

Gli itinerari escursionistici in provincia di La Spezia
(Il Golfo Paradiso)

Le alture di Bogliasco

Panorami e vigneti sulle Cinque Terre da S. Bernardino



Sviluppo: Bogliasco – San Bernardo – Poggio Favaro – Sessarego - Bogliasco

Dislivello: 350 m in salita

Difficoltà: E – **Lunghezza:** 4,6 Km

Ore di marcia: 2,15 ca.

Periodo consigliato: da ottobre a maggio

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

L'entroterra di Bogliasco racchiude in sé una contraddizione tutta italiana: qui troviamo una verde e selvaggia vallata, meritevole di essere percorsa a piedi in uno dei tanti sentieri che l'attraversano, ma la stragrande maggioranza sono impercorribili a causa della vegetazione infestante che rende difficoltosa la percorrenza. Tanta incuria contrasta con il complesso sportivo della U.C. Sampdoria, con diversi campi curati nel minimo dettaglio.

La vallata potrebbe essere percorsa a diversi livelli, con sentieri panoramici in gran parte segnalati, ma i rovi, le felci aquiline e le ginestre rendono l'attraversamento di alcune zone un'impresa.

L'itinerario qui proposto collega i due versanti della vallata (foto), dove troviamo alcuni paesi molto caratteristici, come Sessarego sul versante ovest, e Poggio Favaro e S. Bernardo sul versante est. Solo il tratto centrale presenta alcune difficoltà di percorrenza, augurandosi che negli anni l'incuria non renda percorribile anche questo tratto di sentiero.

Partiamo dalla stazione ferroviaria di **Bogliasco** e scendiamo lungo Via Mazzini fino a raggiungere la chiesa parrocchiale dedicata alla Natività di Maria. In breve arriviamo alla spiaggia del paese, dove le barche sono messe al riparo dalle onde negli spiazzetti retrostanti

l'arenile. Attraversiamo l'elegante ponte medievale, rifacimento di un antico manufatto di origine romana. Passiamo sotto un voltino e affianchiamo le case che si affacciano sul mare, vicino al muro degli artisti. Questa via comincia a salire, protetti da una ringhiera, dove possiamo ammirare Bogliasco con le sue variopinte case, e la spiaggia (foto).

In breve arriviamo ai giardini prospicienti il municipio. Raggiunta Via Mazzini, passiamo davanti agli uffici comunali, scendiamo a sinistra, e prendiamo la prima scalinata sulla destra (Via N. Ansaldo) che sale con ampi gradoni fino alla strada statale Aurelia. Per evitare quest'arteria trafficatissima prendiamo un cavalcavia sulla sinistra che porta direttamente ai giardini di Via Favaro.

Imboccata la scalinata a fianco dei giardini, cominciamo a salire in maniera netta e decisa verso le alture di Bogliasco. Seguendo il segnavia FIE contrassegnato da una linea e un punto rosso diventa più facile orientarsi tra le case della parte alta del paese, che propone un paio di bivi, fino ad arrivare a una salita a gomito, che porta lungo il crinale del Monte Croce.

Questa parte di percorso ci consente di ammirare la valle del torrente Poggio, con i contrafforti del Monte Cordona (803 m) che si elevano sopra la vallata.

La salita prosegue lungo una stradina selciata o con ampi gradoni, fino a giungere a un camping. Seguiamo ancora la crezza in forte salita, in alcuni tratti suggestiva, circondata da villette e giardini arricchiti con limoni, mimose e ulivi.

Dopo circa 45 minuti giungiamo nel paesino di **S. Bernardo** (269 m – 1,7 Km di cammino da Bogliasco), una deliziosa frazione del paese rivierasco sospesa tra le colline e il mare, costellata di case raccolte attorno alla chiesa da cui prende il nome

Dalla piazza principale, dove troviamo un ristorante, un campo sportivo e il parcheggio per le auto, prendiamo la strada rotabile in discesa, che inizia come Au Campu, ma una volta distaccatasi sulla sinistra diventa Via G. Marconi. Questa porta direttamente al paese di Poggio Favaro.

Ne percorriamo un tratto, e giunti in prossimità di una fermata del bus si prende una scalinata in discesa che prende il nome di Cian du Campu. Si svolta a destra e si scende su larghi gradoni in mezzo alle case.

Procediamo lungo una tipica crezza mattonata che prima scende e poi risale tra le case colorate di **Poggio Favaro** (224 m). Imbocchiamo in sequenza Via Cà Neua, Fasceu e la stradina pedonale di Iso. La stessa termina come via cementata tra le villette e gli ulivi, fino a trovare una scalinata che scende verso il Torrente Poggio.

Terminata la staccionata inizia il sentiero che velocemente ci porta da località Pozzetta (174 m – 1h 30' di cammino da Bogliasco), dove guadiamo il torrente.

Sul versante opposto entriamo in un bosco molto fitto, dove s'individua una traccia di sentiero che lentamente si avvicina al tracciato dell'autostrada A12.

