrimonio dell'Umanità UNESCO. Da non perdere nella vicina **piazza Pellicceria** la **Galleria Nazionale di Palazzo Spinola** con opere dei maggiori esponenti del barocco genovese: Strozzi, Piola, Rubens. Si prosegue per **via del Campo** cantata dal poeta cantautore Fabrizio De André. Oltrepassate le maestose torri di **Porta dei Vacca**, si rivede il mare dalla Darsena. Imboccando la cam-



minata a mare sul porticciolo, con i caratteristici pescherecci, si arriva al **Galata Museo del Mare**, il primo museo marittimo del Mediterraneo con installazioni multimediali per vivere la storia marinara dall'età del remo fino ai maestosi transatlantici. Di fronte, da non perdere, la **Commenda di Prè**, il più antico edificio medioevale completamente conservato di Genova, in cui trovavano asilo i pellegrini diretti in Terra Santa. Un pernottamento a Genova è consigliato per ripartire riposati verso due mete lungo la costa che possono essere alternative per chi ha fretta, o entrambe visitabili per chi ha più tempo: **Nervi** a levante (nella bella stagione facilmente raggiungibile anche via battello con partenze dal Porto Antico) e **Arenzano** a ponente.



vi, ambienti e paesaggi straordinariamente diversificati; una terrazza formata da valli e montagne che si affacciano sul mare. Arenzano, oltre che per le sue spiagge e splendide ville seicentesche immerse in verdi parchi, è ambita meta turistica per gli amanti del diving: nelle acque antistanti il porto turistico c'è la Palestra Subacquea, un innovativo impianto sportivo in un ambiente naturale, unico in Italia, che contribuisce anche alla tutela e valorizzazione dell'*habitat* marino, tanto da essere stata ribattezzata "la palestra biologica". Il tutto è reso ancora più suggestivo dalla presenza, non lontano dal porticciolo, del relitto della Haven.

Da Arenzano si può raggiungere **Cogoleto**, dal Centro Storico caratteristico e dalle belle spiagge, attraverso la nuova passeggiata turistica pedonale e ciclabile. Un percorso pianeggiante panoramico, adatto a tutti, che corre lungo il litorale.



La passeggiata e i Musei nei Parchi di Nervi

A **Nervi** si arriva velocemente con il treno. Da non perdere la **passeggiata Anita Garibaldi** a picco sul mare, dove in estate si trovano angoli suggestivi in cui concedersi un bagno rinfrescante. I **Parchi di Nervi** non offrono solo un'oasi verde in cui riposare e spiare tra gli alberi il rincorrersi degli scoiattoli, ma sono anche sede della **GAM (Galleria di Arte Moderna)** e delle prestigiose collezioni **Luxoro**, **Frugone** e **Wolfson**, un viaggio nell'arte moderna e uno spaccato unico sui gusti e la vita di alcuni dei maggiori collezionisti italiani e stranieri. Proseguendo da

Nervi lungo l'Aurelia, antica strada romana, si toccano i borghi di **Bogliasco**, **Pieve Ligure** e **Sori** - ideali per un bagno estivo o per una passeggiata sulla spiaggia in qualsiasi stagione - e si può raggiungere il tipico borgo di **Catogli** e il promontorio di **Portofino**.

La "porta" sul Beigua e l'itinerario da Arenzano a Cogoleto

A ponente, **Arenzano** è considerata la porta sul mare del **Parco Naturale del Beigua** (Geopark UNESCO), il più vasto della Liguria e straordinariamente ricco di biodiversità dove è possibile trovare, nel percorrere tratti anche bre-



Weekend Città - Natura

A pochi minuti dalla costa
due percorsi
immersi nella natura

San Lorenzo e Palazzo Ducale

Si parte dal **Porto Antico**, l'ampia area fronte mare che accoglie l'Acquario e il punto informativo del Sistema Turistico del Genovesato dove potrete ricevere informazioni utili e pratiche su tutto il territorio e procedere direttamente all'acquisto di servizi. Da **piazza Caricamento**, direzione monte, incontriamo **via San Lorenzo** con la omonima caratteristica **Cattedrale** da cui la via prende nome. Fondata nel IX secolo, la sua peculiarità consiste nel tipico alternarsi di mar-

mo e pietra grigia di Promontorio. Nel Chiostro dei Canonici di San Lorenzo in **via Tommaso Reggio**, una parallela di **San Lorenzo**, merita una visita il **Museo Diocesano**. Qui si possono ammirare i teli dipinti con le *Storie della Passione*, considerati a pieno titolo illustri antenati dei "jeans". Dalla tela blu al jeans il passo è stato breve: Genova, famosa fin dal Medioevo per la sua produzione tessile, lega in modo indissolubile il suo nome al tessuto più usato dell'età moderna. Dopo San Lorenzo incontriamo **piazza Matteotti** e **Palazzo**

