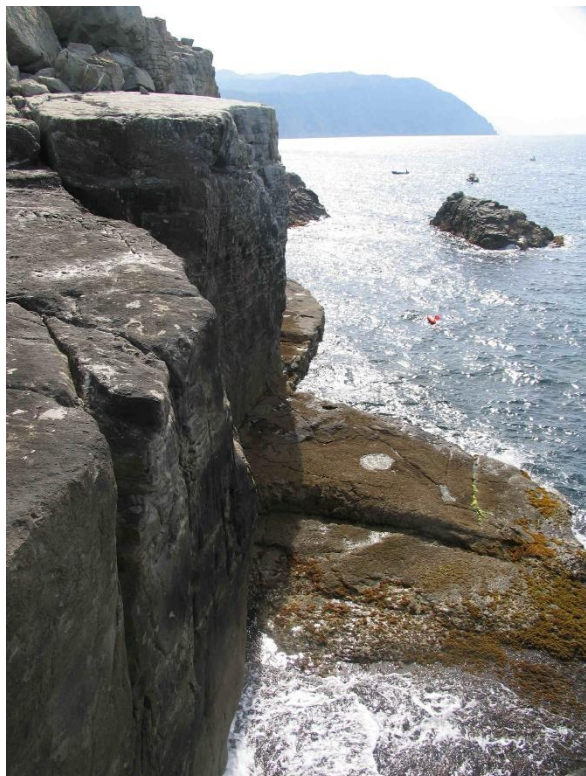


## Gli itinerari escursionistici in Provincia di Genova (Tigullio)

### Tra le rocce di Punta Manara

Da Riva Trigoso all'estrema punta del promontorio e alla Tersa Ciazeta



**Sviluppo:** Riva Trigoso – Le Rocche – Giarole – Casa dei Preposti – Punta Manara – Casa dei Preposti – A Tersa Ciazeta – Riva Trigoso

**Dislivello:** 350 m in salita

**Difficoltà:** EE/E – **Lunghezza:** 4,3 Km (A/R)

**Ore di marcia:** 2 h 45' totali (A/R)

**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), e si seguono le indicazioni per Riva (pochi Km).

Si tratta di un percorso impervio che consente di arrivare in due punti incantevoli della costa. Molti escursionisti effettuano il classico giro di Punta Manara da Sestri Levante a Riva Trigoso lungo un sentiero di mezza costa. Giunti in cima alla cresta di Punta Manara sembra che il promontorio si tuffi nel blu del Mar Ligure con una balza rocciosa davvero notevole. Eppure quei luoghi così inaccessibili possono essere raggiunti via terra

tramite un sentiero che da Riva sale fino a quota 100 metri sul versante orientale del promontorio per poi scendere tra i roccioni e gli scogli della punta. Si tratta comunque di un percorso non facile, tracciato dagli scalatori per accedere alle numerose vie di arrampicata che la zona offre. Se non si soffre di vertigini e ci si adatta a percorrere tratti impervi o con erba alta, il sentiero offre alcuni paesaggi davvero unici e indimenticabili.

Oltre agli scogli di Punta Manara, l'itinerario raggiunge la spiaggia sassosa della Tersa Ciazeta, sul versante orientale del promontorio, posta a cavallo tra due scogliere, dalle acque limpide e smeraldine.

Dalla passeggiata di **Riva Ponente** si procede lungo Via Mons. Vattuone, che collega la frazione marina con Trigoso. Dopo circa 200 metri si prende una scalinata sulla sinistra che inizia dalla discesa delle Rocche (segnavia vari – Sentiero Liguria). Con larghi gradoni in salita si arriva velocemente alla frazione **Le Rocche** (27 m), un grazioso agglomerato di case, ornato da numerose piante.

Continuiamo a salire lungo un sentiero più stretto con gradini più alti. Quest'ultimo tracciato altro non è che il Sentiero Verdeazzurro proveniente da Punta Manara.

Affianchiamo alcune proprietà private delimitate da recinzioni, tra i lecci e gli olivi. Dopo una breve salita il sentiero comincia ad addolcirsi.

Passiamo sopra l'abitato di Riva mascherato da una lecceta piuttosto folta, tra brevi tratti di bosco e uliveti semi abbandonati. In estate la vegetazione invade il sentiero che a tratti rimane soffocato dall'erba, dalle ginestre e da qualche rovo (dotarsi di pantaloni lunghi).

Si arriva così ad una deviazione, dove il Verdeazzurro svolta a destra, mentre noi proseguiamo dritti passando sopra una passerella in cemento. Da questo punto in poi seguiremo il segnavia quadrato rosso che ci porterà fino alla meta finale.

