

Le cinque Terre - Da Portovenere a Riomaggiore

Enrico Bottino

Località di partenza:

Regione Liguria, Provincia di La Spezia, Portovenere

Tipo di itinerario:

a piedi

Difficoltà a piedi:

Escursionistica

Dislivello in salita (m):

600

Dislivello in discesa (m):

600

Tempo (hh:mm):

7:00

Periodo consigliato:

Autunno

Portovenere, la zona più rinomata del Golfo di La Spezia in quanto a mitocultura, è all'origine del sentiero i che, dopo 40 chilometri, termina a Levanto. Lì tratto iniziale si inerpicava verso l'ex fortificazione della potente Repubblica Marinara di Genova; il segnavia bianco-rosso è presente nella piazza Centrale (capolinea per le corriere proveniente da La Spezia), presso l'Ufficio Informazioni Turistiche, alle porte dell'imperdibile centro storico di Portovenere. Giunti al castello l'occhio fugge verso l'isola Palmaria e la sottostante Chiesa di San Pietro; olivi plasmati dal vento indicano la direzione da seguire, attraverso terrazze incolte fagocitate dalla macchia mediterranea. Le pareti verticali del Muzzerone richiamano l'attenzione dei free climbing, ma non solo: anche gli escursionisti possono compiere brevi deviazioni che, con accortezza, regalano elettrizzanti emozioni verticali. Giunti alla Cava Canese (200 m) si sviluppa sulla sinistra la variante 1/a che, a quota 300, offre uno splendido panorama sul Golfo di La Spezia, Portovenere, le isole Palmaria, Tino e Tinello, e, a ponente, sulle Terre Rosse e sullo scoglio Galera. A nord del Muzzerone il sentiero incontra la strada che cala di quota attraverso una pineta, fino a riconnettersi con il sentiero 1. Alla Sella dei Derbi la pista prosegue aperta e luminosa tra rade leccete arbustive e, successivamente, lungo lo spartiacque, all'ombra delle pinete. Allontanandosi e ricongiungendosi alla strada, la via giunge a Campiglia (fonte, ristorazione, mezzi pubblici poco frequenti da piazza Chiodo, a La Spezia), piccolo crocevia di sentieri. Al termine del paese le indicazioni per il sentiero 4/b tralasciano l'iniziale sentiero 1 diretto al Telegrafo; la via si infila tra le case e, scendendo a sinistra tra i coltivi, si apre man mano la vista su Schiara e sull'isolotto Ferale. Calcando l'arenaria consumata dal tempo e

LA BIBLIOTECA DEL
TREKking
ITINERARI E VIAGGI NELLA NATURA



Cinque Terre: una regione dai contrasti paesaggistici per la presenza dei monti a ridosso del mare ma anche di contrasti culturali dove la coltivazione di una terra ostile ha preso il sopravvento sulla pratica della pesca.



www.trekking.it

dalle tante generazioni che hanno reso produttiva una terra aspra e dura, l'itinerario si svolge all'ombra del sottobosco di pino marittimo, castagno, roverella e leccio. Il sentiero prosegue in costa, tra le pergole basse che meglio si oppongono all'impeto del libeccio, con suggestive panoramiche sulle fasce che scendono al mare nel regolare alternarsi di "cian" e muretti. Intersecando la strada di servizio per Schiara, il percorso fa capolino a Fontana di Nozzano; viene trascurata la via che sale e, proseguendo in piano, a sinistra - nella lecceta e, poco dopo, all'aperto lungo coltivi terrazzati - si scopre il paesaggio più bello della 1^a tappa. In un magico tratto di scogliera si schierano abbarbicati sul mare i tetti abbandonati di Monesteroli, suggestivo abitato raggiungibile zigzagando lungo una bellissima e ciclopica scalinata. Proseguendo a mezza costa si "sorvola" (in questa zona il gabbiano è il signore incontrastato del litorale) la spiaggia di Nacchè per poi giungere, senza fatica, a Fossola; lungo il crinale il sentiero si arrampica fino alla frazione Casotti; a sinistra prosegue nei vigneti e, successivamente, attraversando un boschetto, giunge alla strada statale delle Cinque Terre. Calcando la carrabile asfaltata, presso il bivio per Riomaggiore, si stacca sulla destra la via diretta al Santuario della Madonna di Montenero. Di ritorno da questa breve deviazione, le case di rara dolcezza e dai toni caldi, trattengono l'escursionista nel borgo più fotografato delle Cinque Terre, dove è presente - a Torre Guardiola - un Centro di Educazione Ambientale e di Osservazioni Naturalistiche . L'odore del sale e il silenzio del mare rendono veramente unico questo angolo di costa.