GENOVA

- *San Lorenzo e Palazzo Ducale*
- *via Garibaldi e i Palazzi dei Rolli*
- *la città verticale*

IL PARCO BEIGUA

- *la Badia di Tiglieto*

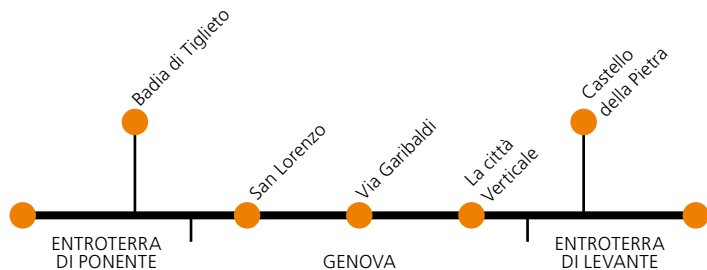
IL PARCO ANTOLA

- *il Castello della Pietra di Vobbia*



Ducale progettato alla fine del XVI secolo come sede del governo della Repubblica. Oggi Palazzo Ducale ospita nel Sottoportico e nella Loggia degli Abati grandi mostre d'arte e importanti eventi di livello internazionale. È sede della Fondazione Cultura e del Comitato UNESCO. Attraversando **piazza De Ferrari**, il centro simbolico della città con

la grande fontana, si può imboccare **vico San Matteo** e raggiungere l'omonima piazza e chiesa dalla facciata gotica a fasce bianche e nere circondata dai palazzi delle famiglie Doria. Continuando invece per la strada principale, **via XXV Aprile**, si arriva in **piazza Fontane Marose**, così detta per una fontana dalla quale usciva acqua di mare. Sulla



piazza si aprono splendidi palazzi seicenteschi come **Palazzo Spinola 'dei marmi'** con le tipiche fasce bianche e nere già trovate nella Cattedrale di San Lorenzo e nella **Chiesa di San Matteo**.

Via Garibaldi e i Palazzi dei Rolli

Da qui si procede per l'ampia ed elegante **via Garibaldi**, l'antica **Strada Nuova**, uno dei più significativi interventi urbanistici e architettonici del '500 a livello europeo, oggi Patrimonio UNESCO insieme ai **Palazzi dei**

"Rolli" che vi si affacciano. Così venivano chiamate le più lussuose dimore nobiliari inscritte in un rotolo di pergamena, il "rotolo", perché fossero messe a disposizione della Repubblica per ospitare re e dignitari di corte. Tra i Rolli di via Garibaldi **Palazzo Tursi, Palazzo Bianco e Palazzo Rosso** costituiscono il polo museale dei **Musei di Strada Nuova**, un percorso espositivo unico e coerente che valorizza il nesso tra i palazzi storici e le collezioni d'arte in essi conservate. Da via Garibaldi, proseguendo



per **via Cairoli** e **piazza della Nunziata**, si arriva in **via Balbi**, al **Museo di Palazzo Reale**.

La città verticale

In **via Balbi** si può prendere l'**ascensore Castello d'Albertis-Montegalletto**, un particolare impianto che unisce al sistema di tipo funicolare quello di tipo ascensoristico. Collega via Balbi a **corso Dogali** nelle immediate vicinanze del **Castello d'Albertis**, sede del **Museo delle Culture del Mondo**.

Assolutamente da non perdere l'ascensore che dalla vicina **piazza Portello** conduce a Castelletto, direttamente al **Belvedere Montaldo**. Il panorama è unico: i tetti e i campanili della città, il porto, la collina di Granarolo, il monte Fasce e nei giorni limpidi tutta la Riviera di Ponente e le Alpi Marittime. Questi scorci di città "verticale" faranno nascere la curiosità di scoprire il mondo oltre le colline genovesi. Due le mete per proseguire il weekend nell'entroterra: **Tiglieto** con la sua **Badia** nel Parco del Beigua e il **Castello della Pietra di Vobbia** nel Parco dell'Antola.



La Badia di Tiglieto

Per raggiungere **Tiglieto** in macchina prendete l'autostrada A26 con uscita a Masone e proseguite poi lungo la statale della Valle Stura fino a Rossiglione, punto di partenza per numerose iniziative turistiche proposte dal **Geo-Parco del Beigua**. Tra le mete "geoturistiche" più affascinanti il Sentiero Natura della Val Gargassa, un percorso escursionistico attrezzato che si sviluppa tra canyon e pinnacoli rocciosi scavati nelle rocce. È possibile inoltre utilizzare i trasporti pubblici e in particolare il treno fino a Rossiglione oppure le linee ATP che da Voltri portano a Mele e proseguono in direzione di Masone. Oltrepassata Rossiglione, c'è Ti-

glieto e la sua Badia. Il paese di Tiglieto è situato in Val d'Orba, nel cuore dell'Appennino Ligure. L'**Abbazia di Santa Maria**, comunemente detta "Badia di Tiglieto", rappresenta la prima abbazia cistercense in Italia, in un ambiente che ha conservato un miracoloso equilibrio tra natura e opera dell'uomo. Il complesso è costituito dalla chiesa, dal convento e dal refettorio, che racchiudono tre lati del chiostro, in un insieme architettonico di impianto romanico con elementi di cultura gotica francese. Dopo un delicato lavoro di restauro terminato nel 2004, i Cistercensi sono tornati a vivere in questo luogo di pace e di silenzioso colloquio con la natura.



