

ALTA VIA DELLE CINQUE TERRE

LA TRAVERSATA SUL CRINALE TRA LA VAL DI VARA E IL MARE



Oltre alla celeberrima Alta Via dei Monti Liguri esistono altre attraversate che percorrono lunghi tratti della Liguria. Un itinerario molto affascinante è quello che parte dal Monte Zatta (dove transita l'AVML), e segue la linea di crinale tra la Val di Vara e le valli dei torrenti che sfociano nel tratto di mare compreso tra Chiavari e Portovenere, lungo una buona porzione della Riviera di Levante.

Inizialmente sovrastiamo la Val Graveglia nel tratto compreso tra il **Monte Zatta** (1404 m) e il Passo di Bargone. Qui le montagne presentano aspetti tipicamente alpestri, con i versanti marini molto dirupati e il versante sulla Val di Vara molto più dolce e boscoso. Il mare si intravede nello sfondo e appare ancora distante da qua.

Scavalchiamo due belle cime, il **Monte Chiappozzo** (1126 m) e il **Monte Porcile** (1249 m), lungo creste erbose e molto panoramiche.

Superato il **Passo di Bargone** (908 m), transitiamo sopra la Val Petronio, la cui vallata termina nei pressi di Sestri Levante. Nel primo tratto troviamo ancora due vette sopra i 1000 metri d'altezza: il **Monte Zenone** (1053 m) e il **Monte Alpe** (1094 m), che il nostro itinerario evita percorrendone le pendici.

Giunti al **Passo del Colello** (754 m) cominciamo a perdere quota e ad attraversare zone dall'aspetto più collinare, con un lungo tratto caratterizzato da gradual saliscendi compresi tra i 500 e i 900 metri. Scendiamo a quota 545 metri nei pressi del **Colle di Velva** per risalire fino ai 847 metri del **Monte S. Nicolao**. Dopo si riperde quota fino alla **Foce dei Vaggi** (584 m).

Il Monte S. Nicolao può essere considerata la porta d'ingresso sulla costa levantina, dove il mare è molto vicino e contrasta con una vegetazione molto diversa da quella fino ad ora vista. Qui è il regno del castagno e del pino marittimo che spesso rimane vittima di devastanti incendi.

Manteniamo per un lungo tratto quota 500-600 metri, sovrastando l'ampia vallata di Levanto, circondata da un buon numero di frazioni sparse sulle colline sopra l'abitato. Superiamo diversi valichi tra cui la **Foce di Dosso** (424 m) e la **Foce di Bardellone** (594 m), per poi arrivare al Santuario della **Madonna di Soviore** (464 m). Quest'ultima può essere considerata a tutti gli effetti la porta d'ingresso alle Cinque Terre.

Comincia qui il tratto più affascinante del percorso, con stupende visuali sulla costa tutelata dal 1997 dall'UNESCO. Sul versante opposto, al contrario, la folta vegetazione occulta la vista sulla Val di Vara, che ormai ha perso quella vastità di panorami che caratterizzava la prima porzione d'itinerario.

Dal Santuario di Soviore percorriamo il sentiero n°1 delle Cinque Terre, l'unico percorso di crinale del Parco Nazionale.

Si riprende a salire fino a raggiungere la massima elevazione dell'intera zona, il **Monte Malpertuso** (812 m), una vetta boscosa con un bel panorama sulla costa.

Il tratto sopra le cinque celeberrime località rivierasche (Monterosso, Vernazza, Corniglia, Manarola e Riomaggiore) è tutto un susseguirsi di saliscendi tra i valichi di collegamento con le località della Val di Vara ed alcune vette sopra i 700 metri: sono il **Monte Gaginarà** (771 m), il **Monte Capri** (785 m) e il **Monte Verrugoli** (745 m).

Giunti al Colle del Telegrafo (516 m), siamo nel tratto finale del percorso. Il mare è a due passi dal nostro sentiero e la costa si fa ancora più severa, con veri e propri strapiombi e piccoli villaggi di pescatori raggiungibili solo con interminabili scalinate.

A **Campiglia** (398 m) incontriamo l'Alta Via del Golfo di La Spezia, un'altro stupendo itinerario che da Portovenere attraversa tutto il crinale circostante il Golfo di La Spezia e giunge a Bocca di Magra. Con questo percorso condividiamo il tratto conclusivo della nostra traversata che regala ancora stupendi panorami sulla costa del Muzzerone, di Portovenere e delle isole Palmaria, Tino e Tinetto.

Arriviamo a **Portovenere** costeggiando le mura del castello fino a tuffarci tra i vicoli stretti dell'abitato.

Come per l'AVML, anche questo itinerario è frazionabile in tappe, i cui punti iniziali e terminali possono coincidere con le zone di valico dove transitano i mezzi pubblici.

Per giungere sul Monte Zatta utilizzando i mezzi pubblici, possiamo prendere il bus da Chiavari, scendere al Passo del Bocco, e da qui raggiungere la vetta del monte utilizzando l'Alta Via dei Monti Liguri. Il punto preciso dove si stacca l'AV5T è il Monte Prato Pinello, la vetta più orientale dell'anfiteatro montuoso dello Zatta.

Un percorso più breve per giungere al monte, senza passare lungo tutta la cresta montuosa, parte poco prima della Fondazione Devoto, dove si stacca sulla sinistra un sentierosegnalato con il segnavia A10 (anello dello Zatta). In meno di due ore si arriva in cima alla vetta.