Proseguiamo quasi in piano tra gli olivi e i coltivi di località **Giarole** (96 m) sempre affrontando tratti con erba alta. Fortunatamente si alternano con tratti di lecceta dove il sottobosco è scarno per la fitta ombreggiatura. Ad un certo punto termina la parte coltivata ed il sentiero forma un bivio: noi proseguiamo in leggera discesa tra i lecci e la macchia.

Un tratto di sentiero gradevole ci porta di fronte ai ruderi della “**Casa dei Preposti**”, che in passato fungeva da postazione di guardia anticontrabbando. Essa sorgeva alla confluenza tra i sentieri provenienti dalla punta e dal sottostante Scoglio dell'Erbun, le cui tracce però si perdono tra la vegetazione infestante. Proseguiamo dritti in direzione di uno slargo tra i pini, che attaccati dai parassiti e dagli incendi, crollano sul sentiero.

Comincia ora il tratto più impervio con numerosi saliscendi tra la fitta vegetazione. Giunti nella zona più estrema della punta il tracciato comincia a scavalcare alcuni massi, e solo in un paio di punti troviamo delle corde da utilizzare come ausilio alla salita, o per affrontare alcuni tratti esposti (verificarne la tenuta).

Giungiamo così nel punto più elevato del percorso, a circa 100 metri di quota, con il mare che si avvicina sotto di noi. Effettuati un paio di tornanti improvvisamente appare sotto di noi la scogliera di Punta Manara, dove il fragore delle onde e il vento sono gli assoluti padroni della scena. Da questo punto in poi occorre prestare la massima attenzione a scendere lungo un sentiero sassoso che tende a scivolare sulla scogliera. Anche qui troviamo alcune corde come ausilio e il segnavia rosso ad indicare la strada giusta.

Giungiamo così sulla scogliera di **Punta Manara** (1h di cammino da Riva L. – foto 1), tra bastionate di roccia che si protendono come balconi panoramici sul mare ed enormi massi quadrati che in passato si sono staccati dalla cresta sovrastante. Sulla punta estrema sorge una cappelletta votiva costruita dai marinai, accessibile solo via mare. Il panorama spazia da Sestri Levante a Punta Baffe.



Torniamo indietro, stando attenti ai tratti esposti, che percorsi in salita, si possono rivelare insidiosi in discesa, fino a superare la **Casa dei Preposti**: dopo una decina di minuti di cammino, si individua in direzione mare un sentiero che scende in direzione contraria. Questo percorso scende gradualmente verso un uliveto abbandonato, mentre alcuni gradoni consentono di attraversare le fasce dove sono coltivati. Superato lo stesso, accostiamo una baracca in legno, prima di buttarci nella macchia mediterranea che anticipa la spiaggia sassosa della **Tersa Ciazeta** (10' di cammino dal bivio). Dalla cala è possibile raggiungere alcune