Il Castello della Pietra di Vobbia

Il secondo percorso conduce a **Vobbia** e al suo celebre Castello. Utilizzando l'auto, l'autostrada da prendere è la A7 con uscita a Isola del Cantone oppure si può salire sul Trenino fino a Casella e da qui proseguire con i mezzi ATP. Vobbia è un piccolo paesino della Comunità Montana delle Valli Genovesi Scrivia e Polcevera, all'interno del **Parco Naturale Regionale dell'Antola**.

Imperdibile la visita al **Castello della Pietra**, un esempio tra i più importanti di architettura fortificata, in una fusione perfetta con

il paesaggio circostante. Collocato nel punto più chiuso della valle, questo edificio dell'XI secolo si articola in due corpi impostati a livelli differenti, serrati tra due speroni che ne costituiscono i naturali bastioni. Alla fortezza, recuperata e visitabile, si accede a piedi per un caratteristico sentiero nel bosco. Di grande suggestione la visita al torrione principale: la salita è leggermente impegnativa, ma è ripagata dallo splendido panorama sulla valle. In zona esistono diverse possibilità di pernottamento in luoghi caratterizzati da tipicità gastronomiche.

Una settimana nel Genovesato

**Itinerario
in un territorio
sorprendente**



In città

Per chi ha ancora un po' di tempo e vuole approfondire la conoscenza del Genovesato, si riparte da **piazza Dante**, a pochi passi da piazza De Ferrari, dove si erge **Porta Soprana** dalle torri massicce, costruita nel 1155 in difesa della Repubblica di Genova contro le minacce del Barbarossa. Visitabili il **Chiostro romanico di Sant'Andrea** e la **Casa di Cristoforo Colombo**, nato a Genova nel 1451. Oltrepassata Porta Soprana si sale in **via Ravecca** e si raggiunge **piazza Sarzano** dove sorge imponente il **complesso conventuale di Sant'Agosti-**



no di origine medievale (XIII secolo) sede dell'omonimo Museo che ospita sculture, affreschi e reperti lapidei dal X al XVIII secolo accanto ad opere di Domeni-

co Piola, Luca Cambiaso e Pierre Puget. Passando da **Campo Pisano**, con il caratteristico selciato di ciottoli di mare bianchi e neri, e poi da **Mura delle Grazie** si sale verso l'antica collina del Castello fino alla basilica romanica di **Santa Maria di Castello**. Non lontano, in **piazza Santa Maria in Passione**, c'è la **Casa Paganini**. Scendendo verso la **Chiesa di San Donato**, capolavoro romanico con campanile ottagonale, si arriva in **piazza delle Erbe**, punto di ritrovo giovanile per la **movida** serale, e si prosegue per piazza De Ferrari. Da qui con una rapida occhiata circolare e dando le spalle a **Palazzo Ducale**, si vedono il **Palazzo della Regione**, il **Palazzo della Borsa**, oggi sede di manifestazioni culturali e il **Teatro dell'Opera Carlo Felice**. Dalla piazza discendono a mare alcuni dei più celebri **caruggi** genovesi - che attraverso il Centro Storico sbucano al Porto Antico - e si diramano le principali vie dello shopping genovese: **via Roma** con la parallela **Galleria Mazzini**, dalla volta metallica a vetrata di fine '800, con eleganti negozi di moda in palazzi neoclassici che culminano in **piazza Corvetto**,



dominata dall'alto dal *parco della Villetta Di Negro* sede del **Museo d'Arte Orientale Edoardo Chiosso**. Infine l'ampia e lunga *via XX Settembre*, fiancheggiata da monumentali edifici a portico in stile eclettico, che è considerata la strada principale di Geno-



va: qui si alternano boutique storiche a grandi magazzini, librerie e caffetterie tipiche. Da non perdere, superato il Ponte Monumentale, il **Mercato "Orientale"**. Con il suo continuo *via vai*, il vociare e un mix di colori e profumi tipicamente liguri è il mercato per eccellenza della città. Proseguendo si arriva in *piazza della Vittoria* - vicino alla stazione ferroviaria di Brignole e al **Teatro della Corte** - con al centro l'**Arco ai Caduti** e sul lato a mare la scalinata decorata con le caravelle, interamente riprodotte con un gioco di fiori. Si è a due passi dal lungomare di **cor-**

