

SENTIERO LIGURIA

Itinerario Levante 6 - Da Sestri L. a Moneglia



Sviluppo: Sestri L. – Punta Manara – Riva Trigoso – Punta Baffe - Moneglia

Dislivello: 800 m in salita e in discesa

Difficoltà: E

Lunghezza: 15,2 Km

Ore di marcia: 5h 30' totali

Periodi consigliati: da ottobre a maggio

Accesso: in treno fino alla stazione di Sestri L. (linea Genova – La Spezia). In auto si esce a Sestri L. (casello A12).

Con questa tappa abbandoniamo la parte più antropizzata della Riviera di Levante per affrontare quella più selvaggia ed affascinante, fatta di promontori che si allungano verso il mare, che il sentiero in questione attraversa nei tratti più panoramici.

Meno celebri delle Cinque Terre e del promontorio di Portofino, questa zona è comunque battuta da migliaia di escursionisti ogni anno.

Il primo promontorio affrontato dal Sentiero Liguria è quello di Punta Manara, una sorta di isola rocciosa staccata dall'Appennino Ligure, divisa dai torrenti Petronio e Gromolo. Saliamo a Punta Manara, vero e proprio balcone panoramico sul mare, e scendiamo in direzione di Riva, frazione di Sestri L. nota per la presenza dei cantieri navali. Aggirati quest'ultimi si prosegue per Moneglia, passando per Punta Baffe, altro stupendo promontorio a picco sul mare.

Partiamo dal centro di **Sestri L.**, dove troviamo la via pedonale interna ricca di negozi che porta il nome di Via 25 Aprile. A metà strada troviamo in direzione est un vicolo con arco (Vico del Bottone), e subito a sinistra prendiamo Salita Mandrella, dove troviamo una freccia in ceramica che indica "Punta Manara". Inizia qui il percorso escursionistico segnalato con due quadrati rossi, che ci seguiranno fedeli fino a Punta Manara.

Il primo tratto propone la classica croce che passa tra due muri alti, insidiosa per la presenza d'umidità, visto che il tracciato si sviluppa quasi tutto in ombra.

Velocemente guadagniamo quota con la vista si apre verso la Val Gromolo, la parte moderna e industriale di Sestri L.

Accostiamo un bosco di lecci ed abbandoniamo le ultime villette che occludono la vista verso mare. Finalmente arriviamo in cresta, ma per godere una bella visuale in direzione mare occorre proseguire per altri 200 metri, fino ad arrivare ad uno stupendo punto panoramico: da qui la vista spazia da Punta Manara al promontorio di Portofino, con sotto il mare che scintilla, e la penisola di Sestri Levante più a ponente.

Aggiriamo una proprietà privata in località Mandrella ed incontriamo una bella pineta. Più avanti troviamo un trivio: a sinistra troviamo la deviazione per Riva Trigoso (via Ginestra), che prosegue a mezza costa verso Riva, ma salta la parte a mare (utile per fare un eventuale giro ad anello); a destra troviamo un sentierino non tracciato che porta verso una scogliera solitaria del promontorio (tracciato difficile); noi seguiamo dritti in forte salita tra le rocce e i pini. Una panchina ci permette di riprendere fiato ammirando nel contempo la vista verso Sestri Levante e il Tigullio.

Dopo una decina di minuti in salita ripida, improvvisamente il sentiero diventa pianeggiante, mantenendo la quota raggiunta di 150 metri. E' questo il tratto più bello e panoramico, dove i pini si alternano ai lecci e persino a qualche albero di sughero. Si tratta di una variante del leccio ma con un tronco più sviluppato e ricoperto di soffice materiale.

Dopo un lungo sentiero pianeggiante torniamo ad affrontare un'altra ripida salita che giunge sul crinale di **Punta Manara** (1h di cammino da Sestri L. - foto). Il sentiero prosegue a sinistra in salita, ma sarebbe un delitto non fare una digressione verso la punta più avanzata del promontorio. Si prosegue così a destra tra gli alberi che lasciano spazio alla vista verso Riva Trigoso. Più avanti troviamo un area pic-nic e un bivacco chiuso (per le chiavi occorre contattare la locale sezione del CAI). Da qui si stacca una scalinata in mattoni che porta direttamente verso i ruderi della torre, dove lo spazio si apre verso Punta Baffe, Riva Trigoso e il panorama fin qui visto verso Sestri L. e il Tigullio.

Tornati sui nostri passi si risale dal bivio precedentemente lasciato, per procedere in decisa salita tra le rocce in direzione di Riva Trigoso. Il segnavia da seguire è quello con due bolli rossi, e prosegue tra i pini fino a raggiungere quota 220 metri, la massima di questa parte di itinerario. Una deviazione consente di raggiungere subito un area pic-nic, e la vetta del Monte Castello (264 m) in una ventina di minuti.

E' ora di scendere in direzione di Ginestra, tra gradini di roccia e brevi tratti pianeggianti, con l'abitato di Riva che gradualmente si avvicina sotto di noi.

Dopo una decina di minuti arriviamo ad un bivio a T, dove converge il sentiero che abbiamo precedentemente lasciato prima di salire a Punta Manara. Proseguiamo a destra in forte discesa su grossi gradini tra villette e aree coltivate. Velocemente arriviamo all'abitato di Ginestra (125 m), il classico borgo di campagna ben curato e ornato di fiori.

Al civico n° 33 abbandoniamo la mattonata che passa tra le case e prendiamo un sentiero che scende tra gli ulivi. Dopo un vigneto e una scalinata ripida arriviamo nell'abitato di Le Rocche, poco sopra l'abitato di Riva. Scendiamo lungo una scalinata ampia, e dopo un paio di tornanti sbuchiamo sulla strada di collegamento tra Riva e Trigoso. Proseguiamo in direzione mare fino alla passeggiata, interrotta in questo punto da un cantiere navale.

