

# Genova

Una passeggiata nel panorama genovese



Camminare fa bene perché

1

Aiuta a  
regolare il  
colesterolo  
buono

2

Ti mette di  
buon umore

3

Allena il  
cuore

## Itinerario

TREKKING URBANO

Museo di  
Palazzo Reale

Lunghezza

4.7 km

Durata

66 min

Salita

107 m

Discesa

132 m

Acquario di Genova

Stretta tra mare e montagna, Genova è una città dalle mille sfaccettature, crocevia di popoli e culture che ne hanno segnato l'identità. Poeti, scrittori e cantautori sono stati ispirati dalla sua bellezza raccontandola nelle loro opere. Oggi il capoluogo ligure è un mix di contrasti, tra passato e presente, con tratti dell'antica repubblica marinara e opere moderne.

Non solo il famoso Acquario e il Porto Antico!

Il percorso nella Genova insolita è fatto di luoghi che si trovano a pochi passi dai grandi monumenti protagonisti delle guide turistiche della città. Questi, meno conosciuti, riescono comunque a ritagliarsi un ruolo di pregio, soprattutto per il visitatore più curioso e attento.

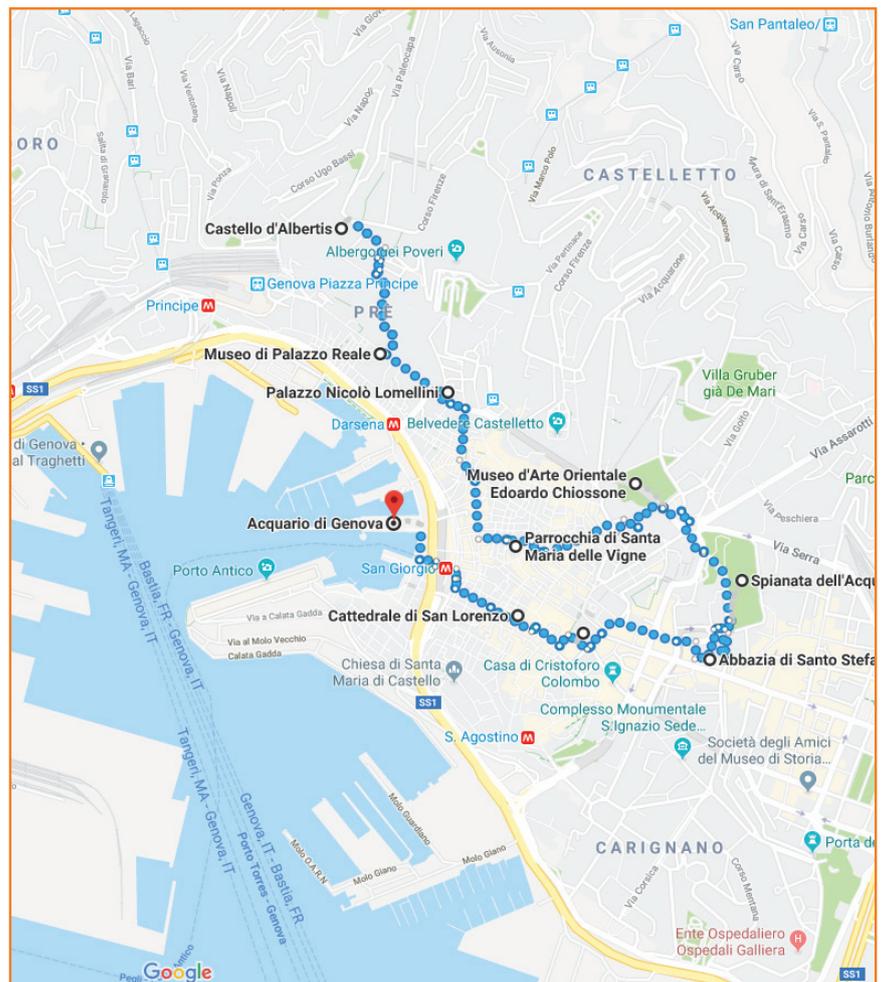


Vai al percorso GPS:

<https://goo.gl/maps/kLYJh8JXTm52>

*Il percorso, della lunghezza di 4,7 chilometri e della percorrenza di circa un'ora, parte dal Museo di Palazzo Reale e si conclude all'Acquario di Genova, includendo otto tappe intermedie.*

*La passeggiata nel cuore della città di Genova permette di assaporare la sua vera essenza andando a scoprire quelli che sono i tesori nascosti e gli angoli meno conosciuti che riescono a trasmettere la vera identità di questa città affacciata sul mare.*



I PERCORSI DEL BENESSERE



**Museo di Palazzo Reale.** Costruito tra il 1643 e il 1650 come dimora patrizia, nel 1824 i Savoia lo rendono Palazzo Reale. Ricco di affreschi, stucchi, dipinti, sculture e arredi, ospita opere di grande valore

artistico, come il "Cristo spirante". Le sale sono maestose, come quella delle Battaglie, impreziosita da due importanti tele. Da non perdere la Sala degli Specchi, il vero simbolo del palazzo.