so Italia e dalla **Fiera di Genova**, lo spazio espositivo che accoglie eventi internazionali come il Salone Nautico e l'Euroflora. Da corso Italia, frequentata ad ogni ora da gente a passeggio, in bicicletta o con i pattini, si accede agli stabilimenti balneari attrezza-

ti e si raggiunge **Boccadasse**, un vero gioiello della costa. Con la sua spiaggia, i suoi gozzi e le case dai tipici colori della Liguria, Boccadasse è conosciuta anche all'estero come una delle perle di Genova e ha dato nome al quartiere della *Boca* di Buenos Aires e alla sua squadra di calcio. Chi si sposta in macchina può fare tappa a Boccadasse prendendo la **Sopraelevata (strada Aldo Moro)** in direzione Foce tagliando il traffico cittadino e gustando una visione unica sul porto e sulla *ripa maris*, oppure utilizzare i bus urbani.

Il mare e la costa

Il Genovesato propone diversi modi di vivere il mare, alternativi al solo balneare e ugualmente divertenti. L'**Acquario** accoglie una vasta varietà di ecosistemi: pesci e mammiferi mediterranei, tropicali e dei mari freddi, ma anche rettili, come i temibili caimani, e la nuova area meduse. Con i suoi ospiti come le simpatiche foche, gli sfuggenti squali, i delfini e i pinguini gioccherelloni, l'Acquario non mancherà di soddisfare le curiosità sul mondo animale. Tutte le vasche riproducono fedelmente gli *habitat* naturali di ciascuna specie, un esempio tra tutti la "foresta dei colibrì", uccellini di piccolissime dimensioni che abitano le foreste tropicali dell'America centrale e meridionale e che qui ritrovano le stesse favorevoli condizioni climatiche. Partico-



larmente affascinante il percorso sulla **Nave Italia** dove il visitatore può immergere le mani nelle vasche e venire a diretto contatto con le delicatissime razze mediterranee. Non vi sono però solo specie marine, ma anche animali di foreste pluviali, coccodrilli, camaleonti e le tartarughe del Madagascar seriamente minacciate dall'uomo e in via di estinzione. Il **Galata Museo del Mare**, il più grande museo marittimo del Mediterraneo ha un allestimento innovativo con ricostruzioni interattive e multimediali capaci di immergere completamente il visitatore e trasportarlo indietro nel tempo all'epoca delle città marinare, o farlo sentire un turista in crociera a bordo di un maestoso transatlantico. Il Galata fa parte del sistema dei **Musei del Mare e della Navigazione** insieme al **Museo Navale di Pegli** (Genova), la **Commenda di Prè** e il **Castello d'Albertis**.

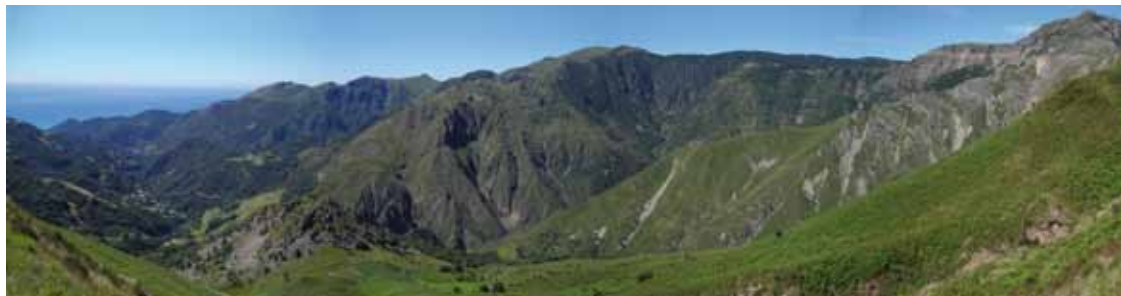
Dal **Porto Antico** di Genova (e per talune destinazioni anche dal



Molo Rio Archetti di Pegli) partono escursioni in battello per raggiungere via mare le maggiori località turistiche della costa come **Nervi**, ma anche **Camogli**, **Portofino**, **San Fruttuoso** e le **Cinque Terre**. Per fare un giro panoramico del porto di Genova, magari di notte godendo di un'atmosfera più suggestiva e romantica, o per vedere i tradizionali fuochi d'artificio di **Sori** (a Ferragosto) sul mare con i giochi pirotecnici ampliati dal riflesso nell'acqua.

