

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

## Il grande anello di Levante

Un viaggio tra le frazioni dell'entroterra di Levante



**Sviluppo:** Levante – Fontona – Chiesanuova – Legnaro – Gallona – Pastine – Lerici – Vignana – Montale – Casella – Dosso – Groppo – Lavaggirosso – Lizza – Fossato - Levante

**Dislivello:** 800 m complessivi in salita

**Difficoltà:** T - E -EE

**Ore di marcia:** 5h 15' ca.

**Lunghezza:** 15,7 Km

**Periodo consigliato:** da ottobre a maggio

**Accesso:** in treno si scende alla stazione ferroviaria di Levante dove prendiamo la strada a fianco sulla sinistra che risale la vallata di Levante, fino ad arrivare a una rotonda con la diramazione per le Cinqueterre. In auto usciamo al casello autostradale A12 di Carrodano - Levante, dove raggiungiamo il centro costiero dopo una decina di Km. Prima della linea ferroviaria troviamo una rotonda dove si stacca la strada panoramica delle Cinqueterre. Qui lasciamo la macchina.

Quasi tutte le frazioni toccate da questo itinerario sono raggiungibili con bus di linea locali (info: [www.atcesercizio.it](http://www.atcesercizio.it))

L'entroterra di Levante è una delle mete più interessanti dal punto di vista escursionistico, essendo composta da ben 18 frazioni disseminate a ventaglio in diversi punti della vallata.

Il comune in collaborazione con la sede CAI locale ha provveduto a segnalare una settantina di Km di sentieri che collegano i paesini fra di loro e col fondovalle. Assieme alla cartellonistica, che segnala i tempi di percorrenza in prossimità dei bivi e ai segnavia disseminati lungo tutti i tracciati, troviamo una serie di mappe ubicate nelle piazzette dei paesini dal nome "Il labirinto svelato", scaricabile via internet dal sito del comune di Levanto, o reperibile negli esercizi commerciali della cittadina.

Questo giro ad anello mette in collegamento una quindicina di frazioni poste sui 200 metri di quota, da levante verso ponente, che può essere percorsa in una giornata, ma vista la lunghezza e i numerosi collegamenti verso valle può anche essere frazionata in due o tre parti, in base al tempo a disposizione e alle proprie capacità.

Unico neo la manutenzione quasi continua che questi tracciati necessitano. Al momento della ricognizione sono state effettuate alcune varianti forzate verso strade carrabili, per evitare tratti franati o invasi dalla vegetazione.

Prendendo come riferimento la rotonda di **Levanto** accanto alla chiesa della Madonna della Guardia, percorriamo per circa 1 Km la strada rotabile delle Cinqueterre.

Arrivati al bivio con la frazione di Fontona, utilizziamo la carrabile per qualche centinaio di metri, fino a trovare sulla destra l'innesto col sentiero n°12 che sale al paesino. Inizia così il nostro giro ad anello, che scende sulle sponde del Rio Trinchetto, dove un antico ponticello in pietra ci porta sul versante opposto. Qui troviamo una stradina lastricata che sale tra le fasce coltivate e taglia in due punti la strada asfaltata di collegamento al paese (segnavia rosso-bianco).

Si arriva dopo una quindicina di minuti alla base del paese di **Fontona** (136 m), dove risaliamo un tornante sulla sinistra per arrivare nella via principale. Questo borgo era utilizzato come luogo di passaggio dai pellegrini che da Levanto si recavano verso il Santuario di Soviore, attraverso la Colla di Gritta.

Il nome del paese richiama la presenza di numerosi ruscelli che alimentavano con la loro forza alcuni mulini, mentre il nucleo abitato è disposto a schiera con due file di case posti ai lati due lati della strada che l'attraversa. L'edificio più rappresentativo è la seicentesca chiesa di S. Michele Arcangelo, che in origine era l'antica chiesetta della Madonna del Soccorso, situata in un terreno franoso, e per tale motivo successivamente abbandonata. Quest'ultima è raggiungibile lungo il sentiero per il Colle di Gritta. L'imbocco si trova a monte dell'abitato, dove troviamo la mappa dei sentieri di Levanto e un cartello indicatore. Poco più avanti troviamo il bivio con il sentiero n°12 per Colla di Gritta che eviteremo, per proseguire a sinistra lungo il sentiero n°30 per Chiesanuova.

