

# SENTIERO LIGURIA

## Itinerario Levante 10 - Da Riomaggiore a Portovenere



**Sviluppo:** Riomaggiore – Santuario di Montenero – Lemmen - Telegrafo – S. Antonio – Campiglia – Pitone - Portovenere.

**Dislivello:** 700 m in salita

**Difficoltà:** E

**Lunghezza:** 13,5 Km da Riomaggiore stazione FS

**Ore di marcia:** 6 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, dove si prosegue in direzione Riomaggiore.

Siamo nel tratto del Sentiero Liguria forse più bello e panoramico dell'intero percorso. Abbandoniamo gli affollati sentieri delle Cinqueterre per ritornare ad una dimensione più tranquilla, dove la costa mostra la faccia più aspra, con versanti rocciosi a picco sul mare. Se le Cinqueterre sembravano difficili da raggiungere, la zona di Tramonti ospita alcuni paesini davvero inaccessibili, come Fossola, Monesteroli e Schiara, che radunano alcune cantine e case per le vacanze.

In realtà il nostro tracciato passa più a monte rispetto al sentiero 4b "Balcone di Tramonti" che parte da Fossola, mentre il Sentiero Liguria vuole dare un senso di continuità tra un paese e l'altro. Da Riomaggiore saliamo al santuario di Montenero, e da qui raggiungiamo lo spartiacque tra il Golfo di La Spezia e il litorale rivierasco all'altezza del Colle del Telegrafo. Poco oltre arriviamo ad un'altezza di 570 metri, la quota più alta dell'intero tracciato, e da qui scendiamo gradualmente verso Campiglia e Portovenere.

Partiamo dal nucleo principale di **Riomaggiore**, posto ad est della stazione ferroviaria (utilizzando un tunnel di collegamento col centro). Risaliamo Via C. Colombo, ricca di negozi ed animata dal passaggio continuo di turisti. L'arteria sale gradualmente fino ad arrivare al termine dell'abitato, nei pressi di una curva. Abbandoniamo la strada rotabile per proseguire sull'antica "Via Grande", l'antica strada di collegamento al santuario di Montenero, arricchito con edicole votive, come recita una targa messa all'inizio e alla fine del percorso.

Attraversato un ponte sul Rio Maggiore la strada si trasforma da selciato a scalinata, tra gli orti e gli ulivi. E' la via meno faticosa per salire al santuario, altrimenti raggiungibile con ripide scalinate. In effetti dopo un primo tratto in decisa salita, che affianca il ruscello e attraversa la strada rotabile delle Cinqueterre, il tracciato in un secondo tempo diventa più tranquillo, all'ombra dei lecci, e con un tratto finale praticamente in piano.

Dopo 1 h 15' di cammino giungiamo al **Santuario di Montenero** (340 m – 50' di camminata da Riomaggiore), posto in un luogo ameno, con bella vista su tutte le Cinqueterre e Punta Mesco da una parte, mentre a est si apre la visuale verso Tramonti e le isole della Palmaria e del Tino.

La chiesa presenta una bella struttura, con breve porticato sulla facciata, e scarni elementi architettonici all'interno. Tutt'attorno troviamo un bel prato, con zone all'ombra degli alberi, e nella stessa struttura un centro di accoglienza del parco e un punto ristoro.

Ci portiamo sulla parte anteriore del complesso religioso, dove troviamo una monorotaia utilizzata per raggiungere i vigneti alle pendici della collina di Montenero. Da questo punto si stacca un sentiero che procede in salita tra gli alberi, con fondo naturale (segnavia rosso-bianco). Evitiamo numerose diramazioni, segnalate con cartelli indicanti nomi di donne, e raggiungiamo dopo 500 metri la biforcazione tra il sentiero 3 e il 3a. Abbandoniamo il tracciato principale e prendiamo la salita a destra col segnavia 3.

