

Gli itinerari escursionistici in Provincia di Genova  
(Tigullio)

## L'anello di Punta Manara

Da Case Ginestra a Ciappa fino a Colle Mandrella



**Sviluppo:** Case Ginestra – Punta Manara – A Ciappa – Colle Mandrella – Case Ginestra

**Dislivello:** 350 m in salita **Lunghezza:** 4,8 Km

**Difficoltà:** EE/E

**Ore di marcia:** 2 h 30' totali

**Periodi consigliati:** da ottobre a maggio

**Accesso:** in treno fino alla stazione di Riva Trigoso (linea Genova – La Spezia). In auto si esce a Sestri L. (casello A12), dove seguiamo le indicazioni per Riva (pochi Km). Prima della località marina si prende a destra la strada rotabile per Case Ginestra.

Punta Manara rappresenta la porta d'ingresso verso il tratto più impervio della Riviera di Levante, un fazzoletto montuoso di forma triangolare tra gli abitati di Sestri Levante e Riva Trigoso. In pochi Km quadrati troviamo una varietà di ambienti e di paesaggi tali da rendere speciale questa zona: dalle scogliere a picco sul mare, alle pinete della fascia costiera fino ad arrivare alle zone umide e ai castagneti del versante nord.

Questo anello rappresenta un compendio di tutti questi ambienti che vengono attraversati da cima a fondo. Si parte dal versante orientale fino ad arrivare alla punta, e da qui si scende in direzione mare fino a Ciappa, così chiamata per la presenza di uno scoglio lungo e liscio. Si risale poi a monte fino a ritrovare il sentiero che attraversa il versante meridionale, e giunti in località Colle Mandrella si prende il tracciato che percorre tutto il lato nord, fino a chiudere l'anello a Case Ginestra.

Partendo dal parcheggio di **Case Ginestra** (110 m) si prende la crezza che passa tra le case del piccolo centro abitato. Giunti nei pressi dell'ultima casa imbocchiamo un sentiero segnalato dalla ex comunità montana locale con un cartello. Passiamo accanto ad un campo agricolo e raggiungiamo un bivio: qui inizia e finisce l'anello del percorso, con a destra il sentiero del ritorno e a sinistra la via che utilizzeremo ora (segnava due triangoli rossi vuoti). Saliamo di quota tra i pini e la macchia mediterranea con belle visuali sulla baia di Riva, mentre di tanto in tanto incontriamo qualche panchina.

Affiancato il Monte Ginestra (223 m) si procede in falsopiano per un buon tratto fino a passare poco sotto la vetta del Monte Castello (243 m). In seguito scendiamo su un largo sentiero che porta direttamente al bivio per il telegrafo di **Punta Manara** (153 m – 45' di cammino). Qui troviamo un rifugio chiuso a chiave e un'area pic-nic.

Dopo una breve visita al punto panoramico si ritorna indietro per imboccare il sentiero in discesa verso Sestri L. Poche decine di metri e troviamo a sinistra un sentierino in mezzo al bosco che scende in direzione mare. Il tracciato è privo di segnavia ma non presenta alcuna diramazione. Inizialmente passiamo sotto una fitta lecceta con alcuni tronchi di pino riversi lungo il sentiero, facilmente aggirabili. In seguito la vegetazione si dirada e propone la classica macchia mediterranea con diversi arbusti di erica arborea.

Il mare si avvicina e la traccia di sentiero diventa sempre più accidentata ed esposta ai dirupi, con una serie innumerevole di tornantini da superare. Dopo una ventina di minuti di cammino dal bivio raggiungiamo finalmente il mare lungo un tratto affascinante di scogliera limitrofa a Punta Manara. Davanti a noi troviamo **A Ciappa** (foto) un lungo scoglio piatto circondato da sfasciumi di roccia. La vista spazia fino a Sestri Levante e tutta la parte meridionale del promontorio.

Tornati indietro fino al bivio limitrofo al telegrafo di **Punta Manara** (mettere in preventivo una dura salita con 30' di cammino) si prosegue in falsopiano lungo il tratto occidentale del promontorio. Attraversiamo una stupenda pineta circondata da rigogliosi cespugli di erica arborea che nel periodo primaverile si ammantano del color bianco offerto dalle fioriture.