Entriamo in una bella zona boschiva e scendiamo per un breve tratto fino a guardare un ruscello. Si guadagna successivamente quota passando davanti a Case Trinchetto inferiore, dove troviamo una chiesettina con un piccolo cimitero e una villa con un lungo pergolato. Dopo un tratto a fianco di una recinzione e una curva a L, che porta a una salita tra gli ulivi (indicazioni Mangialonga), raggiungiamo una stradina asfaltata che imbrocheremo sulla sinistra.

Percorriamo un tratto della strada a scarso traffico fino ad arrivare a un quadrivio segnalato



col solito cartello CAI: qui imbrochiamo l'asfaltata in salita sulla destra con indicazioni per Chiesanuova – Legnaro. Saliamo di quota in mezzo agli ulivi, e dopo un breve tratto individuiamo sulla sinistra un sentiero segnalato col cartello, che in pochi minuti porta al paese di **Chiesanuova** (220 m – 30 minuti di cammino da Fontona).

Anche questa frazione è disposta a schiera, con due file di case poste ai lati della strada principale.

A monte dell'abitato troviamo la chiesa di S. Nicolò risalente al XIII, il cui rifacimento in epoca anteriore farebbe derivare il toponimo del borgo. Diverse case presentano alcuni portali in arenaria locale, di origine antica.

Il nostro tracciato giunge a metà dell'abitato, e passa sotto un archivolto, mentre la prosecuzione avviene nell'altra fila di case, utilizzando una scalinata che porta alla strada rotabile d'accesso al paesino. Purtroppo il vecchio sentiero si perde tra i rovi e la vegetazione infestante, per cui occorre utilizzare la strada asfaltata di collegamento con la statale per le Cinqueterre, e di seguito quest'ultima per un breve tratto in salita fino al bivio con la strada per **Legnaro** (185 m – 15' di cammino da Chiesanuova – foto 2). Il paese è diviso in tre nuclei, di cui il principale è quello che stiamo ora percorrendo. La via interna porta allo spiazzo panoramico dove sorge la duecentesca chiesa parrocchiale di S. Pietro, uno dei manufatti religiosi più belli dell'intera vallata.

Passiamo a fianco della chiesa, lungo un affaccio panoramico su Levanto e la parte est della vallata, e di seguito scendiamo sul piccolo sagrato posto sul retro, per scendere successivamente a destra verso una via cementata che scende a valle. Poco più avanti si individua a destra un sentierino che scende tra gli ulivi segnalato col segnavia bianco-rosso fin qui seguito.

Comincia così un tratto piuttosto impervio e invaso dalla vegetazione, dove occorre prestare attenzione alla labile traccia di sentiero. Guadiamo un paio di ruscelli e risaliamo un uliveto



prima di arrivare al paese di **Gallona** (148 m – 20' di cammino da Legnaro). Anche questo borgo è disposto su due file di case che si raccolgono lungo la via principale (foto 3). Di origine duecentesca, l'abitato ha subito diverse opere di ristrutturazione nei secoli. Risaliamo la via interna fino a uscire dall'abitato, passando in seguito a fianco di un muretto in pietra e una recinzione. Purtroppo anche questo tratto presenta punti infrascati e con un paio di piccole frane.

Dopo questa salita piuttosto accidentata, giungiamo in una quindicina di minuti al Passo di S. Bartolomeo, dove incrociamo il tracciato proveniente da Bardellone diretto verso Ridarolo e Levanto. Qui sorge una chiesetta che aggiriamo sul versante sud, per imboccare un sentiero posto a ovest che si distacca dalla strada sterrata in salita. Un cartello indica il tracciato n°30



per Pastine, che imbrocheremo per giungere al paese.

Il tratto successivo è un tranquillo sentiero in falsopiano nel bosco, con belle visuali sulla parte centrale della vallata. Guadato un ruscello, passiamo a fianco di un vigneto terrazzato, e all'altezza di un altro corso d'acqua troviamo un vecchio mulino che anticipa la salita finale verso **Pastine** (185 metri – 20 minuti di cammino da Poggio S. Bartolomeo).

Divisa in due frazioni, l'itinerario tocca il nucleo abitato superiore, che si sviluppa lungo l'antica via di comunicazione tra Levanto (valle delle Ghiare) e la Foce di Bardellone.