Questo sentiero alterna nel primo tratto aree coltivate con pinete distrutte da recenti incendi. Sotto di noi si aprono a dismisura i tipici vigneti terrazzati a picco sul mare. Questo paesaggio si mantiene inalterato fino a **Lemmen** (408 m), un gruppo di case rustiche con una piccola cappelletta. Improvvisamente i coltivi terminano e dopo un punto panoramico posto nei pressi di un precipizio cominciamo ad inoltrarci nel folto del bosco. Nel contempo il sentiero diventa più aspro, con salite repentine tra i massi alternate a tratti pianeggianti. La zona è invasa da felci aquiline che testimoniano il passaggio ripetuto del fuoco su questi boschi.

Dopo 1 ora scarsa di cammino da Montenero giungiamo al **Colle del Telegrafo** (513 m – 2h di cammino da Riomaggiore), punto d'incontro di numerosi sentieri verso i due versanti marini (Tramonti e il Golfo della Spezia).

Noi seguiamo dritti, seguendo il tracciato n°1 (AVG e AV5T) dentro una fitta boscaglia di lecci e pini, dove troviamo un percorso sportivo all'aria aperta con alcuni strumenti ginnici. Questa struttura ci accompagna fino a S. Antonio, dove sorge una piccola cappella in mezzo al bosco, e un punto ristoro e pic-nic.

Il percorso verde continua tra vari saliscendi e lunghi tratti in piano fino a raggiungere la quota massima di 570 metri. In seguito si raggiunge la lunga scalinata d'accesso verso il paese di **Campiglia** (398 m – 3h 15' 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. Il nostro segnavia di riferimento si stacca a fianco della chiesa, mantenendosi 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 poi in un altro punto della stessa rotabile. Abbandoniamo definitivamente la strada 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 – 4h 30' di cammino da Riomaggiore - foto), esiste un vero e proprio balcone panoramico posto in un punto strapiombante della costa.

Il sentiero termina sulla strada asfaltata che porta alla fortezza di Muzzerone. Percorriamo un lungo tratto di quest'ultima, fino al primo tornante che si trova poco sotto il monte. Inizialmente prendiamo la strada sterrata che si dirama sulla sinistra, ma quasi subito imbocchiamo 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 sulla sinistra 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.

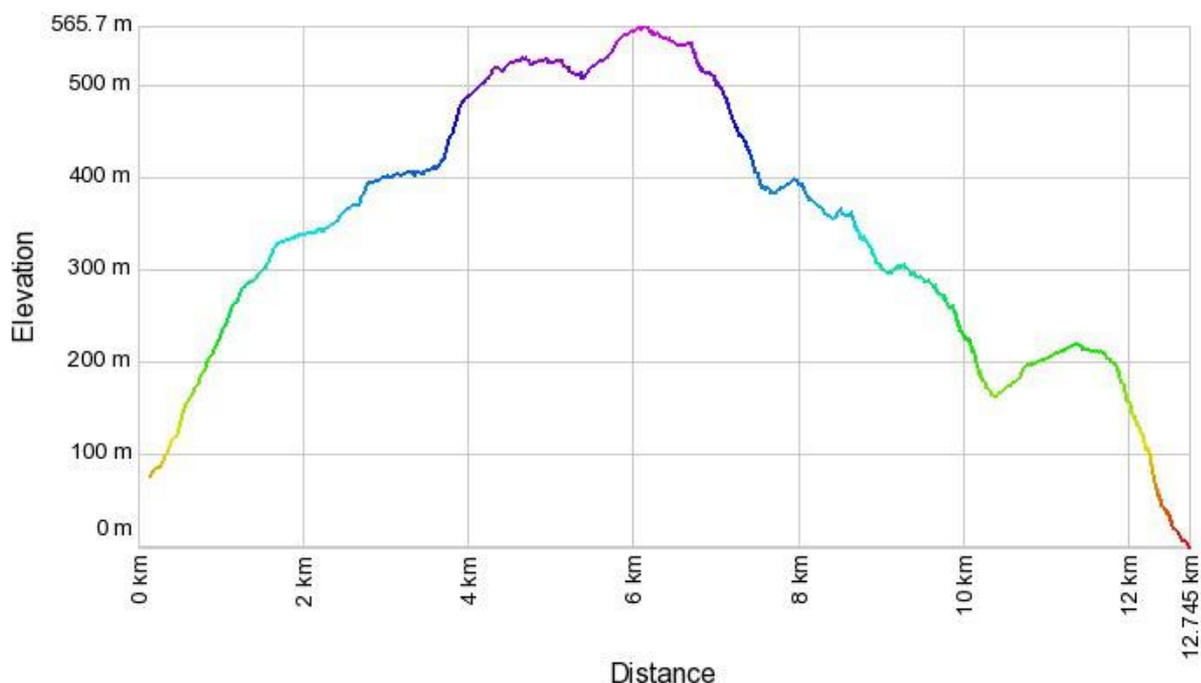
Evitate numerose diramazioni in discesa sulla sinistra, una delle quali porta a un agriturismo, cominciamo a scendere lungo un sentiero pietroso e ricco di massi scavati per ricavare delle pozze d'acqua. All'inizio della discesa troviamo una diramazione (segnalata su un masso enorme), che porta a una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

