

\Gli itinerari escursionistici in Provincia di La Spezia  
(Golfo dei Poeti)

## L'anello di Bocca di Magra

La parte più meridionale del promontorio del Caprione



**Sviluppo:** Bocca di Magra – Montemarcello – Punta Bianca – Bocca di Magra

**Dislivello:** 300 m in salita - **Difficoltà:** E/EE

**Lunghezza:** 6,6 Km

**Ore di marcia:** 2.30 h

**Periodi consigliati:** da ottobre a giugno

**Accesso:** In treno si scende alla stazione di Sarzana, e da qui si prosegue in bus fino a Bocca di Magra (linea ATC). In auto si esce al casello di Sarzana e si prosegue in direzione Bocca di Magra.

Il promontorio del Caprione rappresenta l'estremità orientale della Liguria, stretta tra il Fiume Magra e il Golfo di La Spezia. Una serie di dolci colline non particolarmente elevate (max. 300 metri), lambite dalle acque del golfo spezzino, che formano alcune deliziose baie o insenature: dalla baia di Fiascherino, alla spiaggia di Punta Corvo, passando per le bianchissime rocce dell'estremità meridionale di Punta Bianca.

Questo giro ad anello consente di attraversare a mezza costa la parte meridionale del Parco di Montemarcello, salendo da Bocca di Magra fino al paese omonimo del parco, mentre il ritorno avviene sul versante occidentale del Caprione, a mezza costa sopra Punta Corvo e

Punta Bianca. Alcuni tratti di questo sentiero appaiono sconnessi, dove prestando attenzione si possono superare agevolmente.

Partiamo da **Bocca di Magra** (s.l.d.m.), posta alla foce del fiume omonimo: il sentiero parte dal parcheggio automobilistico posto alle spalle del paese in direzione ovest.

Qui troviamo un cartello dell'Ente Parco di Montemarcello – Magra che indica con una mappa, tutti sentieri presenti in zona.

Una palina segnala il viottolo pedonale da impegnare per la salita iniziale, il segnavia da impiegare è quello dell'AVG, Alta Via del Golfo (bandierina rosso-bianca con scritta AVG in nero).

Si procede in salita lungo un sentiero ampio e circondato da erba, che termina in una stradina asfaltata, che seguiremo per un breve tratto, fino a imboccare una scalinata sulla destra.

Accostiamo il muro perimetrale e la recinzione del Convento dei Carmelitani, e dopo aver guadagnato altra quota, si raggiunge una strada semi asfaltata, che taglieremo quasi subito, per continuare ancora a salire.

Raggiunta la rotabile di collegamento tra la strada di Montemarcello e Punta Bianca, che utilizzeremo al ritorno, si taglia anche quest'ultima per continuare a salire in mezzo ad un bosco di pini e macchia mediterranea.

Anche questo sentiero termina nei pressi di una strada asfaltata, quella di collegamento con Montemarcello, che utilizzeremo per un breve tratto a destra, in quanto il sentiero originario che proseguiva dritto, è in parte franato. Ritroviamo così la macchia mediterranea lungo un tratto di sentiero abbastanza ampio e in graduale salita.

Dopo un lungo tratto in mezzo al bosco, con alcune porzioni in piano, si arriva dopo un'ora di cammino verso il paese di **Montemarcello** (280 m). Prima raggiungiamo una strada sterrata, poi seguiamo dritti in una strada lastricata contrassegnata col segnavia numero 433, per finire poi nel centro storico del paese, lungo Via delle Mura.

Dopo una visita al centro storico, imbocchiamo il sentiero numero 436 per la spiaggia di Punta Corvo. Prima prendiamo un vicolo che sbuca nei pressi dell'ufficio turistico locale, dove prendiamo Via Don Calisto De Marchi, che prosegue in piano e poi in discesa tra le villette. Una derivazione a sinistra porta in un punto panoramico sul Golfo dei Poeti, mentre noi seguiamo a destra tra le ultime villette.

Il sentiero a questo punto si restringe e procede tra la macchia mediterranea, i lecci e i pini, in graduale discesa. A metà discesa si confluisce nel sentiero 444 Lerici – Bocca di Magra, che utilizzeremo per ritornare al punto di partenza.

Scendiamo ancora di quota e troviamo l'inizio della scalinata per la spiaggia di Punta Corvo, dove troviamo un'area di sosta e un pannello illustrativo del parco. A sinistra di quest'ultimo inizia un tratto di sentiero piuttosto sconnesso per Bocca di Magra. Occorre prestare attenzione ai segnavia e agli ometti di pietra, che posti lungo il tracciato aiutano a trovare il sentiero nei tratti più impegnativi e in mezzo al bosco.

Dopo aver sovrastato la spiaggia di Punta Corvo risaliamo di quota e superiamo un tornante, fino a giungere in una zona rocciosa con vista panoramica sul golfo spezzino.

Ancora qualche saliscendi e iniziamo a scendere in maniera decisa su gradoni o su fondo naturale in direzione di **Punta Bianca** (foto). Giunti a un quadrivio, troviamo a destra la discesa per Punta Corvo, davanti a noi il vecchio sentiero 444 per Bocca di Magra, ora franato, e a sinistra il nuovo sentiero, che sale tra la vegetazione.