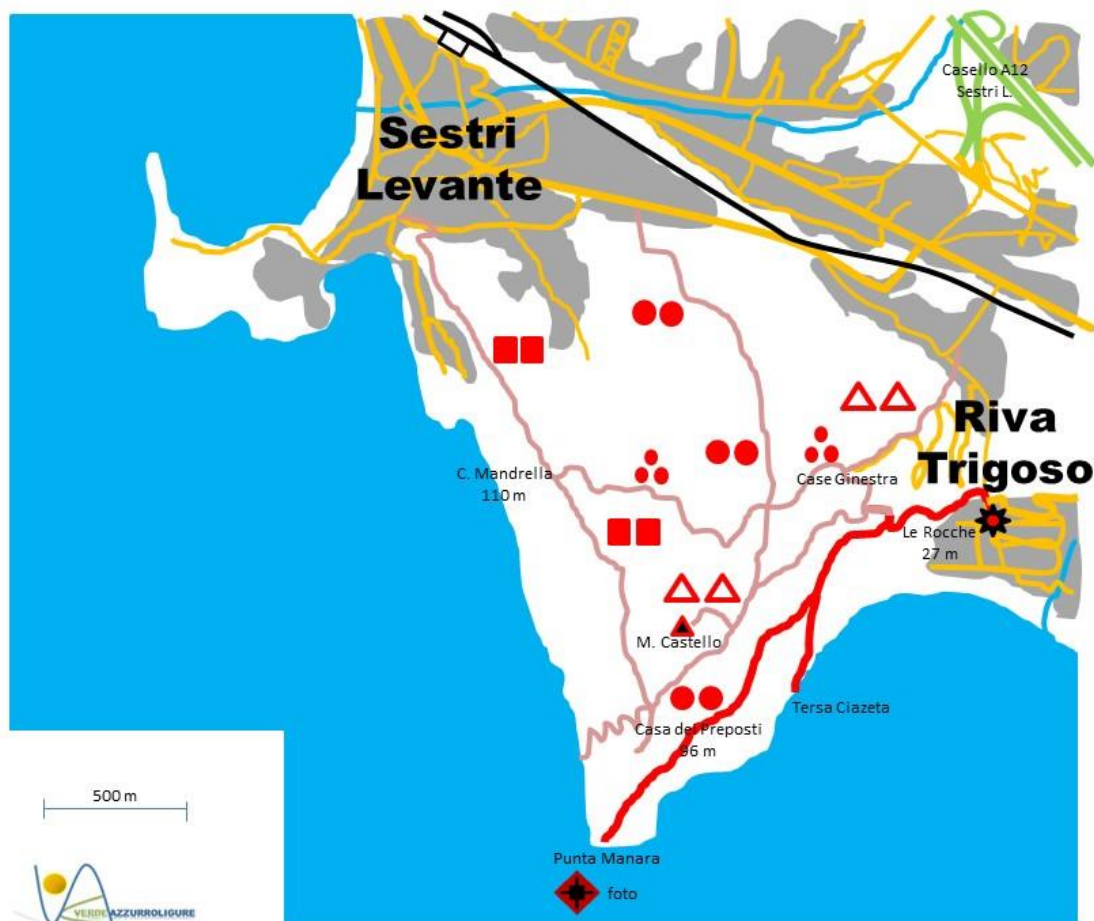
scogliere poste ai due lati, dove troviamo un mare cristallino (foto 2). Meno prosaica la situazione della spiaggia, dove troviamo nella parte centrale, alcuni accumuli di legname e spazzatura spiaggiata.

