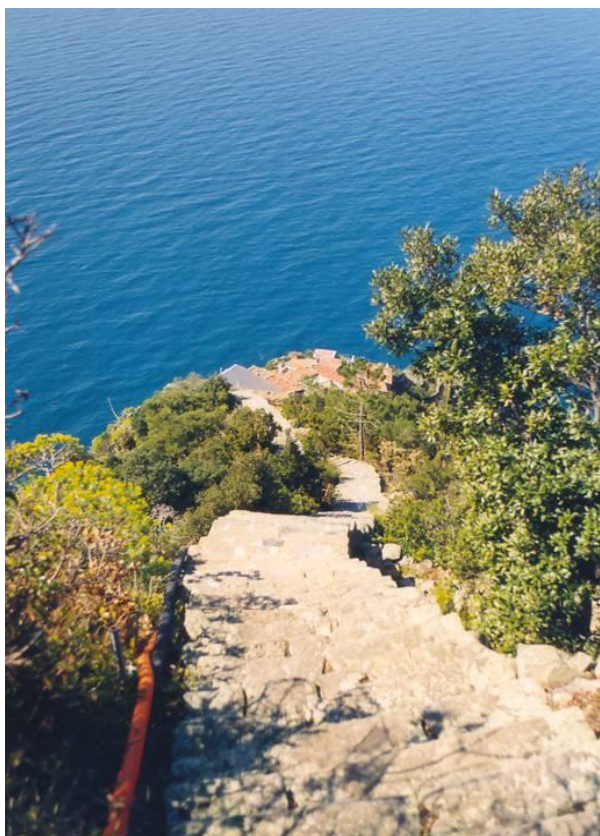


## Gli itinerari escursionistici in provincia di La Spezia (La riviera spezzina)

### **La traversata bassa tra Portovenere e Riomaggiore**

Tramite il Balcone di Tramonti



**Sviluppo:** Riomaggiore – Fossola – Monesteroli – Schiara – Campiglia – Pitone - Portovenere.

**Dislivello:** 400 m in salita

**Lunghezza:** 12 Km da Riomaggiore. 8,8 Km da Fossola

**Difficoltà:** E

**Ore di marcia:** 5,00 h. ca.

**Periodo consigliato:** da ottobre a maggio

**Accesso:** in treno si scende alla stazione ferroviaria di Riomaggiore (linea Genova- La Spezia – Roma). In auto usciamo al casello autostradale A12 di La Spezia, per continuare poi in direzione Riomaggiore.

Dalla stazione FS di **Riomaggiore** ci dirigiamo verso est, passando il tunnel ferroviario che collega la stazione al paese. Risaliamo per un breve tratto la via principale del borgo, fino a trovare sulla destra il segnavia del sentiero 3/a. Una scalinata in pietra ci fa guadagnare velocemente quota, prima tra le case ed in seguito tra i vigneti.

Giunti in prossimità del bivio tra la strada asfaltata che scende a Riomaggiore e la strada litoranea per La Spezia, proseguiamo su quest'ultima per recarci verso l'abitato di Fossola.

Tale tratto di strada, della lunghezza di circa 2 Km, serve ad evitare un'inutile dislivello verso il Santuario di Montenero, e nel contempo ci permette di arrivare ad uno dei borghi più affascinanti di Tramonti.

Dopo una breve galleria, percorriamo ancora un tratto di strada asfaltata fino al successivo tunnel della Biassa, dove troviamo un ristorante ed una strada sterrata che si stacca in direzione mare.

Preso quest'ultima, giungiamo velocemente al parcheggio di **Fossola** (262 m 1h 15' di cammino da Riomaggiore). Da qui in poi comincerà la parte escursionistica del percorso, fatta di panorami affascinanti, piccoli paesini tagliati da ogni via di comunicazione, terrazzamenti coltivati a vite e piccole insenature nascoste tra gli scogli.

Scendiamo dal parcheggio verso l'abitato di Fossola (riconoscibile per una piccola chiesetta bianca), lungo una scalinata ripida tra i vigneti. Poco sotto l'edificio religioso si stacca un sentierino sulla sinistra poco evidente, segnalato col segnavia rosso – bianco 4/b.

Dopo un breve tratto in piano tra i vigneti, attraversiamo il piccolo borgo salendo alcuni gradini tra le case. In seguito ci ritroviamo in mezzo ai tipici terrazzamenti della zona, con alcuni tratti alberati.

Dopo un breve tratto in piano tra i vigneti, attraversiamo il piccolo borgo salendo alcuni gradini tra le case. In seguito ci ritroviamo in mezzo ai tipici terrazzamenti della zona, con alcuni tratti alberati.

