



ANELLO DEL LAGO DI MATTARANA (Val di Vara)

Domenica 27 Settembre 2026



Un piacevole percorso ad anello nell'entroterra della Val di Vara, tra boschi, antichi borghi e panorami aperti verso il mare e le montagne. Dal parcheggio sulla **SP 46** imbocchiamo il **sentiero 630** e raggiungiamo il **Lago di Mattarana**. Proseguiamo verso **Quattro Strade** e quindi sul **sentiero 621**, fino a **Pavareto**, antico borgo immerso nel verde. Continuiamo sul **sentiero 620** verso il **Passo della Mola** e raggiungiamo la **Sella di Cima Stronzi**, a circa 810 metri di quota, punto panoramico dell'escursione. Da qui iniziamo la discesa lungo l'**AV5T**, fino a **San Nicolao**, dove incontriamo i suggestivi **ruderi dell'antico Ospitale di San Nicolao**, testimonianza della storica viabilità della zona. Il percorso prosegue lungo il **sentiero 630**, passando da **Monte Gruzza**, per poi imboccare il **sentiero 630V**, che ci riporta al parcheggio, concludendo l'anello. È necessario un buon allenamento alla camminata.

Dislivello positivo: 719 mt - **Quota Massima:** 810 mt - **Difficoltà:** E - **Tempo di percorrenza:** circa 6 ore

Ritrovo: A) Via Federici/Palaspport ore 7:20 **Partenza** ore 7:30 - B) Uscita casello A12 Carrodano ore 8:10

Punto di partenza per l'escursione: Parcheggio SP 46 (Mattarana) ore 8:30

Mezzi di trasporto: auto proprie

Attrezzatura: normale abbigliamento escursionistico stagionale, bastoncini, Calzature da trekking, cappello.

Pranzo: al sacco, buona scorta d'acqua

Accompagnatori: Raso Giorgio 3311136695 - Monica Gamba 3478816382 - Carlo Mazza