Alcuni cartelli evidenziano le diverse essenze presenti in loco, in particolare una bella sughereta posta a metà percorso.

Dopo una quarantina di minuti si scende tra i bastioni di roccia in vista dell'abitato di Sestri Levante. Giunti a quota 110 metri siamo a **Colle Mandrella**, dove abbandoniamo il tracciato fin qui seguito per imboccare a destra il sentiero per Case Ginestra. E' un percorso segnalato con tre pallini rossi a triangolo. Evitata una prima diramazione in discesa si prosegue a destra in piano e poi in salita.

Questo percorso chiude idealmente un triangolo verso Case Ginestra passando sul versante nord del promontorio, tra ambienti umidi e stupendi esemplari di pino e castagno.

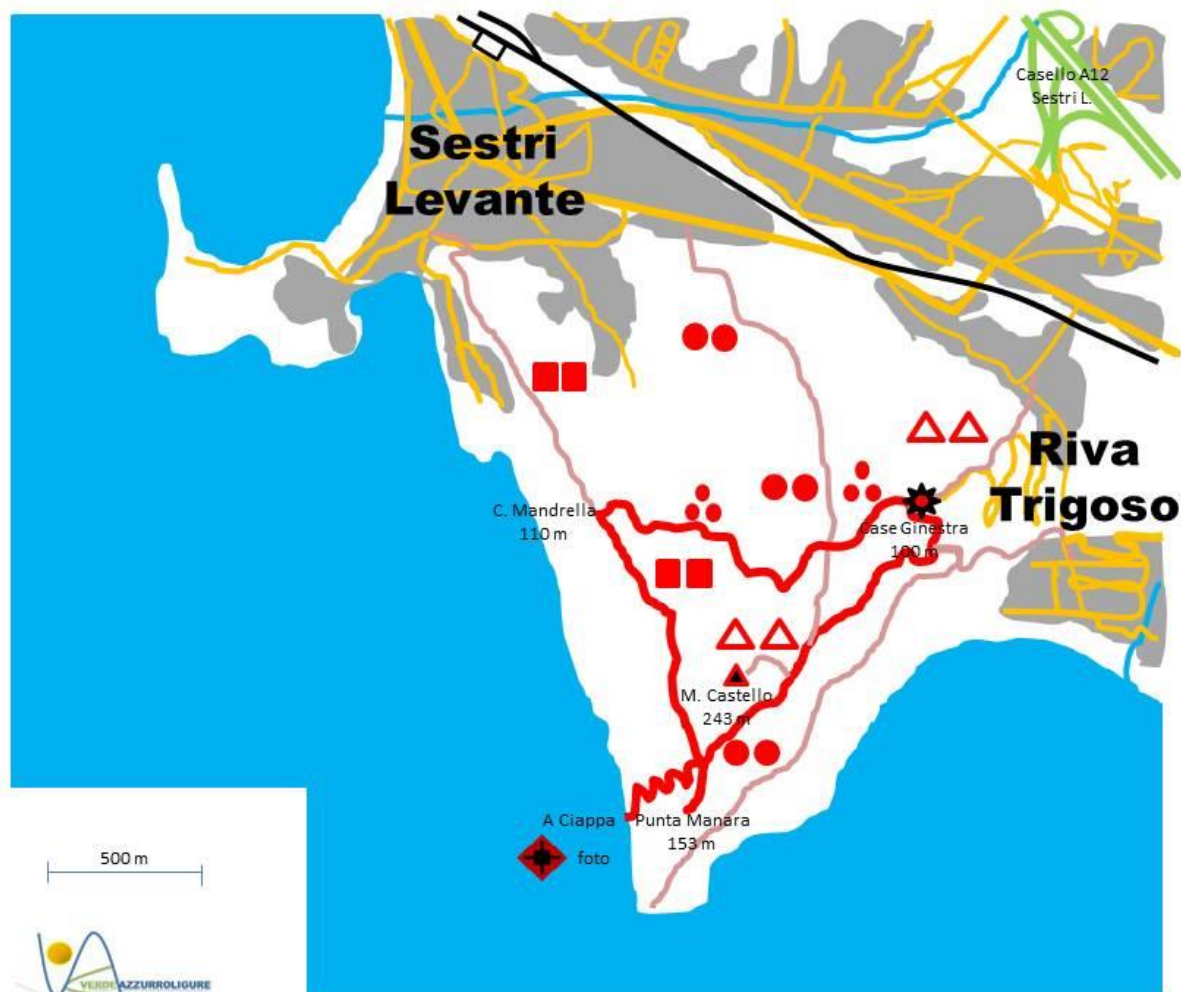
Dopo aver valicato un ruscello saliamo di quota fino ad arrivare ad uno slargo: qui incrociamo il segnavia con due pallini rossi proveniente da Sestri Levante, mentre noi proseguiamo dritti sul versante opposto del colle. Ripeschiamo un sentiero ombroso che in piano e in leggera discesa porta dopo 45' di cammino nuovamente a **Case Ginestra**, dove si chiude l'anello.

