



## Feuille de route V1 Bracco Framura

52km 20 cols et 1593m de dénivelée cyclable à 98%

Départ : Bracco SS1 Via Aurelia (15km et 20mn)

Parkings : entrée du village de Bracco et à la sortie le long de la SS1 (emplacements en accotements) et possible au carrefour Casa Carpone Capolinea.

Depuis Bracco remonter la **SS1** Via Aurelia jusqu'au carrefour Casa Carpone Capolinea. Poursuivre sur la SS1 jusqu'au point [V1\_1] Baracchino. Prendre la piste à gauche de la route et contourner la barrière. Un petit portage permet de passer un enrochement très local. Poursuivre la piste qui mène à la **Sella Merelle**. [surtout ne pas prendre le sentier à droite du col qui contourne la Pietra di Vasca par la gauche, le sentier est très dangereux avec des passages aériens et un passage équipé d'une main courante].

Revenir en arrière jusqu'au point [V1\_2] prendre à gauche le sentier marqué par un panneau indiquant la direction pour la Foce San Nicolao. Le sentier nécessite un poussage en montant vers la **Bocchetta Sud** qui est un vrai col de flanc, continuer par le même sentier jusqu'à la **Bocca di Vasca**.

Revenir au point [V1\_2] par le single emprunté à l'aller. Le single est cyclable en descente à l'exception d'une dalle rocheuse.

Rejoindre la **SS1** au point [V1\_1] et monter par la SS1 jusqu'au **Passo del Bracco**. Continuer vers le carrefour **SS1/SS 332** au lieu-dit La Baracca [V1\_3]. Prendre la **SS 332** à droite et passer successivement la **Foce del Bivio per Deiva**, la **Foce delle Fosse** et la **Foce di Vaggi**.

Prendre à gauche du col la piste **AV5T** qui monte vers le Monte Castagnola à travers la forêt méditerranéenne, on passe le **Colle Forcola** puis la piste descend vers la **Sella Sud del Guaitarola** puis au point [V1\_4] continuer vers la **Foce di Pianpontasco** légèrement en dessus de la piste. Continuer la descente jusqu'à la **Sella Nord del Monte Arze** qu'il faut atteindre par un sentier étroit sur la gauche. [V1\_5] Revenir sur le sentier qui devient alors un circuit de descente aménagée jusqu'au **Foce di Monte Colletto**. Continuer le single par la gauche et descendre jusqu'au **Passo Coletto**.

Au col prendre le sentier à droite. Avec un petit poussage on atteint le point haut, on rejoint la piste qui descend vers la **SP 64** Tourner à gauche en direction de Bonassola. [V1\_6]. Au point [V1\_7] tourner à droite en direction de San Giorgio. [V1\_8] [V1\_9] [V1\_10]. De la chapelle Rejoindre Costella [V1\_12] [V1\_13] [V1\_14] puis Serra et enfin Bonassola. Peu avant la Voie ferrée [V1\_15] tourner à droite et prendre la Via Roma qui conduit à la **Foce di Carpeneggio**. (forte pente) Revenir en arrière à Bonassola et au point [V1\_15] prendre à droite la rue qui rejoint la piste cyclable [V1\_17]. (tunnel ancienne voie ferrée). Emprunter le tunnel jusqu'à Framura. [V1\_18]. A la sortie du tunnel il faudra franchir les escaliers et par la **SP41** rejoindre Costa Framura et sur la place contempler la Tour de Garde Carolingienne. [V1\_19]. Continuer tout droit par la rue principale. Prendre à droite la piste qui mène à la **Foce del Prato**. Revenir en arrière au village et prendre à gauche la SP41 jusqu'au carrefour SP41/SP42. [V1\_20]. Prendre à droite la **SP42**, passer la **Focetta** puis continuer jusqu'au point [V1\_21] Reggiononti. Prendre à gauche la direction Cimeterra. Longer le cimetière et tourner à droite pour prendre la piste forestière (petit raidard) qui mène à la **Foce di Gaggi**.

Pour ceux qui voudraient raccourcir continuer sur la SP40 et rejoindre le Foce di Vaggi. Faire le chemin inverse de l'aller jusqu'au Passo del Bracco.

Prendre le single à gauche jusqu'à la **Sella del Grumo Nord**. Au col prendre la piste à droite barrée par une barrière. Franchir la barrière et grimper la piste qui traverse une forêt de résineux jusqu'à la **Sella del Grumo**. Revenir en arrière et au col prendre la **SP 64**. Au point [V1\_24] au panneau Tana del Lupo descendre par la piste à gauche puis la **SC** jusqu'à Castagnola. [V1\_25].

Prendre la **SC** qui monte vers Piazza [V1\_26]. On rejoint la **SP40**. Dans la montée au point [V1\_27] prendre à droite une piste barrée par une chaîne qui conduit à la **Foce**. Revenir à la **SP40** et rejoindre Bracco par la **SS1**

Un détour: pour ceux qui ont encore du jus, au [V1\_28] prendre le GR qui conduit au **Passo de l'Inciza**. (3.7km en aller retour)

**Départ / Arrivée**

