

LOCALITA'	GUIDA SINTETICA AL PERCORSO RIGANTOCA	SEGNAVIA	KM	H.	SERVIZI
La Rosa del Parco (PARTENZA)	Dal cancello di partenza vai a SX in salita su asfalto, poi nel sentiero a DX per Casetta Rossa e vai verso il traliccio (lascialo alla tua SX), supera la cabina elettrica in muratura (alla tua DX) e procedi fino alla strada asfaltata. Qui vai a SX e poi prendi il largo sentiero a SX in salita fino a incrociare un'altra strada asfaltata (la Casetta Rossa è alla tua SX)	Parco Mura per Casetta Rossa	0,0	273	Punzonatura PARTENZA
Casetta Rossa	Sulla strada svolta a SX e poi dopo l'ampio piazzale vai sulla stradina asfaltata a DX (costeggia muretto) e segui X rossa ; prosegui sempre su quella (discesa-salita-in piano). IGNORA la deviazione a SX in salita per l'Osteria delle Baracche. Prosegui poi a lungo sempre dritto sulla sterrata fino ad incontrare La Baita del Diamante (alla tua DX) e poco dopo incroci la strada asfaltata del	X rossa			
Valico di Trensasco	Attraversa la strada e dopo 10 mt. c.a imbocca la strada asfaltata a SX davanti a te (Via dell'Acquedotto). Segui segnavia X rossa e continua fino alla Cappelletta di Pino Sottano dove poi prosegui su larga sterrata in piano ignorando i pochi sentieri laterali. (Dopo Pino S. alla X rossa si aggiunge anche un disco pieno rosso). Prosegui a lungo in piano; poco dopo aver superato un traliccio trovi un bivio alla tua SX segnato da un ometto e da molte X rosse ; devi svoltare bruscamente a SX (ATTENTO: svolta a SX in salita e segui segnavia X rossa e NON il disco pieno rosso che prosegue dritto e va in Creto).	X rossa			
Bivio per crinale Sud monte Alpe	La salita a tratti è ripida. Quando sei in cima sul crinale erboso ATTENTO: prendi il sentiero in piano a SX con segnavia X rossa che poi prosegue nel bosco; NON deviare a DX sull'evidente sentiero quasi parallelo che risale il crinale (gasdotto). Prosegui a lungo nel bosco su sentiero con X rossa ; su di esso, più avanti, confluirà dalla DX quello dell' AV in discesa dal m. Alpe. Segui entrambi i segnavia fino alla	X rossa			
Chiesa di Sella	Lascia la chiesa alla tua SX e prosegui su asfalto per c.a 50 mt. (ATTENTO: abbandona la X rossa). Attraversa la strada (freccia x Avosso + R gialle) e prendi il sentiero sulla SX segnato con pali AV e 3 pallini gialli (non quello con X nera). Nota: va bene anche la sterrata in salita parallela al sentiero perché si unisce al sentiero vicino alla base dell'ex pala eolica Continua per c.a 150 mt. in leggera salita, poi il sentiero passa a SX dell'ex pala eolica (vedi la sua base a DX), curva verso DX e sale per un breve tratto. Al bivio che subito dopo trovi segnato con palo AV (collocato a SX) vai sul sentiero a DX e segui: 3 pallini gialli - R - freccia per Avosso (ATTENTO: abbandona l'AV che va a SX verso Crocetta d'Orero) . Il sentiero a DX che percorri, dopo un po' fa una brusca curva a U e va in lunga discesa nel bosco fino ai ruderi di ...	Pali AV poi freccia Avosso R 3 pallini gialli	13,8	718	CONTROLLO RISTORO (*)
Assereto	Passa in mezzo ai ruderi e prosegui in leggera salita, poi in discesa nel bosco fino a un bivio (3 pallini gialli e scritta in giallo: per Avosso) dove devi svoltare bruscamente a DX in discesa	3 pallini gialli			
Bivio x discesa su rio Assereto	In discesa dopo un pò costeggi un vecchio muretto; scendi sempre. Sei su un sentiero molto ripido e con fondo parecchio instabile specie se bagnato !!!ATTENTO - PROCEDI CON CAUTELA: DISCESA PERICOLOSA !!! D – 220 mt.	3 pallini gialli			
Guado rio Assereto	In fondo alla discesa scendi nel greto del rio e vai subito a SX per pochi passi, poi svolta a DX , attraversa il rio e sei in sponda DX . Stando sempre sulla DX prosegui nel greto (3 pallini gialli) per c.a 250 mt., poi prendi l'accidentato sentiero a DX che sale ripido e poi spiana. Vai a lungo in piano, poi dopo una ripida discesa, un ponticello in cemento e passate 2 case incroci una strada. Vai a SX e sei a....	3 pallini gialli			
Pratogrande	Dopo il controllo vai a DX , attraversa il ponte sullo Scrivia e prosegui a SX su strada asfaltata (SS 226) fino alla chiesa di Avosso il cui campanile è visibile in lontananza (ATTENTO: la strada è trafficata: per la tua sicurezza stai sul marciapiede, dove esiste)	3 pallini gialli a vista	17,6	431	CONTROLLO (*) cancello h. 11
Chiesa di Avosso	Davanti alla Chiesa attraversa la strada (ATTENTO: la strada è trafficata-attribversa su strisce pedonali) e imbocca via Antica di Avosso seguendo 2 quadrati pieni gialli . Ignora la 1° svolta a SX e dopo 250 mt c.a svolta bruscamente a SX nel vicolo che sale e poi diventa sentiero. Svolta poi di nuovo a SX e segui il sentiero molto ripido che sale nel bosco; in cima il sentiero spiana e poi incrocia una strada asfaltata Vai a DX e dopo pochi passi sei alla Cappelletta di Gorra ben visibile D + 253 mt.	2 quadrati gialli			
Cappelletta di Gorra (o dell' America)	Prosegui in salita sulla strada asfaltata per circa 600 mt. Al bivio (cartello stradale per Cascinette) vai a SX in leggera salita per circa 150 mt. fino alle poche case della frazione di Cascinette o Cassinetta. Attraversa il gruppo di case fino al trogolo alla tua SX e prendi la mulattiera che vedi subito dopo, sempre alla tua SX , e che va in leggera salita	2 quadrati gialli	19,2	656	CONTROLLO RISTORO (*)
Cappella di S. Bernardo	Sulla mulattiera vai in salita per c.a 200 mt. fino alla Cappella di San Bernardo, la superi e prendi il sentiero di DX che va in leggera discesa e poi in piano nel bosco fino a sbucare nel mezzo di un tornante di una strada asfaltata	2 quadrati gialli			
Incrocio con strada asfaltata	All'incrocio vai a SX in salita sulla strada asfaltata fino ad un gruppo di poche case	2 quadrati gialli			
Case Fasciou	Oltrepassa le case (agriturismo "Il Pero") e prosegui su asfalto in salita a tornanti fino al poligono di tiro	2 quadrati gialli			