Il paese di origine duecentesca si raccoglie attorno alla chiesa seicentesca di S.M. Assunta, lungo vie che si intersecano, formando vicoli pittoreschi. La frazione inferiore è posta 40 metri di quota inferiore rispetto al nucleo originario, lungo l'itinerario che scende verso il Mulino di Ghiare e Levanto, da utilizzarsi come eventuale chiusura di un piccolo giro ad anello.

Il nostro itinerario continua in direzione Lerici, raggiungibile in poco tempo dalla strada asfaltata di collegamento tra i due paesi, o da un sentierino a mezza costa che sovrasta la rotabile stessa. Basta percorrere la via interna principale fino a monte e seguire le indicazioni per Lerici. Dopo aver sovrastato per un tratto a L la strada asfaltata ci ricongiungiamo a nord del paese con il tracciato proveniente dalla Foce di Bardellone. Da qui scendiamo in direzione sud verso il centro abitato di **Lerici** (133 m – 15' di cammino da Pastine – foto 4). Il paese sorge come i precedenti lungo una via di comunicazione tra l'entroterra e il mare, e possiede anch'esso un edificio religioso, la settecentesca chiesa di S. Antonio da Padova, oltre che i resti di un vecchio mulino.

L'anello prosegue ora poco sotto la strada asfaltata di collegamento, nella verdeggiante valle del Fico, dove un sentiero porta sul versante opposto, poco sotto l'abitato di Vignana, il paese successivo che visitiamo. Giunti ad un bivio, saliamo a destra lungo una via lastricata tra gli ulivi, fino a raggiungere il piccolo centro abitato.

**Vignana** (178 m – 10 minuti di cammino da Lerici) è un caratteristico borgo diviso in due frazioni, superiore e inferiore, che si trovano lungo un costone montuoso nella parte centrale della vallata di Levanto. Il paese è di origine trecentesca come la chiesa di S. Bernardo, ristrutturata in epoca successiva. Da ammirare le due porte d'ingresso al paese, poste ai due estremi.

Il tratto successivo è quello che porta al paese di Montale, che purtroppo ha subito diversi danni in tutti e tre i sentieri di collegamento. Quello superiore è impercorribile a causa di due frane che ne hanno cancellato le tracce, mentre quello mediano è piuttosto difficile da percorrere a causa della vegetazione infestante e qualche smottamento. Stesso discorso per quello inferiore che da Molino di Ghiare porta a Montale, in pessime condizioni di manutenzione. La via più semplice e comoda appare quella della strada rotabile che collega Vignana con la strada provinciale Levanto – Carrodano.

Poco prima del bivio con quest'ultima strada, troviamo in località Case Sorlana una stradina sulla sinistra che scende verso valle, passa accanto a un cimitero, e prosegue sul crinale che porta verso il paesino di **Montale** (172 m – 30' di cammino da Vignana – foto 1).

Ci troviamo nel paese più centrale dell'entroterra di Levanto, l'unico raggiunto dalla strada provinciale che collega Levanto con la Val di Vara. Per tale motivo l'abitato si sviluppa in lunghezza per diverse centinaia di metri, in quattro diversi rioni posti a livelli diversi. A nord troviamo la chiesetta della Madonna di Loreto, più sotto abbiamo già visto il nucleo di Case Sorlana, mentre più in basso troviamo gli altri due agglomerati che fanno capo alla duecentesca chiesa di S. Siro, che ospita numerose opere, tra cui una Madonna lignea del Maragliano, e l'oratorio di S. Croce. Il paese vanta una stupenda visuale su tutta la vallata di Levanto, una providenziale fontanella segnalata da una targa marmorea, e un ristorante dove eventualmente fare una sosta. In più chi volesse spezzare l'itinerario e tornare a valle può sfruttare il sentiero n°24 che in una trentina di minuti porta al fondovalle. Il percorso è in ottime condizioni.

Il nostro anello continua alla volta delle frazioni più occidentali della vallata, le ultime che visiteremo in sequenza. Il tracciato parte poco più a monte della chiesa di S. Siro, lungo la strada provinciale per la Val di Vara. A sinistra troviamo indicato da un cartello CAI il tracciato di collegamento con Casella, che passa poco sotto la rotabile. Si tratta di una lastricata seguita da un sentiero immerso nel verde.

Si attraversa un tratto aperto di campagna, e si raggiunge una stradina asfaltata che abbandoneremo nei pressi di una piccola edicola votiva. In seguito troviamo un bell'uliveto che anticipa il Mulino di **Casella**, posto nei pressi del ruscello omonimo.