Manteniamo quota 250 metri, per risalire successivamente sul costone collinare che termina in mare con l'abitato di **Monesteroli**. Quest'ultimo è raggiungibile tramite un'interminabile scalinata sospesa nel vuoto, stupefacente in discesa, ma molto faticosa in salita (foto).

Superato il bivio per Monesteroli, saliamo tra i vigneti ed entriamo in una folta lecceta, fino a giungere alla rinfrescante **fontana di Nozzano** (potabile), posta in ombra a due passi dalla carrareccia per Schiara. Saliamo per un breve tratto su quest'ultima, e terminato il rettilineo prendiamo un sentierino a mezza costa, sopra l'abitato di **Schiara** (raggiungibile con un sentiero che si stacca dal nostro tracciato).

Dopo un tratto panoramico tra gli arbusti, giungiamo a **Campiglia** (398 m – 2h 45' di cammino da Riomaggiore), località posta sul crinale tra le Cinqueterre e La Spezia. Ottimo il panorama su tutto il golfo spezzino e le Alpi Apuane.

Ora il nostro segnavia di riferimento è il numero 1 o AVG (Alta Via del Golfo), che staccandosi a fianco della chiesa, si mantiene sul crinale sovrastante.

Superati i ruderi di un mulino a vento, arriviamo di fronte ad uno spiazzo all'ombra dei pini. Qualche metro ancora e svoltiamo a sinistra lungo un sentiero in discesa tra la macchia e i pini. Questo sentiero sbuca nei pressi della strada di collegamento per Campiglia che taglieremo in un paio di punti. Percorso un tratto della rotabile, all'altezza di una curva, ci rituffiamo nella pineta, per ridiscendere in un altro punto della stessa strada.

Abbandoniamo definitivamente la rotabile all'altezza di un tornante, ed entriamo nuovamente tra la vegetazione esuberante della macchia mediterranea. Il primo tratto di sentiero presenta poche sorprese, essendo un percorso di mezza costa di un vallata litoranea. Appena raggiunta la linea di costa il panorama comincia ad aprirsi verso le rocce del Muzzerone e delle isole Palmaria, Tino e Tinetto. E' uno dei tratti più panoramici e suggestivi del percorso. In località **Pitone** (300 m – 3h 45' di cammino da Riomaggiore), esiste un vero e proprio balcone panoramico posto su un punto strapiombante della costa.

Il sentiero termina sulla strada asfaltata che porta alla fortezza di Muzzerone. Si percorre un lungo tratto di quest'ultima, fino al primo tornante che si trova poco sotto il monte. Inizialmente prendiamo la strada sterrata che si stacca sulla sinistra, ma quasi subito prendiamo un sentiero che sale tra gli alberi. Dopo poche decine di metri raggiungiamo la strada rotabile che porta alla fortezza del Muzzerone. Passiamo accanto ad una cava e all'altezza di un altro tornante prendiamo un largo sentiero che si mantiene quasi in piano tra gli alberi. Gradualmente il tracciato vira in direzione Portovenere che cominciamo ad intravedere tra gli alberi. Di fronte possiamo ammirare il lungo versante settentrionale dell'isola Palmaria.