Passiamo a fianco della recinzione di quest'ultima, con alcuni tratti invasi dalla vegetazione, mentre di tanto in tanto troviamo alcune indicazioni in rosso e diverse frecce azzurre. La traccia è unica, e non presenta grandi deviazioni.

Riguadagnata quota, si arriva in una stradina cementata che passa tra i campi e le fasce terrazzate con gli ulivi. Questa termina nel paese di **Sessarego** (250 m - 2 h di cammino da Bogliasco) nei pressi di un ristorante e di una fontanella d'acqua potabile.

Dopo una visita al paese, si prende la scalinata In Cò da Costa, che parte dal ristorante e scende in direzione Bogliasco. Questa scende tra i villini, i campi coltivati e gli ulivi con una serie infinita di gradoni in mattoni e pietre, che richiamano le classiche crezze genovesi.

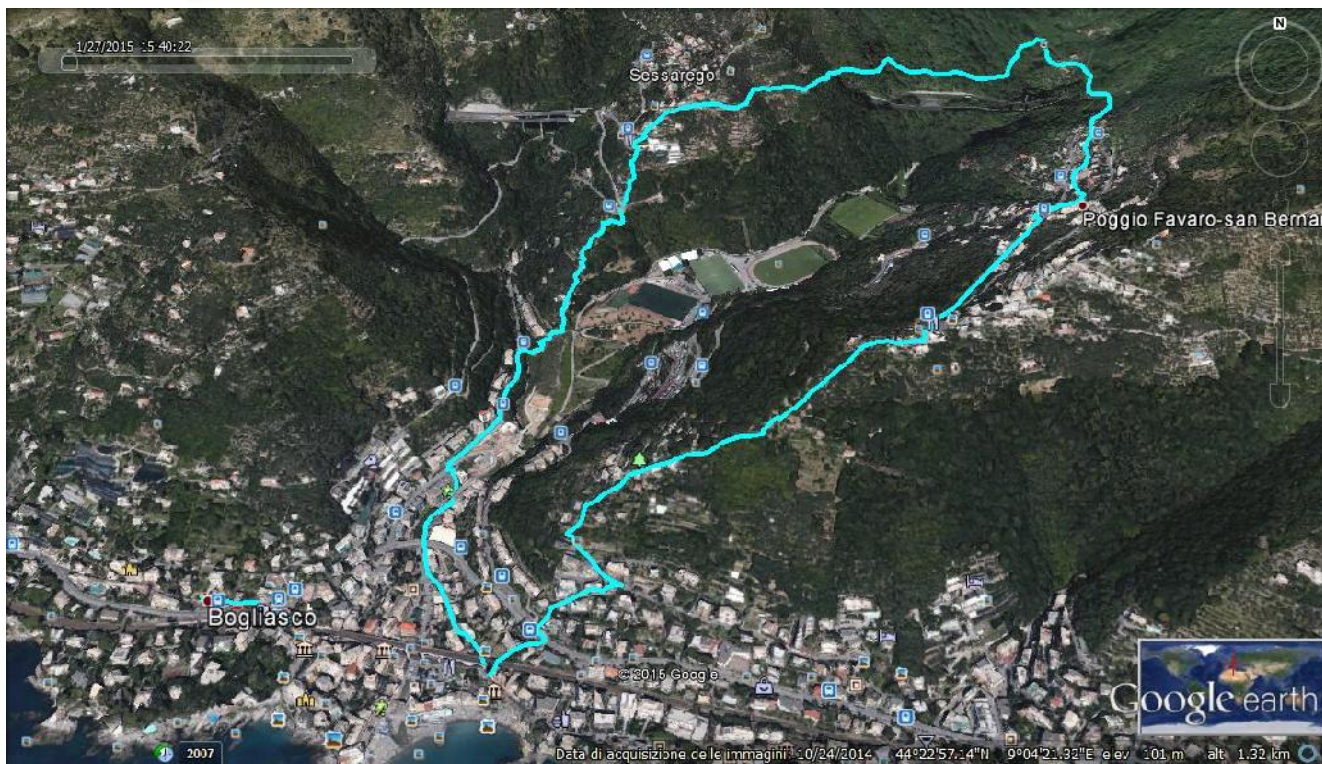
A metà discesa percorriamo un breve tratto della strada rotabile di collegamento al paese, per poi riprendere a percorrere un'altra scalinata.

Arriviamo così dopo una quindicina di minuti alla periferia di **Bogliasco**, in un quartiere di nuova costruzione, dove la scalinata termina. Si prosegue così lungo Via Sessarego, che porta direttamente alla strada statale Aurelia nei pressi della galleria. Dalla parte opposta della stessa troviamo la stazione ferroviaria, dove termina il nostro anello.

Un consiglio: pantaloni lunghi e bacchette sono consigliabili vista la vegetazione infestante in alcuni tratti di percorso.

Riferimento cartografico: carta dei sentieri "I Monti del Paradiso" - FIE – scala 1:15.000 – carta VAL

Verifica itinerario: giugno 2015



© Marco Piana 2015