In collaborazione con l'Acquario è possibile fare whale-watching: un'escursione alla ricerca delle diverse specie di cetacei che popolano il Santuario Internazionale del mar ligure (a ponente). Il Genovesato è ricco di percorsi trasversali che dalla costa salgono nell'entroterra fino ai monti. Da **Sori** potete raggiungere,

anche in macchina, la **Chiesa di Sant'Apollinare** che merita una sosta anche per il panorama unico sul Golfo Paradiso. I trekker possono proseguire per raggiungere il Valico Case Cornua dal quale ridiscendere a mare verso **Bogliasco** e **Pieve Ligure**. Il percorso è costellato di ottimi punti ristoro. Lo stesso è possibile a ponente, dove da **Arenzano** e **Cogoleto** partono itinerari verso il **Parco del Beigua**.



L'entroterra

Certamente il modo migliore di viverlo è fare escursioni e passeggiate all'aria aperta, sfruttando al meglio la rete capillare e ramificata di strade e sentieri. La maggior parte di località e tappe sono comunque raggiungibili sia in macchina che con i mezzi pubblici. Nell'itinerario del weekend verso il Parco del Beigua si proponeva Tiglieto e la sua Badia a cui ag-

stria degli orafi che qui risiedono dal 1884. Si tratta di un'antica arte che prevede l'intreccio di sottilissimi fili e grani d'oro e d'argento per la produzione di gioielli.

Al **Museo della Filigrana di Campo Ligure** sono esposte più di duecento opere provenienti da ogni parte del mondo.

A meno di mezz'ora di macchina o autobus da Genova c'è un pezzo di Inghilterra. È **Villa Ser-**

giungere con più tempo a disposizione una visita alla vicina Rossiglione e al suo **Museo Passatempo** che raccoglie una originale collezione dei *must* del Bel Paese, come le motociclette Vespa e Piaggio originali dell'epoca, biciclette, sveglie ed altri oggetti che hanno reso celebre l'Italia degli anni Quaranta. Si prosegue per **Campo Ligure** conosciuta come il borgo della filigrana per la mae-

ra di Comago (Sant'Olcese) con il suo parco all'inglese, realizzato alla metà dell'Ottocento, che si estende per nove ettari sul fondovalle pianeggiante del Rio Comago. Percorsi a serpentina immersi nel verde accompagnano il visitatore tra boschetti e prati, alla scoperta di laghi, ruscelli, cascate e specie arboree esotiche. Il cuore del parco è la palazzina neogotica in stile Tudor, affiancata dal palazzo settecentesco Serra Pinel-

li, ma la vera sorpresa sono i cigni bianchi e neri che abitano il parco. Nei mesi estivi, Villa Serra è sede di manifestazioni culturali e grandi eventi musicali come il Breakout Festival, una rassegna di concerti, incontri e performance con ospiti internazionali.

Da qui si risale la Valle Scrivia verso **Casella** raggiungibile in meno di un'ora anche grazie al celebre Trenino. La stazione di partenza è nei pressi di piazza Manin a Genova, proprio sotto il Castello Mackenzie in stile neogotico. Si può stare seduti e godersi l'intera corsa o approfittare delle fermate intermedie per brevi escursioni e visite. A breve distanza da Casella e dalla grande Area Verde, meta di numerose gite fuoriporta, è **Savignone**, antico borgo nel verde che durante il secolo scorso accoglieva la nobiltà genovese in villeggiatura. Alcune ville neogotiche - una del celebre architetto Coppedé - testimoniano i fasti della Belle Époque. Insieme a **Crocefieschi**, **Montoggio** e diversi comuni limitrofi fino al 1642 faceva parte del feudo dei Fieschi di cui restano tracce in tutta l'area: suggestivi i ruderi del **Castello dei Fieschi** e la **Parrocchiale di San Giovanni Decollato**, con i dipinti di Domenico Fiasella e Orazio De Ferrari. Da Crocefieschi partono le escursioni per il **Reo Passo**, "passo malvagio", (ora raggiungibile anche attraverso una ferrata) e per la **Carrega del Diavolo**. Queste due vette del Parco Antola, dall'aspetto sinistro e suggestivo, hanno dato vita a leggende e miti fiabeschi. Passando da **Valbrevenna** e Montoggio si raggiunge **Torriglia**, celebre per i canestrelli e punto di partenza di numerose escursioni con meta la vetta del Monte Antola dove si trova anche un rifugio, recentemente realizzato dall'Ente Parco dell'Antola con forte attenzione alla so-



stenibilità ambientale. Crocevia di sentieri e antiche mulattiere tra le Valli Scrivia, Trebbia e Borbera, il **Monte Antola** è un importante nodo nella rete escursionistica lungo l'Appennino ligure. Con panorami che spaziano dall'arco alpino al mare, l'itinerario ad anello attorno alla vetta attraversa uno dei punti di maggior interesse dell'area protetta e permette di scoprire i diversi *habitat* del Parco dell'Antola. Per ridiscendere a mare da Torriglia si passa da **Davagna**, **Bargagli** - da cui partono sentieri escur-