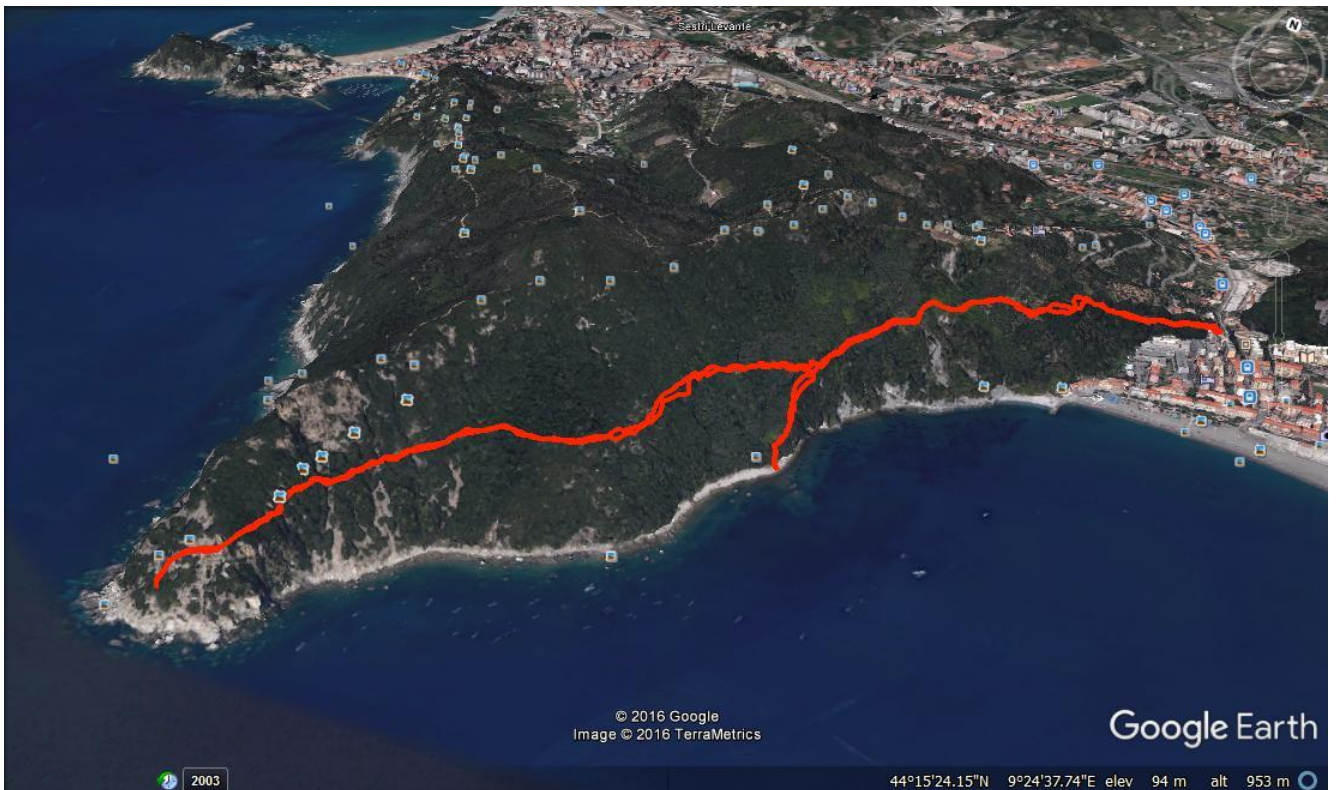
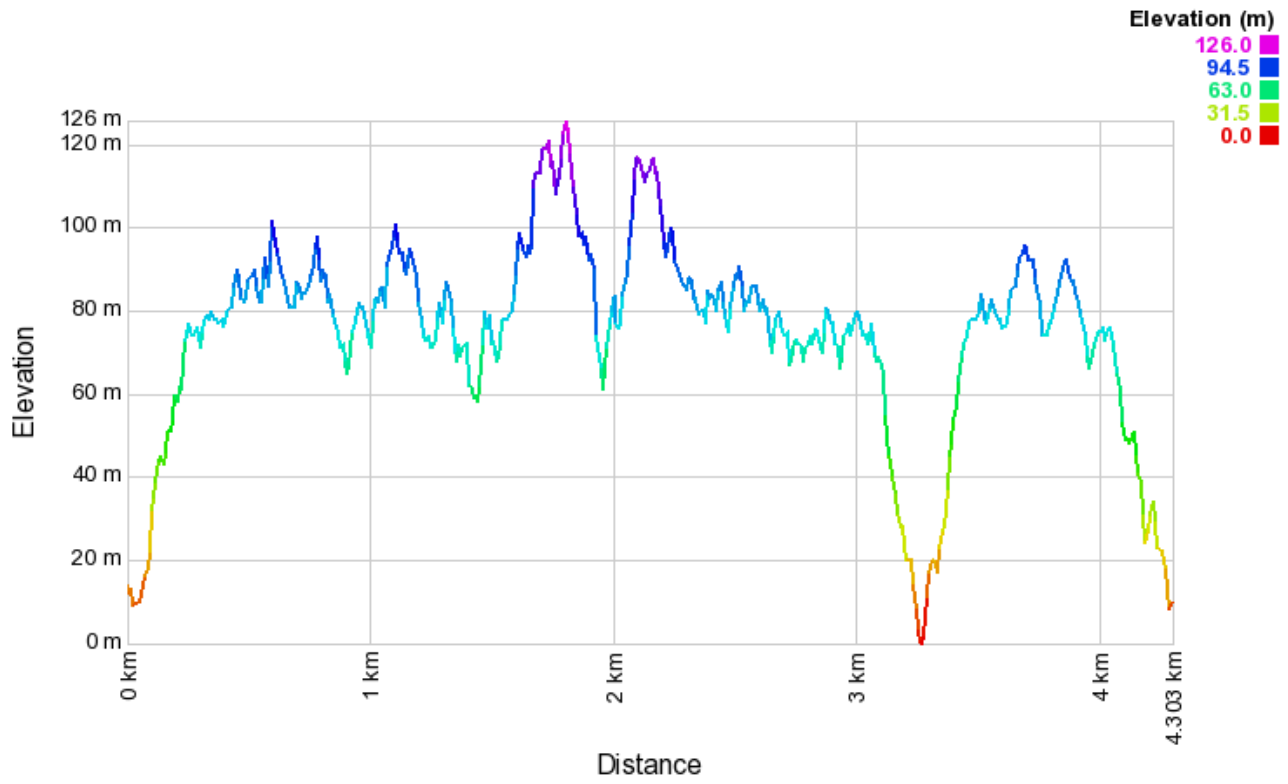
Si ritorna poi sul sentiero per Punta Manara, considerando che la salita sarà più faticosa per la presenza dei gradoni, e una volta raggiunto il percorso si ripercorre a ritroso il tracciato dell'andata, fino a **Riva Trigoso**.

**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. Da non percorrere il sentiero in caso di pioggia, per i numerosi punti esposti o semi-franati.

**Riferimento cartografico:** carta EDM/FIE n°3 "Val Graveglia – Sestri L." – carta VAL

**Verifica itinerario:** aprile 2017





© Marco Piana 2017