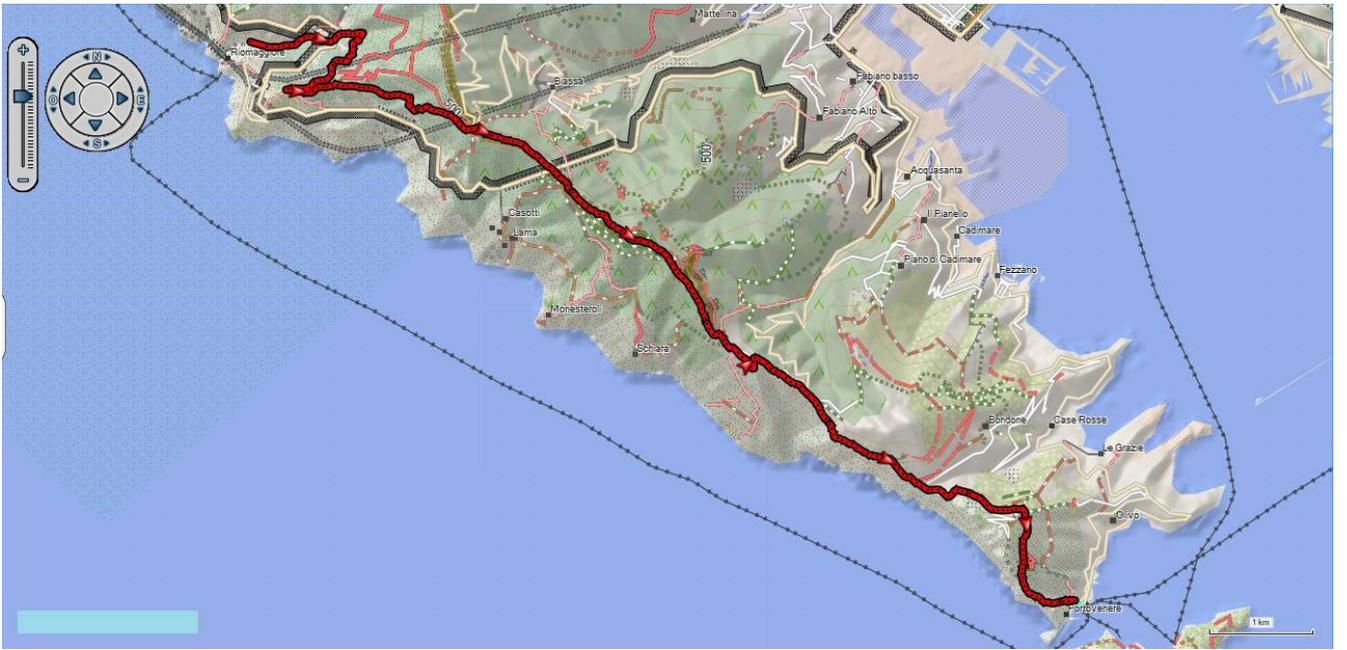
La lunga discesa tra gli alberi di pino e la macchia mediterranea termina alle spalle del castello di Portovenere, che aggiriamo sul fianco orientale. Ancora una ripida scalinata e raggiungiamo il centro di **Portovenere**, nei pressi della piazzetta dove transitano gli autobus della linea "P" dell' 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 IGC n°23 Golfo del Tigullio – Cinque Terre – carte VAL

**Verifica itinerario:** dicembre 2014





© Marco Piana 2019