sioni per il **Reo Passo**, "passo malvagio", (ora raggiungibile anche attraverso una ferrata) e per la **Carrega del Diavolo**. Queste due vette del Parco Antola, dall'aspetto sinistro e suggestivo, hanno dato vita a leggende e miti fiabeschi. Passando da **Valbrevenna** e Montoggio si raggiunge **Torriglia**, celebre per i canestrelli e punto di partenza di numerose escursioni con meta la vetta del Monte Antola dove si trova anche un rifugio, recentemente realizzato dall'Ente Parco dell'Antola con forte attenzione alla so-

stenibilità ambientale. Crocevia di sentieri e antiche mulattiere tra le Valli Scrivia, Trebbia e Borbera, il **Monte Antola** è un importante nodo nella rete escursionistica lungo l'Appennino ligure. Con panorami che spaziano dall'arco alpino al mare, l'itinerario ad anello attorno alla vetta attraversa uno dei punti di maggior interesse dell'area protetta e permette di scoprire i diversi *habitat* del Parco dell'Antola. Per ridiscendere a mare da Torriglia si passa da **Davagna**, **Bargagli** - da cui partono sentieri escur-

sionistici verso la costa - **Uscio** ed infine **Avegno**. Ci si ritrova a **Recco**, famosa per la focaccia al formaggio. Un rientro magari in battello verso Genova per terminare una settimana fatta di commistioni di natura, storia, arte, mare ed emozioni.



Focus

Gastronomia



La cucina del Genovesato è leggera e ricca di gusto. Le valli offrono verdure, erbe selvatiche ed aromatiche. Dai pascoli sulle alture provengono latte fresco e formaggi stagionati o freschi come le ricotte e la *prescinseua*, una particolare quagliata molto usata nelle torte salate. La costa è punteggiata di ulivi e vitigni per vini corposi e aromatici, mentre dal ma-

re arrivano bianchetti, acciughe, orate, occhiate e branzini. Sulle terrazze esposte alla brezza marina cresce il basilico, tenere foglioline di un verde acceso che pestate nel mortaio insieme ad aglio, pinoli, sale grosso, pecorino, parmigiano e olio extravergine di oliva creano la salsa fredda più famosa e apprezzata al mondo: il **pesto genovese**. Ideale

per condire i primi piatti come le **trofiette**, di farina bianca o di castagne nella variante di Uscio, o le **trenette** (pasta secca). Tra i primi più saporiti ci sono i **pansoti**, fagottini vegetariani ripieni di bietole, ortiche, borraggini e asparagi selvatici legati con ricotta, da condire con una delicatissima salsa a base di noci pestate. Queste paste sono tradizionalmente originarie del levante, nell'area tra Sori, Recco ed Avegno.

Le torte salate si gustano ovunque, varia la composizione: nella **pasqualina**, la torta per eccellenza dei picnic fuori porta di Pasquetta - magari da trascorrere sui Piani di Praglia a Ceranesi - sottilissime sfoglie racchiudono un impasto di bietole e uova. Nel borgo collinare di Murta, la **torta è di zucca** cotta nel latte e infornata. Non manca quella di riso o cipolle e *prescinseua* da gustare nelle *sciamadde* - antiche rosticcerie genovesi - nella *ripa maris* di fronte al Porto Antico. Da non perdere la **focaccia**, liscia o con le cipolle. Ideale per uno spuntino ad ogni ora del giorno e della notte, anche a colazione. Verdure e ottimo pesce. Un connubio perfetto che ha un nome: **cappon magro**. Su una base di gallette irrorate di aceto vengono adagiati tutti i tipi di pesce e crostacei insieme a verdure miste di stagio-

ne. Il tutto condito con salsa verde a base di prezzemolo. Per chi ama i sapori intensi c'è il **salame di Sant'Olcese** lievemente affumicato e aromatizzato - in primavera si accompagna con fave e pecorino fresco - o la **mostardella**, un insaccato spalmabile simile alla salsiccia tipica dell'area tra Serra Riccò, Savignone e Vobbia. Delizie salate, ma anche dolcezze. Come i **canestrelli di Torriglia** e Montoggio, irresistibili biscotti al burro prodotti fin dal XVI secolo, il **pandolce genovese** ricco di uvetta e canditi, e ancora il **castagnaccio** di farina di castagne, lo **scioppo di rose** della Valle Scrivia, il **miele**, ottimo sia quello del Beigua che dell'Antola, e i **frutti di bosco** di Tiglieto: more di rovo e gelso, fragoline, lamponi, mirtilli e ribes per marmellate e liquori.