Terminata la salita ci troviamo in una zona pittoresca, con un terrazzo panoramico su Punta Bianca, alcune panche e qualche amaca. Il sentiero prosegue in mezzo al bosco e si ricollega col vecchio tracciato nei pressi di un grosso spiazzo.

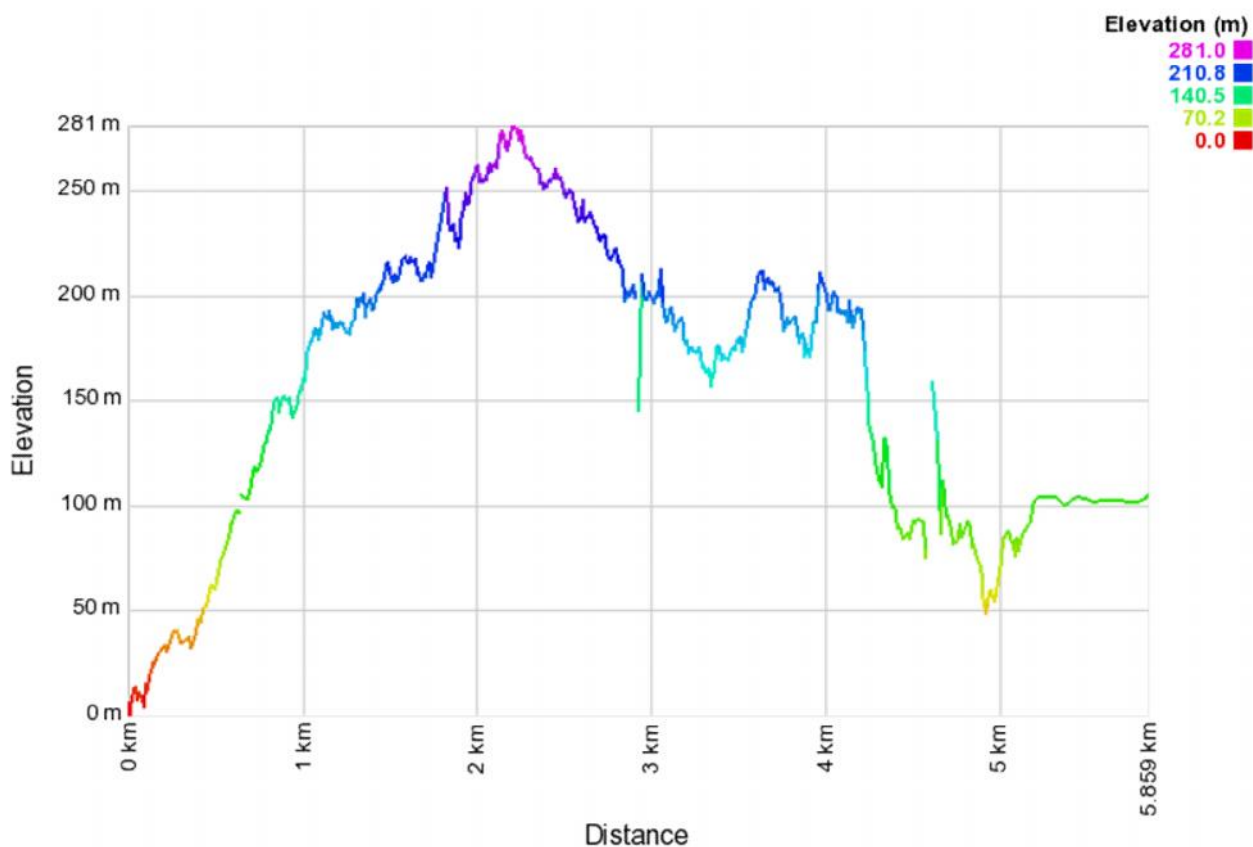
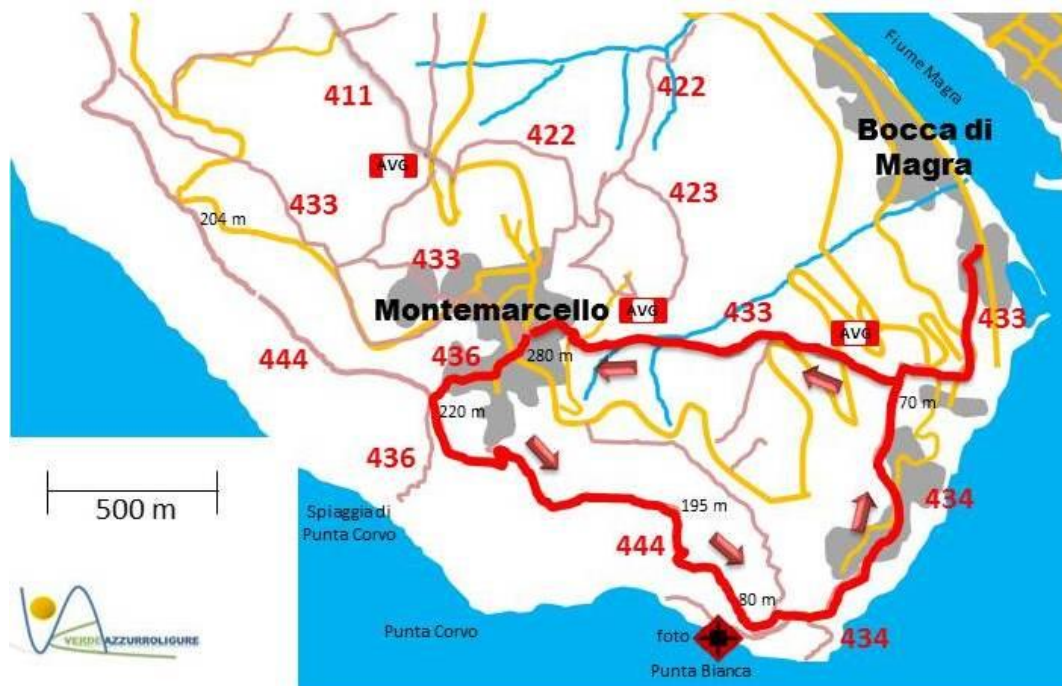
Percorriamo alcune centinaia di metri di una strada selciata che dopo un parcheggio si trasforma in strada asfaltata, la rotabile di collegamento tra la strada di Montemarcello e Punta Bianca. Ne percorriamo un tratto, fino a incontrare il sentiero in discesa verso **Bocca**