L'abitato di **Riva** (2h di cammino da Sestri L.) è pesantemente influenzato dalla presenza dei cantieri navali che rubano gran parte della superficie di questo litorale. Fortunatamente esistono ancora due lembi di passeggiata che rendono l'atmosfera più vivibile.

Ci dirigiamo in direzione est, passando sul ponte del Torrente Petronio: qui possiamo decidere se aggirare i cantieri navali dalla spiaggia, oppure se prendere una strada che collega Riva alla stazione passando a monte dei cantieri stessi.

Entrambe le direttrici portano alla strada rotabile di collegamento tra Riva e il tracciato delle gallerie per Moneglia. In ogni caso si procede in direzione nord fino ad arrivare all'attacco del sentiero per Punta Baffe (in alternativa si può proseguire verso monte fino alla stazione ferroviaria di Riva Trigoso).

Giunti nei pressi di un colletto inizia la strada rotabile per Valle Lago, dove alcuni cartelli metallici indicano i sentieri per la zona di Punta Baffe e Moneglia.

Qui l'originario percorso del Sentiero Liguria è stato modificato da uno sbancamento operato per costruire alcune abitazioni, mentre un vasto incendio scoppiato tra il 6 e il 7 settembre 2004 ha letteralmente devastato tutta la zona montuosa di Punta Baffe. Purtroppo gran parte dell'itinerario si sviluppa lungo le aree maggiormente colpite dall'evento, ma è interessante allo stesso tempo vedere come la natura a distanza di tempo tenta di riconquistare gli spazi perduti. Noteremo più avanti come le zone umide con formazioni boschive di leccio sono state risparmiate dall'azione devastante del fuoco.

Il tracciato utilizza in questo primo tratto una strada asfaltata che porta al cimitero. Lasciato a sinistra quest'ultimo si risale ancora un tornante dove la strada si trasforma in sterrato.

Con alcuni tornanti risaliamo la collina ad est di Riva, in un area precedentemente occupata dai pini marittimi, che vede faticosamente risorgere la vegetazione composta prevalentemente da cespugli di erica, ginestra, ginepro, corbezzolo e mirto. Queste essenze preparano l'arrivo successivo degli alberi di leccio e pino. Ci vorranno parecchi decenni per veder ritornare la situazione a quella originaria

Man mano che saliamo si apre la vista sulla vicina Punta Manara, che nasconde dietro di sé il Golfo del Tigullio. Notiamo come questo promontorio risulti isolato rispetto ai vicini rilievi appenninici.

La salita prosegue ora in maniera più regolare e graduale, portandosi più vicina alla linea di costa, dove di tanto in tanto si propongono degli affacci verso il mare.

Dopo un tratto in cresta si risale la collina di **Punta Baffe**, riconoscibile per la presenza di una torre diroccata. La salita è costellata di rocce affioranti, opportunamente levigata nei punti di maggior passaggio. Quest'ultima termina nei pressi della torre, accessibile tramite un sentiero che si stacca a destra, poco prima del manufatto (1h 15' di cammino da Riva Trigoso – quota 270 m). La vista spazia verso la costa levantina, fino a Punta Mesco.

Procediamo ora in discesa verso la vallata di Vallegrande, seguendo sempre i segnavia del Sentiero Liguria. Si tratta di una valle piuttosto incassata compresa tra Punta Baffe e Punta Moneglia, dove troviamo in prossimità della costa una struttura turistico – ambientale, raggiungibile anche dalla strada delle gallerie tra Riva e Moneglia.

Il nostro sentiero perde rapidamente quota tra la macchia mediterranea, pur non arrivando direttamente sulla costa, che possiamo raggiungere con un paio di deviazioni, una a ponente e una a levante della piccola baia.

Superato il ruscello, si risale di quota su un costone panoramico, fino ad arrivare a un crocevia di sentieri. Qui ritroviamo il sentiero di quota proveniente da Punta Baffe, e la salita per il Monte Comunaglia. Noi giriamo a destra, e percorriamo un sentiero a mezza costa.

Gradualmente usciamo dalla zona incendiata e superiamo l'angusto Rio della Valletta, ruscello che sfocia nei pressi di Punta Moneglia. Sulla cresta orientale della vallata troviamo il quadrivio con i sentieri che portano al Monte Comunaglia, a Punta Moneglia e verso Moneglia. Siamo a quota 230 metri (2h 15' di cammino da Riva Trigoso).

Ci dirigiamo ora verso **Moneglia** seguendo il sentiero segnalato col segnavia una riga e un pallino rossi. Inizialmente il tracciato passa in mezzo ad un bosco di lecci, dove si intravede l'abitato di Moneglia. In seguito scende verso la campagna che circonda il paese. Alcuni cartelli aiutano a trovare la direzione giusta verso il paese. Dopo aver affiancato una recinzione giungiamo nei pressi di una strada rotabile. Qui termina il sentiero e si procede su strada rotabile fino ad arrivare in centro paese. Basta seguire il segnavia per individuare la

strada giusta ai bivi. Un paio di cartelli indicano la via più veloce per la stazione, che passa a fianco dei muri di recinzione del castello. Con una curva a gomito si procede in una crosa dal fondo pietroso sconnesso. Quest'ultima termina nei pressi della via d'accesso alla stazione.

Un consiglio: chi volesse spezzare in due tronconi la traversata può fermarsi a Riva Trigoso e da qui prendere il treno o il bus per Sestri L.

Riferimento cartografico: carta IGC n°23 Golfo del Tigullio – Cinque Terre – carte VAL alla pagina successiva

Verifica itinerario: dicembre 2014

