

## **GRAN TRAIL RENSEN 2019**

### **10 km - TRAIL BOOK**

*Partenza da Arenzano, via Bocca. Attraverso via Sauli Pallavicino e viale Rimembranze si raggiunge il Santuario del Gesù Bambino, la torre Saracena e ignorando l'inizio del sentiero degli inglesi si prosegue su asfalto fino ad arrivare in località Seixa dove si imbecca un sentiero sulla destra che porta alla località Curlo. Da qui si prosegue a destra in salita oltrepassando la sbarra. Proseguendo per la strada sterrata si giunge ad una seconda sbarra, la si oltrepassa, dopo poche decine di metri si prende il ripido sentiero sulla destra e si svolta nuovamente a destra al successivo bivio in direzione del Riparo Scarpegin (ristoro). Si prosegue oltre il Riparo seguendo sempre il sentiero in costa contraddistinto dal segnavia A rosso. Giunti ad un evidente bivio si prende il sentiero che scende sulla destra e attraversa il rio Cantarena. Dopo alcuni chilometri e dopo aver superato una casa contadina circondata da orti si procede per una sterrata che porta alle case Bicocca. Procedendo in discesa sull'asfalto si procede attraverso una piccola creusa a destra fino alla chiesa delle Olivete, quindi tra le vie del borgo in poche centinaia di metri si arriva al traguardo.*