Bambini e ragazzi

In città

A Genova anche i mezzi di trasporto pubblico sono un'avventura: funiculari ed ascensori che in pochi minuti trasportano in un'altra "dimensione" da cui godere di un panorama inaspettato sulla città, trenini storici come quello di Casella che si inerpica nelle valli dell'entroterra, ed ancora battelli per escursioni via mare con partenza dal Porto Antico. Qui si trovano l'**Acquario di Genova**, la **Città dei bambini e dei ragazzi** - il primo centro ludico, ricreativo ed educativo creato in Italia - la **Biblioteca Internazionale per ragazzi De Amicis**, il **Galeone dei Pirati** e il **Galata Museo del Mare** che insieme alla **Commenda di Pré**, proprio

di fronte, presenta installazioni multimediali per rivivere la storia del mare e di Genova. In occasione delle principali mostre a Palazzo Ducale sono attivi dei laboratori creativi per imparare a conoscere e amare l'arte giocando.

Sulla costa

Bagnare i piedi in mare, trovare conchiglie e sassolini stravaganti, sfidarsi a chi lancia più lontano le pietre in acqua o a chi fa più "cerchi", qualunque sia la disciplina preferita le spiagge del litorale non deluderanno i piccoli neanche lontano dall'estate quando un bagnetto è d'obbligo. A Nervi sulla **passeggiata** panoramica **Anita Garibaldi** chi ha spirito di osservazione potrà ve-

dere i gechi, ma attenzione, sono ben mimetizzati! Nei parchi non è raro imbattersi in qualche scoiattolo. Ad Arenzano il **"Science Centre" Muvita** svela i misteri della scienza.

A Masone vale la pena una sosta per visitare l'austero **Forte Gereamia** (raggiungibile facilmente dal Passo del Turchino); a Campo Ligure troviamo il **castello medievale degli Spinola**; a Rossiglione c'è il parco avventura per arrampicarsi di



Da qui a Cogoletto si può passeggiare, ma anche pedalare e per chi ama il brivido ci sono anche passaggi attraverso antiche gallerie ferroviarie in disuso.

albero in albero e testare il proprio coraggio. A Campomorone il **Museo delle Marionette** e il **Museo di Paleontologia e Mineralogia** con laboratori didattici per giovani appassionati di dinosauri e dei misteri dell'uomo del ghiaccio. A Chiappari, vicino a Ronco Scrivia, da non perdere le gite gratuite sul dorso di simpatici asinelli molto intelligenti! Nel **Parco Naturale Regionale dell'Antola** in inverno si possono fare escursioni con le ciapole e seguire le tracce dei lupi. Il Centro Esperienze del Parco ha una ricca offerta didattica tutto l'anno.

Nell'entroterra

L'avventura al primo posto. Nel **Parco Naturale Regionale del Beigua**, immerso nella Foresta del Lerone, in località Vaccà, si trova il **Centro Ornitologico e di Educazione Ambientale**. Sostanziosi sistemi multimediali permettono di interagire con lo straordinario mondo dei rapaci.



Sport e attività all'aria aperta



numerosi sono i diving presenti in questo arco di mare, un tuffo nelle verdi praterie sottomarine. Nell'area marina di Arenzano l'innovazione è fare "allenamento" nella prima palestra subacquea italiana, un esempio di impianto sportivo in ambiente naturale. A 1,2 miglia dalla riva al largo di Arenzano, non perdetevi la visita alla M/C Haven, un emozionante viaggio alla scoperta del più gran-



Il Genovesato offre molte possibilità di turismo all'aria aperta: nuoto, vela, diving ma anche golf, trekking e arrampicate solo per citarne alcune.

In città l'appuntamento da non perdere è con il trekking urbano, un modo semplice e divertente per scoprire tutti i segreti dei *caruggi* ed addentrarsi così nel pulsante cuore cittadino.

La costa con le sue spiagge offre nuotate, escursioni in barca a vela e battello, benessere e svago. Per gli appassionati di subacquea

de relitto presente nel Mediterraneo.

Dal mare ai monti il passaggio è poi molto breve. I Parchi Naturali Regionali dell'Antola e del Beigua rappresentano il luogo ideale per appassionati di trekking e mountain bike ma anche di parapendio e canyoning. Nel Parco del Beigua, ricchi di adrenalina

sono i percorsi di torrentismo sul Rio Lerca, discese del fiume a piedi con corda e moschettoni, attraverso salti e calate dalle rocce che scendono a picco sull'acqua, a diretto contatto con la natura. Segnaliamo ancora la possibilità di cimentarsi in arrampicata, nordic walking e orienteering. Dalla terra si passa al cielo con il parapendio: l'esperienza di vivere sospesi in aria seduti sopra una vela sospinta dal vento per godere di un panorama mozzafiato dove il mare si perde all'orizzonte. Per

non parlare delle emozioni, tutte invernali, che si possono provare con ciaspole o sci alpinismo lungo i versanti innevati del Beigua, affacciati sul Mar Ligure. Nel Parco dell'Antola una rete di sentieri e antiche mulattiere risale le valli e le dorsali che si distaccano dalla sua vetta, facendo del Monte Antola (1597 m) uno dei più importanti nodi escursionistici dell'Appennino Ligure. In inverno le ottime condizioni della neve permettono escursioni con le ciaspole o con gli sci, mentre nel periodo estivo avrete possibilità di ammirare le fioriture di narcisi, è proprio il caso di dire il fiore all'occhiello di questo straordinario territorio.