550 mt

CASTELLO D'ALBERTIS

**Castello d'Albertis.** In stile neogotico, il castello sorge sulla collina di Montegalletto, da dove si gode di un panorama mozzafiato. Ideato e abitato da Enrico d'Albertis è sede oggi del Museo delle Culture

del Mondo. Nel castello si possono ammirare gli oggetti che questi portò dai suoi numerosi viaggi.



PALAZZO NICOLÒ LOMELLINI

750 mt



**Palazzo Nicolò Lomellini.** Del palazzo originale del 1567 è conservata la facciata sulla piazza, mentre la volta a ombrello del nuovo atrio è stata abbellita da un grande affresco con angeli. Attualmente

adibito ad appartamenti e uffici, il palazzo fu ricostruito per volontà di Nicolò Lomellini ed è considerato uno dei più sontuosi della città.

350 mt

PARROCCHIA DI SANTA MARIA DELLE VIGNE

**Parrocchia di Santa Maria delle Vigne.** Primo santuario Mariano di Genova e una delle chiese più antiche della città, è stata meta di pellegrinaggio a partire dal XVII secolo. Tra i fedeli che

l'hanno visitato, anche il futuro Papa Benedetto XV. Della chiesa originale resta il campanile del XII secolo e il chiostro, perché i numerosi rimaneggiamenti l'hanno trasformata quasi del tutto.



600 mt





5

**Museo d'Arte Orientale.**

Dipinti, stampe, armi, armature, bronzi, porcellane e molto altro: il Museo conserva il ricco patrimonio d'arte giapponese e cinese raccolto in Giappone da Edoardo Chiossone tra il 1875 e il 1898. Alcune opere

come i dipinti e le stampe di celebri autori (come Harunobu e Utamaro) sono esposte in mostre temporanee perché particolarmente delicate.

SPIANATA DELL'ACQUASOLA

500 mt

**Spianata dell'Acquasola.**

Oggi quest'area è adibita a giardino pubblico, ma un tempo qui, dove si possono ammirare ancora le antiche mura trecentesche, venivano depositati i detriti prodotti

dalla realizzazione dell'attuale Via Garibaldi. Il parco è meta, fin dalla fine dell'800, di passeggio per famiglie e sportivi, che possono godere degli oltre due ettari di spazio verde disponibile.



6

ABBAZIA DI SANTO STEFANO

350 mt



7

**Abbazia di Santo Stefano.**

Costruita nell'XI secolo dai monaci benedettini, fu consacrata nel 1217, rimaneggiata nel '300 e ampliata sul finire del '400. Dopo la semi-distruzione della Seconda Guerra

Mondiale fu riedificata in stile romanico. Di originale è rimasta la facciata, la prima a Genova decorata con paramento bicromo. Di pregio l'abside con l'alto zoccolo e le arcate cieche.

210 mt

PIAZZA DE FERRARI

**Piazza De Ferrari.** Dedicata al benefattore che nel 1875 donò una somma di denaro per ampliare il porto, è la piazza principale di Genova, luogo di ritrovo per eccellenza e sede delle

manifestazioni cittadine. Al centro si trova la fontana monumentale di bronzo. Qui affacciano il Teatro Carlo Felice e il Palazzo dell'Accademia Linguistica di Belle Arti.



8

250 mt





### Cattedrale di San Lorenzo.

Maestosa e solenne, si presenta con una facciata gotica in stile genovese dai marmi bicromi. L'interno è diviso in tre navate e ospita molte opere, ma anche le ossa di San Lorenzo

nella Cappella di San Giovanni Battista. Dalla navata destra si accede al Museo del Tesoro con veri capolavori, tra cui quello che la leggenda identifica col Santo Graal.

800 mt

### ACQUARIO DI GENOVA

**Acquario di Genova.** Principale attrazione della città, dal 1992 attira milioni di visitatori. È il più grande acquario italiano e il secondo in Europa: ospita 12 mila esemplari di 600 specie diverse in un ambiente davvero suggestivo, tanto che

sembra di passeggiare tra i mari più belli del mondo grazie alle sue 70 vasche, dove ammirare squali, foche, tartarughe e pinguini.



Se dopo questa piacevole camminata  
ti è venuta un po' di fame guarda  
le nostre nuove ricette del benessere

[www.oliocuore.it](http://www.oliocuore.it)



I PERCORSI DEL BENESSERE