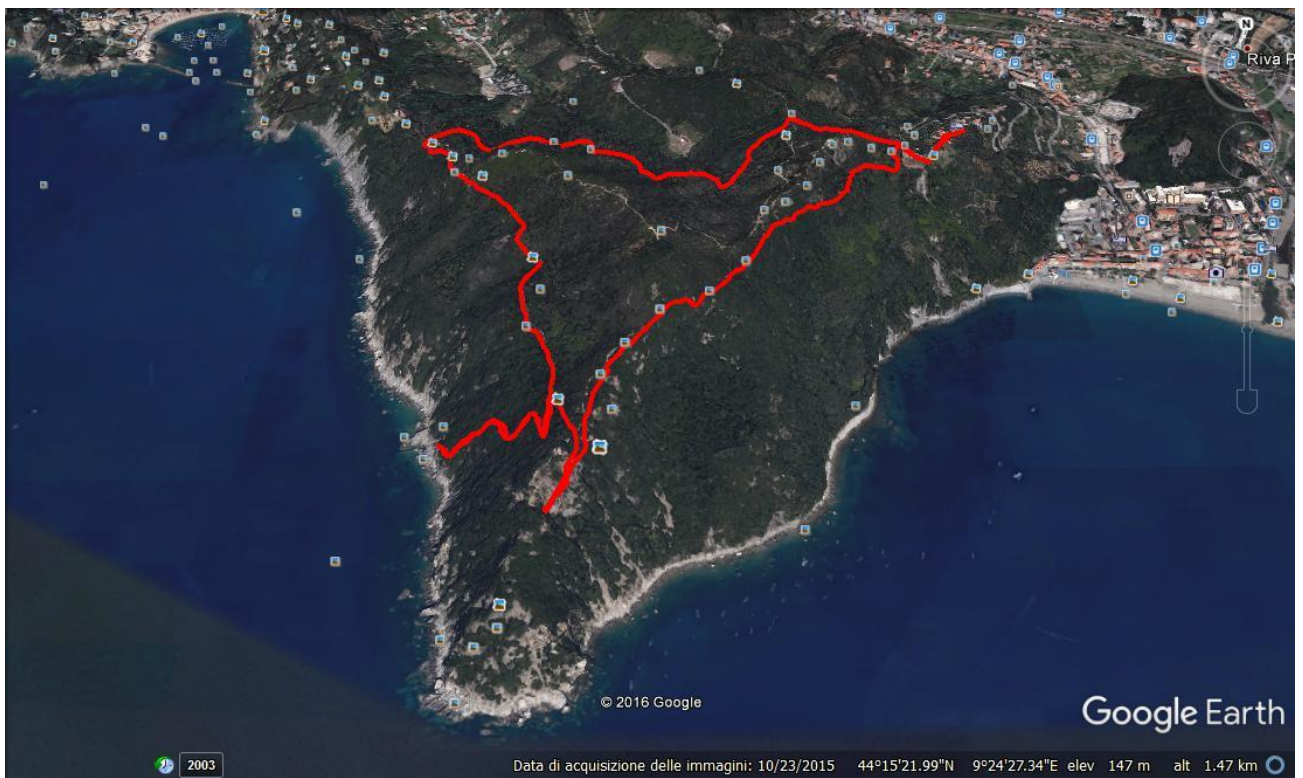
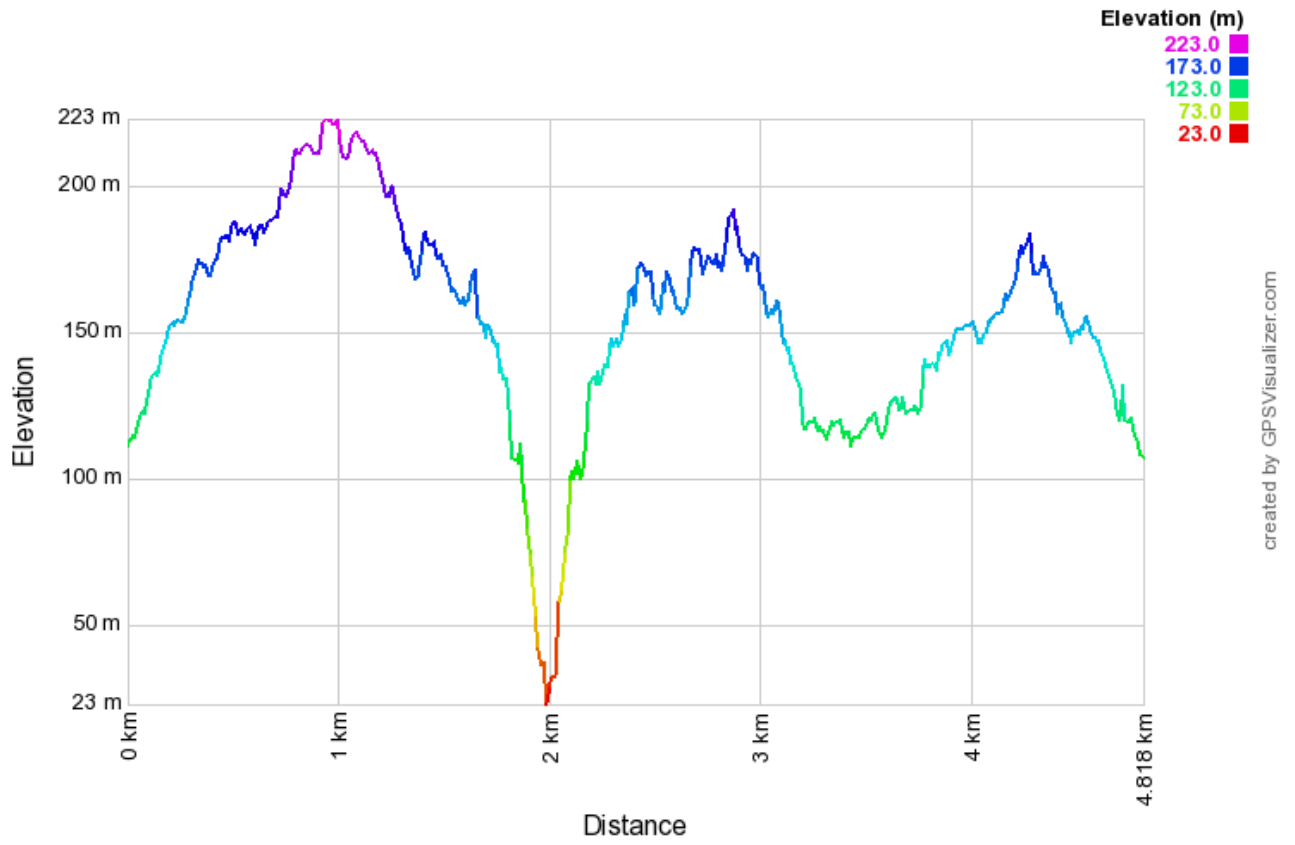
Basterà percorrere al contrario il pezzo di crezza tra le case per ritornare velocemente al parcheggio iniziale.

**Un consiglio:** assolutamente consigliati i pantaloni lunghi per la presenza di erba alta e rovi e i scarponcini da trekking per l'impervietà del percorso

**Riferimento cartografico:** carta EDM/FIE n°3 “Val Graveglia – Sestri L.” – carta VAL alla pagina successiva

**Verifica itinerario:** gennaio 2017





© Marco Piana 2017