Grandi eventi e tradizioni

GENOVA

Marzo (2010 e ogni due anni)

- Campionato Mondiale di Pesto al Mortaio

Aprile/Maggio (2011 e ogni 5 anni)

- Euroflora

Giugno

- SUQ, Festival delle culture del Mediterraneo
- Festa di San Giovanni Battista

Giugno/Luglio

- Festival Musicale del Mediterraneo

Luglio

- Genova Film Festival

Settembre

- Notte Bianca

Ottobre

- Salone Nautico Internazionale

Ottobre/Novembre

- Festival della Scienza

Dicembre

- I presepi genovesi
- "O Confeugo"

COSTA E ENTROTERRA

Maggio

- Maggio nei Parchi

Luglio

- Expo Valle Scrivia
- Expo Val Trebbia

Settembre

- Marcia "Mare e Monti" di Arenzano

- Expo Val Polcevera

- Expo Valle Stura

Dicembre/Gennaio

- Presepe di Pentema



**PUNTO INFORMATIVO
E DI VENDITA DI SERVIZI TURISTICI
STL DEL GENOVESATO**

Biglietteria Acquario
Porto Antico di Genova
Tel. +39010234.53.38-Fax+39010234.55.05
accoglienzaturistica@incomingliguria.it



**Uffici di informazione
ed accoglienza turistica
(I.A.T.)**

GENOVA

Visitor Centre - IAT Garibaldi

Palazzo delle Torrette - Via Garibaldi 12R
Tel. +39 010 557.29.03 - 727.51
Fax +39 010 557.24.14
genovaturismosed@comune.genova.it

IAT De Ferrari

Porticato Teatro Carlo Felice
Largo A. Pertini 13
Tel. +39 010 860.61.22
Fax +39 010 860.64.76
genovaturismodeferrari@comune.genova.it

IAT Aeroporto Cristoforo Colombo

Via Pionieri e Aviatori d'Italia - Piano arrivi
Tel e Fax +39 010 601.52.47
genovaturismoaeroporto@comune.genova.it

ARENZANO

Lungomare Kennedy
Tel. e Fax +39 010 912.75.81
iat@comune.arenzano.ge.it

BOGLIASCO GOLFO PARADISO

Via Aurelia 106
Tel. e Fax +39 010 347.04.29
iat@prolocobogliasco.it

CAMPO LIGURE (stagionale)

Valli Stura e Orba
Via della Giustizia 5
Tel. e Fax +39 010 92.10.55
prolococampo@yahoo.it

CASELLA (stagionale)

Stazione ferroviaria
Tel. +39 010 968.21.28
iat@comune.casella.ge.it

Punto Informazioni Turistiche

GORRETO (stagionale)
c/o Comune - Via Capolougo
Tel. e Fax 010 954.30.22
info@gorreto.org

TORRIGLIA

Via Nostra Signora
della Provvidenza 3
Tel. +39 010 94.41.75
Fax +39 010 945.30.07
info@parcoantola.it

USCIO

c/o Pro Loco
Via Vittorio Veneto 100
Tel. +39 0185 91.101
prolocouscio@libero.it

NUMERI UTILI

AEROPORTO

Informazioni sui voli: +39 010 60.43.565/650.17.15

AUTOSTRADE

infoviaggio: 840 04.21.21

SERVIZI MARITTIMI

Liguria Via Mare Servizi Marittimi:

+39 010 26.57.12 +39 010 25.67.75

Trasporti Marittimi Golfo Paradiso:

+39 0185 77.20.91

Servizio Marittimo del Tigullio:

+39 0185 28.46.70

Stazioni Marittime:

+39 010 24.12.361/393

TRASPORTI PUBBLICI

Linee urbane AMT: 800 08.53.11

Linee extra-urbane ATP: +39 010 54.67.44.10

Ferrovia Genova - Casella: +39 010 83.73.21

Radio Taxi Genova: +39 010 59.66

Collana degli itinerari

- Il mare
- L'entroterra
- Genova e i Rolli

Top Ten dieci posti da non perdere!

- Il Centro Storico
- Via Garibaldi e i Palazzi dei Rolli
- La piazza medioevale di San Matteo
- L'ascensore di Castelletto e Belvedere Montaldo
- Il Porto Antico: Acquario e Galata Museo del Mare
- La passeggiata di Nervi
- La passeggiata da Arenzano a Cogoletto
- Il Parco Naturale del Beigua - Beigua Geopark e la Badia di Tiglieto
- Il Parco Naturale dell'Antola e il Castello della Pietra di Vobbia
- Villa Serra di Comago (Sant'Olcese)