Face à la Cappella dell'Assunta (+/- 10 km de Campo Ligure), laisser le Chemin d'Assise qui va à gauche pour descendre aux lacs et continuer tout droit sur la route (peu fréquentée) pendant 7 km.

NB : à 6 km, au besoin, un abri en bois sur la droite puis un bar-restaurant La Chelina sur la gauche et enfin un centre équestre sur la droite.

À Colla di Praglia (7ème km),  on rencontre l'AV qui débouche de droite. La suivre tout droit, au début sur la route. Peu après, à un petit parking, elle s'enfile en biais sur la gauche. Très bien balisée, elle passe par Prato del Gatto puis Giogo di Paravanico (où on traverse une voie cimentée pour la suivre) et Passo Prato Leone.  D'ici commence une montée caillouteuse le long de laquelle on rencontre la source "Segagin", un bivouac à gauche à 150 m. puis l'Osservatorio del CAI à gauche à 200 m. Continuer sur l'AV et 300 mètres après, retrouver le Tau qui vous rejoint sur l'AV venant de gauche et des lacs.  
Poursuivre désormais sur l'AV (voir topoguide).  
  
  
Légende de la carte:  
- Tau noir : parcours Chemin classique  
- Tau orange : parcours provisoire à partir de la chapelle.  
- Points verts : où le Tau et l'AV se rencontrent pour continuer ensembles.  
- Soulignements verts : interdictions d'aller aussi aux piétons.  
- 2 traits verts : où il faut quitter le Chemin pour la voie provisoire.