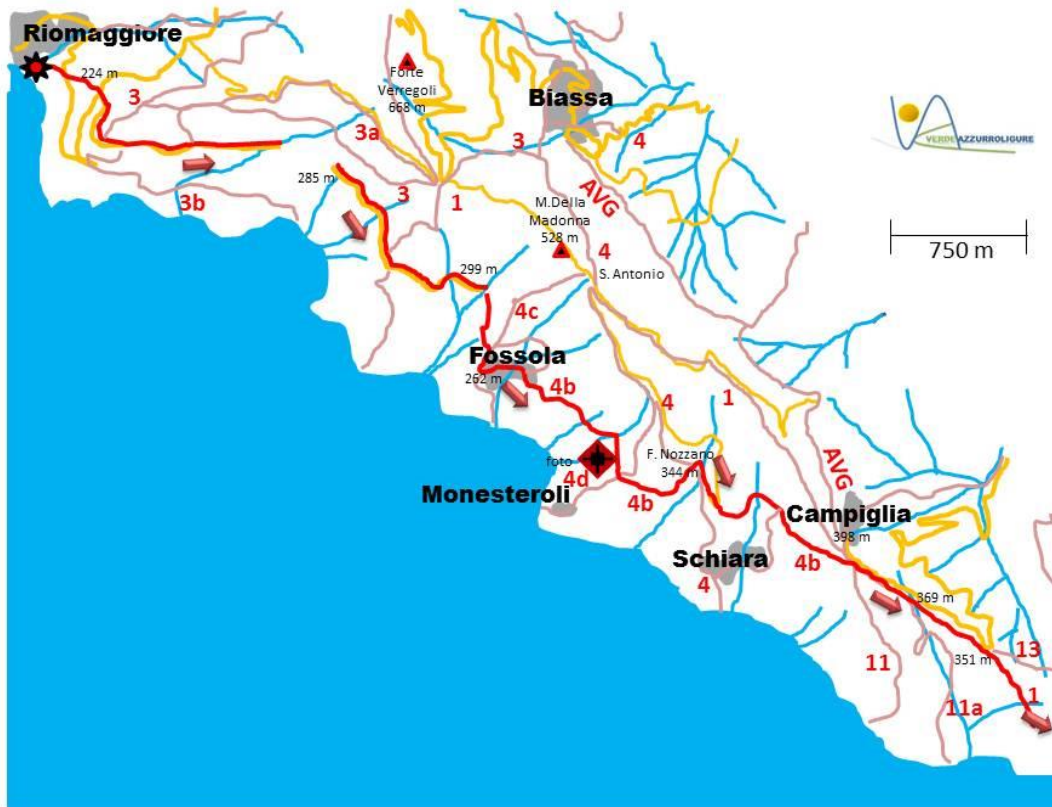
Evitate numerose diramazioni in discesa sulla sinistra, una delle quali porta ad un agriturismo, cominciamo a scendere lungo un sentiero pietroso e ricco di massi scavati per ricavare delle pozze d'acqua. All'inizio della discesa troviamo una diramazione (segnalata su un masso enorme) che porta ad una cava a strapiombo sul mare, dove iniziano alcune vie di arrampicata.

La lunga discesa tra gli alberi di pino e la macchia mediterranea termina alle spalle del castello di Portovenere, che aggiriamo sul fianco orientale. Ancora una ripida scalinata e raggiungiamo il centro di **Portovenere**, nei pressi della piazzetta dove girano gli autobus della linea "P" dell' ATC, provenienti da La Spezia, che ritornano al punto di partenza.

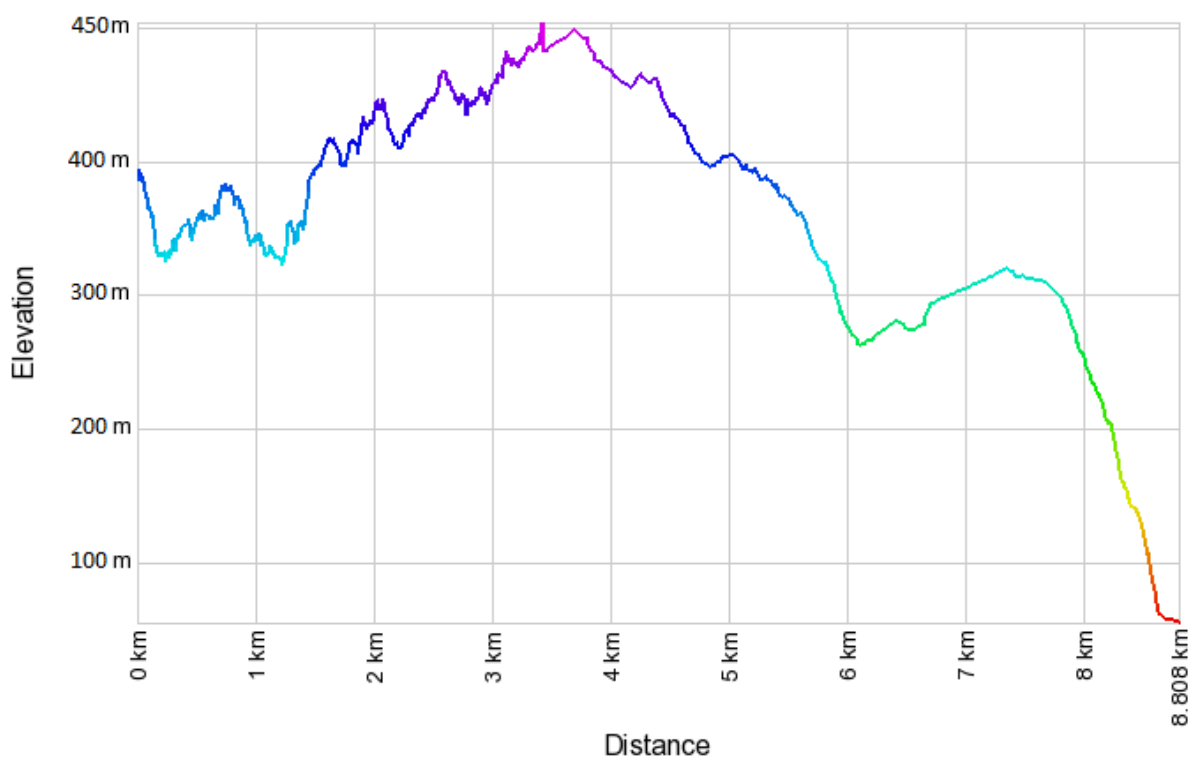
**Un consiglio:** valida alternativa per tornare in direzione Riomaggiore – Monterosso è quella offerta dal battello che parte dal molo d'imbarco di Portovenere