di Magra, che avevamo utilizzato in salita all'andata. Qui si chiude idealmente il nostro anello, che completeremo con la discesa al paese di partenza.

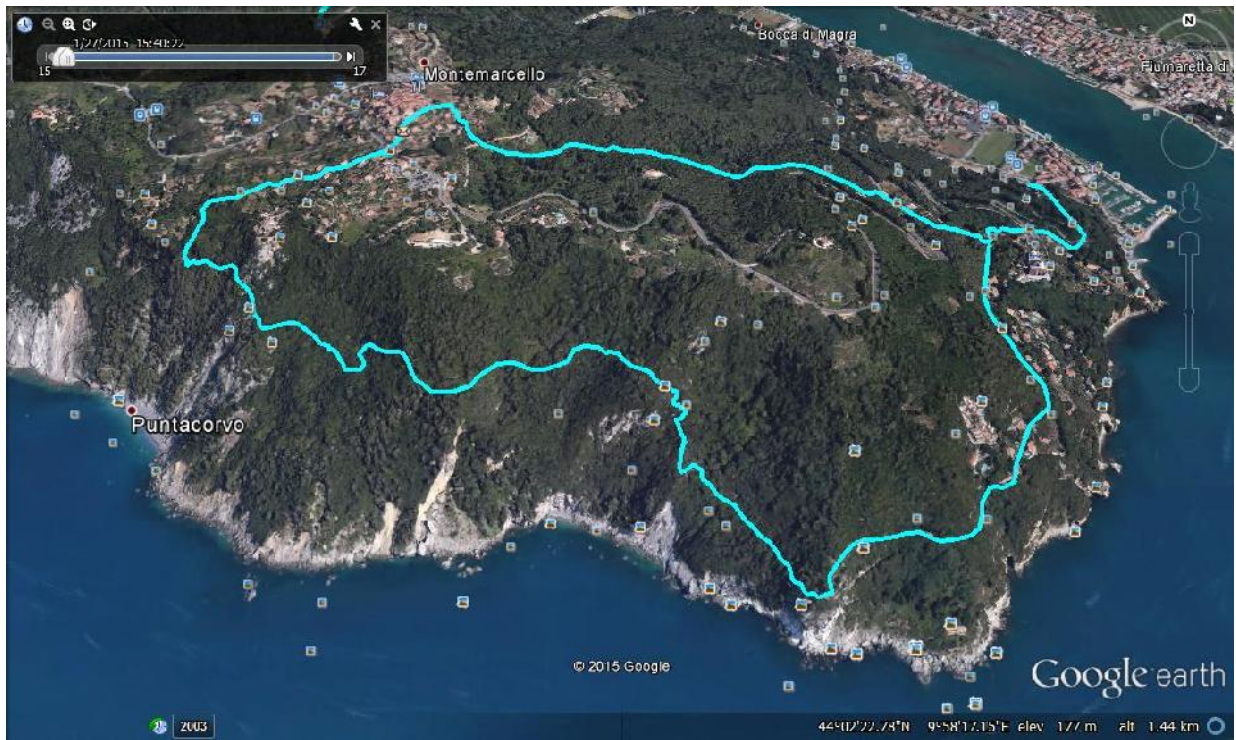
**Un consiglio:** prestare la massima attenzione ai segnavia e agli ometti in pietra nel tratto a mezza costa tra Montemarcello e Punta Bianca

**Riferimenti cartografici:** carta dei sentieri di Lerici e dintorni – Ed. Studio Cartografico Italiano – scala 1:15.000 – carta VAL

**Verifica itinerario:** luglio 2015



(Profilo altimetrico da Bocca di Magra fino alla chiusura dell'anello)



© Marco Piana 2015