Valicato il corso d'acqua su un ponte, ritroviamo un sentiero in mezzo agli alberi che procede in piano per un breve tratto. Poco più avanti troviamo una scalinata sulla destra che sale in maniera decisa verso la frazione Dosso. E' questo il pezzo più faticoso dell'itinerario perché guadagna un centinaio di metri di quota in breve tempo.

La salita è resa ancora più faticosa dal terreno sconnesso, un selciato in brutte condizioni che passa in mezzo al bosco, per sbucare più avanti nelle fasce coltivate ad ulivo.



Giunti a **Dosso** (237 m – 30' di cammino da Montale), ci portiamo sulla via principale interna passando sotto un voltino. Il paese propone una serie di case ristrutturate, dove le porte sono state decorate in maniera simile a quelle del paese di Valloria (IM), con richiami alle attività tipiche di questi luoghi. Alcune case conservano ancora dei portali in pietra di serpentino locale, con diverse iscrizioni o croci. L'abitato sorge lungo la via di comunicazione tra Levanto e la Foce di Dosso, antico valico di comunicazione con

la Val di Vara.

Proseguiamo poco sotto la rotabile di collegamento con la frazione di Groppo, passando accanto a una fontana – abbeveratoio. In seguito raggiungiamo la strada asfaltata che percorreremo per un buon tratto, mancando un sentiero alternativo a quest'ultima.

Passiamo poco sopra l'abitato di **Groppo** (215 m – 10' di cammino da Dosso) che possiamo visitare scendendo nella via interna che porta alla chiesetta di S. Anna. Tra le case si notano alcuni portali in pietra locale e una madonnina in marmo.

Il tracciato prosegue ora sulla rotabile a scarso traffico che porta a Lavaggiorosso, dove imbocchiamo la via che a sud del paese porta verso l'abitato. Una scalinata ci porta verso i caratteristici vicoli del paese, forse uno dei più caratteristici del levante ligure.

**Lavaggiorosso** (275 m – 15' di cammino da Groppo – foto 5) sorge in una dorsale ripida dove le case sono addossate le une alle altre, mentre più distaccata si trova la chiesa di S. Sebastiano, posta in una zona panoramica sulla vallata. Dal paese si stacca il sentiero che porta verso la Val di Vara attraverso il valico della Foce di Lavaggiorosso.



Dopo aver raggiunto il punto più elevato del percorso, scendiamo ora verso la strada di collegamento con Lizza. Poco oltre un tornante troviamo una scalinata che si stacca dalla strada e immergendosi negli ulivi scende verso fondovalle. E' forse uno dei tratti più belli dell'anello in quanto utilizza una via lastricata in mezzo alle fasce.

Raggiunta una strada asfaltata la tagliamo quasi in diagonale per riprendere un sentiero che porta verso il sottostante mulino di Lizza,

in pessime condizioni di stato, ma che conserva ancora la ruota e il ponte di scavalco del torrente.

Dopo un tratto in piano arriviamo all'abitato di **Lizza** (180 m – 20' di cammino da Lavaggiorosso), di matrice simile a quella di Lavaggiorosso, stretta intorno alla chiesa di S.M. Assunta.

A sud del paese individuamo il sentiero n°30 che porta a Fossato. In questo tratto passiamo tra gli ulivi e numerosi cespugli di asparago. In breve tempo ci troviamo nel fondovalle, e sbuchiamo nell'abitato di **Fossato** (50 m – 20' di cammino da Lizza), sede di un antico mulino, ora restaurato (foto 6), che conserva ancora la sua ruota. Nel paesino troviamo anche la chiesa di S. Sebastiano, stretta tra le case colorate del borgo.

Siamo ormai arrivati nella parte terminale del percorso, dove percorriamo una stradina rotabile (Via Fossato) che in una ventina di minuti ci porta al fondovalle, in località S. Gottardo. Da qui si raggiunge la rotonda sulla strada provinciale (punto di partenza dell'itinerario), con una decina di minuti di cammino in direzione **Levanto**.

**Un consiglio:** assolutamente consigliati un paio di pantaloni lunghi vista la presenza di tratti invasi dalla vegetazione infestante

**Riferimento cartografico:** carta dei sentieri di Levanto e delle Cinque Terre – Ed. Occhioblu – scala 1:12.500 (disponibile anche sul sito del comune di Levanto) – carta VAL alla pagina successiva

**Verifica itinerario:** aprile 2014





