

SENTIERO LIGURIA

Itinerario Ponente 5 – Vado Ligure a Noli



Itinerario: Vado L. - Gola di S. Elena – Spotorno - Noli

Dislivello: 410 m

Difficoltà: E – **Lunghezza:** 10,3 Km

Ore di marcia: 3h 15' ca.

Periodi consigliati: da ottobre a maggio

Accesso: in auto si esce al casello di Savona dell'autostrada A10, mentre in treno si scende alla stazione di Quiliano Vado (linea Genova – Ventimiglia).

Dopo Savona, il Sentiero Liguria riparte da Vado Ligure, dove si dirama un piccolo crinale a ridosso della fascia costiera che la divide dalla valle di Vado. Lungo questa panoramica zona si sviluppa questa quinta tappa del Sentiero Liguria a ponente. Si parte dal porto di Vado, per salire verso la zona dei forti che si trovano a ridosso del paese costiero. Si sovrasta l'abitato di Bergeggi, fino a scendere verso Spotorno. Da qui si risale di quota verso quella che probabilmente rappresentava la vecchia Via Romana, per ridiscendere verso Noli, lo stupendo borgo medievale, che merita sicuramente una visita.

Da **Porto Vado** (s.l.d.m.), prendiamo un sottopasso che all'altezza dell'ingresso dello scalo marittimo, porta verso il Forte S. Giacomo. Qui iniziamo a salire di quota su una scalinata che affianca sia questo forte che quello di S. Stefano. Come di consuetudine il segnavia da seguire è quello del Seniero Liguria. Belle le visuali su Savona e la costa (foto).

In seguito passiamo sul crinale sopra il terminal di Vado, caratterizzato da rocce e macchia mediterranea, con alcuni impianti di telecomunicazioni.

Dopo un quadrivio di sentieri si punta dritto in salita verso la più estesa formazione boschiva di sugheri del ponente ligure. Stupendi esemplari di sughero, alcuni piuttosto datati, coprono circa 14 ettari delle pendici meridionali del Monte Rocchetto.

Incontriamo a metà del bosco la strada rotabile Bergeggi – S. Genesio, dove proseguiamo ancora dritti.

Dopo un tratto su largo sentiero quasi in piano, arrivati a un bivio, si prende un sentiero che sale nel bosco, e svalica il Monte S. Elena (346 m), per tuffarsi in mezzo ai lecci, sugheri e roverelle. Occorre prestare la massima attenzione al segnavia per la presenza di diversi bivi. Aggirato il monte sul versante settentrionale, scendiamo poi verso una selletta a cavallo tra la valle di Vado e Bergeggi, e tra il Monte S. Elena e il Monte Mao (440 m). Si tratta della **Gola di S. Elena** (289 m – 1h 15' di cammino da Vado L.).

Percorriamo un centinaio di metri in direzione mare, fino a individuare a destra un largo sentiero che procede in piano in direzione ovest. Dopo una fontana troviamo un bivio: qui prendiamo il sentiero in discesa verso la costa di Torre del Mare e l'Isola di Bergeggi.

Comincia ora un ampio sterrato che rappresentava in passato il tracciato dell'Antica Aurelia di Spotorno, dove evitiamo una diramazione verso monte. Mantenendoci poco sopra la costa di Maremma, lentamente iniziamo a perdere quota lungo Via Antica Romana, che converge dopo una ripida discesa sull'abitato di **Spotorno** (s.l.d.m. - 2h di cammino da Vado L.).

Attraversiamo tutto il centro cittadino attraversando la strada statale Aurelia e immettendoci sulla via pedonale interna (Via XXV Aprile e Via Cavour), per ripuntare nuovamente sull'Aurelia all'altezza di una rotonda. Qui troviamo un parcheggio da dove si stacca una strada interna per un complesso residenziale nella valle del Rio Chiariventi.

All'inizio di questa via, all'altezza del ponte sul torrente, si prende una stradina in salita, che compie un ampio tornante, e si mantiene in quota sopra la costa tra Spotorno e Noli.

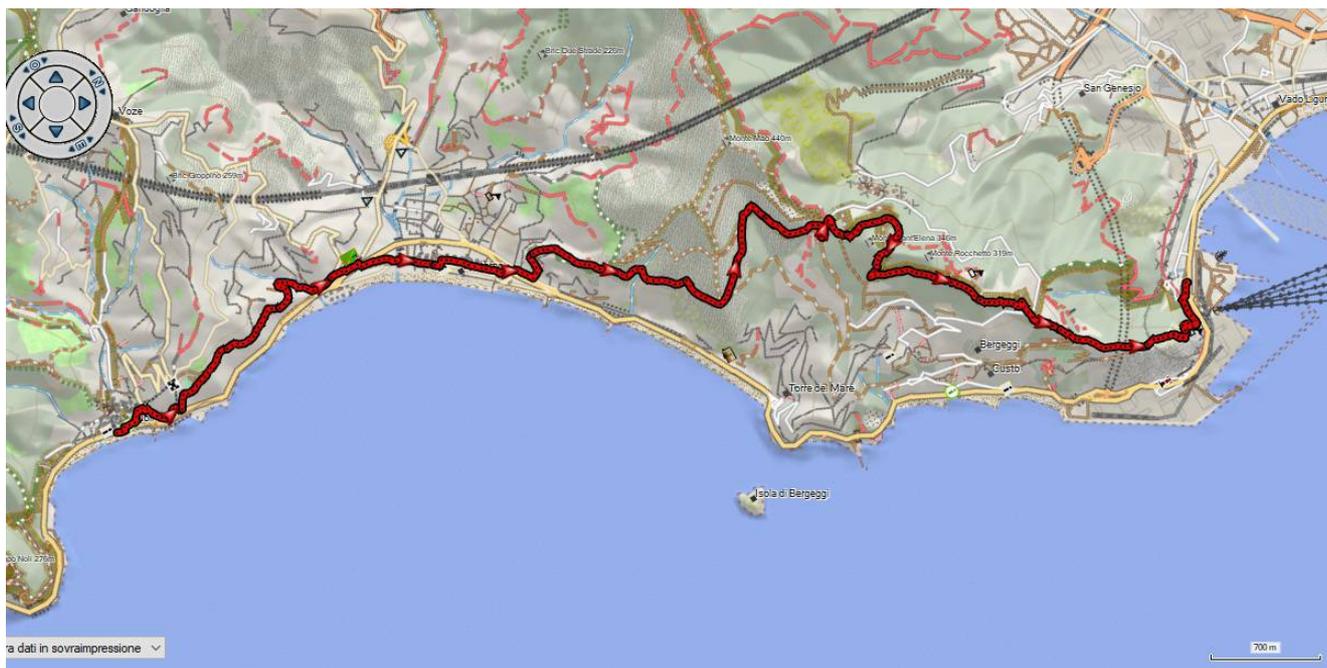
Dopo un tratto su sentiero convergiamo sulla strada della regione Chiariventi, e al termine percorriamo l'antica Via Romana, di cui rimangono alcune tracce di lastricato, poco sotto il cimitero di Noli.

Giungiamo così al Vescovato di **Noli** (s.l.d.m.), in posizione panoramica sul paese medievale. L'arrivo al centro avviene passando per le caratteristiche viuzze, con le case in mattone e le torri. Una visita al centro storico e alla stupenda spiaggia sono consigliati.

Un consiglio: il ritorno a Vado Ligure può avvenire utilizzando un bus della linea ACTS

Riferimento cartografico: carta dei sentieri n°SV3 ed. FIE – scala 1:25.000

Verifica itinerario: febbraio 2015





© 2019 Marco Piana