**Riferimento cartografico:** carta dei sentieri delle Cinque Terre – Ed. Multigraphic – scala 1:25.000 – carte VAL alla pagina successiva (l'altimetria e la carta Google Earth si riferiscono al tratto Fossola – Riomaggiore)

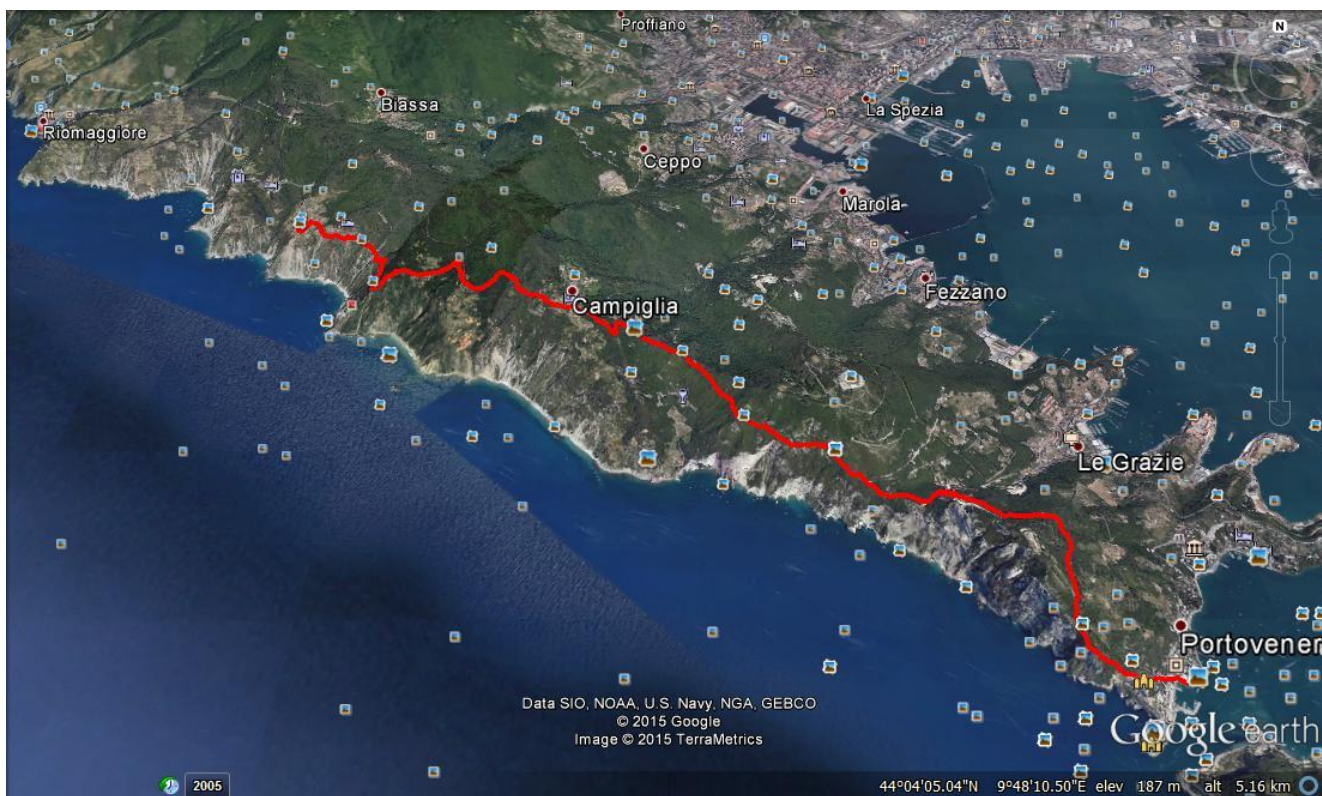
**Verifica itinerario:** 17 giugno 2009



Elevation (m)



created by GPSvisualizer.com



Profilo altimetrico e elaborazione su Google Earth del tratto da Fossola a Portovenere

© 2016 Marco Piana