

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

La Via dei Santuari

Il percorso di mezza costa delle Cinque Terre



Sviluppo: Monterosso – Madonna di Soviore – Madonna di Reggio – S. Bernardino – Volastra – Santuario di Montenero - Riomaggiore

Dislivello: 850 m in salita

Difficoltà: E

Ore di marcia: 9.15 h. ca.

Periodo consigliato: da ottobre a maggio

Accesso: in treno si scende alla stazione ferroviaria di Monterosso (linea Genova- La Spezia – Roma). In auto usciamo al casello autostradale A12 di Levanto - Carrodano, per proseguire in direzione Levanto e Monterosso.

Nonostante l'asprezza del territorio, le Cinque Terre sono percorse da un fitto reticolo di sentieri, eredità lasciata dai contadini e pastori che percorrevano questi itinerari per muoversi da un paese all'altro e da una vallata all'altra.

Esistono tre percorsi principali che tagliano in orizzontale il parco: uno costiero, che unisce i cinque celebri paesi; uno di crinale, che percorre per intero tutte le montagne che dividono la costa dalla Val di Vara; uno di



mezza costa, che unisce i cinque santuari posti sopra ciascun paesino. Di questi tre, quello di mezza costa è il più lungo perché deve adattarsi alla conformazione tormentata delle vallate.

Diversi itinerari tagliano verticalmente dal crinale alla costa passando per il sentiero di mezza costa, e possono essere utilizzati per salire o scendere nei vari punti del parco.

Questo percorso può essere percorso in una giornata o divisa in due o tre tratte utilizzando i sentieri trasversali come vie di fuga per

scendere sui centri della costa.

Oltre ad avere un'alta valenza naturalistica, questo percorso permette di conoscere i piccoli centri religiosi posti sopra ciascun paese, con panorami mozzafiato sulla costa.

Si parte da **Monterosso** (foto 1), il primo paese delle Cinque Terre venendo da ovest, forse il meno caratteristico, perché posto in tranquilla posizione sulla costa, dotato di ampie spiagge, servizi e collegamenti più diretti con gli altri centri della costa. Una visita è però d'obbligo per vedere le vestigia e i monumenti del paese.



Percorriamo la via interna (Via Roma), che dal mare porta verso l'interno e giunti all'altezza di un piazzale prendiamo una scalinata segnalata dal segnavia n°9 che sale al Santuario di Soviore. La salita alterna tratti a scalini con altri su fondo pietroso, in maniera quasi continua. Unica breve pausa è rappresentata dalla strada provinciale che viene attraversata prima dell'imbocco di una galleria. Si risale poi lungo la Via Crucis che su acciottolato ci porta fin quasi sotto il santuario. Passiamo davanti ad una cappella ricostruita nel 1863 sui resti di un tempietto

cinquecentesco, che ricorda il ringraziamento alla Madonna dopo un'epidemia. Effettuato un tornante si arriva così al **Santuario di Soviore** (465 m – 1h 15' di cammino – foto 2). Bello il panorama verso Monterosso e Punta Mesco.

La località è anche raggiungibile tramite bus del parco in partenza da Monterosso.

Dal santuario saliamo verso la sovrastante strada rotabile che porta a Riomaggiore, che



percorreremo per meno di 1 Km. Giunti all'altezza di una curva imbocchiamo il sentiero 8b che scende verso la Madonna di Reggio. Questo tratto della Via dei Santuari appare più trascurato per la presenza di una folta vegetazione infestante (felci, rovi, ginestra spinosa, ecc...), dovuta al passaggio in tempi recenti del fuoco che ha impoverito la vegetazione della zona. Consigliabile in questo e nel successivo tratto l'uso di scarponi e pantaloni lunghi.

La bassa vegetazione consente di godere degli ampi panorami sulla

costa tra Monterosso e Punta Mesco (foto 3), ed in seguito verso Vernazza. Dopo un tratto in piano il sentiero scende nei pressi di un crinale, aggirandolo poi dal basso e con un successivo saliscendi si arriva ad una curva della strada provinciale per Vernazza.

Proseguiamo lungo la rotabile fino ad arrivare al bivio pedonale del **Santuario di Reggio**. Con 5 minuti di discesa si arriva all'ampia area ombrosa che circonda l'edificio religioso (350 m – 2h 30' di cammino da Monterosso – foto 4).

Nei pressi della chiesa troviamo un cipresso monumentale e una vasta area pic-nic.

A questo punto ci troviamo ad affrontare il tratto più impervio e trascurato dell'intero percorso. Il rischio è quello di trovarsi bloccati nel cammino da improvvisi infrascamenti e pezzi semi-



franati. Alcune proprietà private hanno inoltre modificato il tracciato originario.

Una valida alternativa può essere quella di percorrere il tratto di strada asfaltata che sale alla Foce di Drignana, e da qui proseguire su asfalto fino al bivio con S. Bernardino (1h 10' circa), oppure arrivare sempre alla Foce di Drignana col sentiero 8 (attenzione ad alcuni tratti infrascati), proseguire per oltre 1,5 Km sulla rotabile per La Spezia, fino a prendere una strada privata che scende nel bosco sottostante. Recuperato il sentiero 8/a si prosegue in direzione est per un

lungo tratto che alterna pinete ad alcune zone umide in corrispondenza dei vari ruscelli, che vanno a comporre più a valle il Rio Vernazza. Queste ultime zone purtroppo hanno una vegetazione piuttosto esuberante che a tratti invade il sentiero. Un buon senso dell'orientamento permette di superare alcuni tratti difficili. Al secondo guado occorre seguire il segnavia che risale il versante opposto, mentre occorre evitare un vecchio sentiero tracciato che porta a valle.



Guadati altri due ruscelli con diversi saliscendi si arriva alla frazione Murro, con alcune case contadine semi-abbandonate, per proseguire in piano fino a sovrastare un bel vigneto alla periferia di **S. Bernardino** (374 m – foto 5). Da qui si prosegue su sterrata per qualche metro fino ad incontrare la rotabile che scende al santuario e a Vernazza.

Se vogliamo raggiungere il paesino è sufficiente scendere per qualche centinaio di metri la strada asfaltata. Da qui si può risalire lungo il sentiero 7 che risale il versante fino ad arrivare alla strada

provinciale per La Spezia (tempo totale di percorrenza del percorso dalla Madonna di Reggio 2h 30' – da Monterosso 5h). Questo tracciato risulta più lungo della strada rotabile, sia per la difficoltà di percorrenza, che per la presenza di numerosi saliscendi che fanno perdere in più punti preziosi metri di quota.

Preso od incontrata oltre la strada rotabile per La Spezia, la percorriamo per un paio di Km fino ad individuare a destra il sentiero 7a che scende a Corniglia. Si attraversa una stupenda foresta di castagni per una decina di minuti circa fino a sbucare fuori dal bosco ed incontrare dopo una curva la diramazione 6d per Volastra. Comincia così il tratto più bello ed affascinante del percorso che con notevoli panorami sulla costa e sui cinque paesi ci consente di addentrarci nei celebri terrazzamenti coltivati a vigna, tipici di questa zona.

Dopo un tratto in leggera salita su terrazzamenti abbandonati, riconquistati dal bosco, si prosegue quasi in piano fino ad addentrarci in un vallone selvaggio ed umido, percorso dal Rio Molinello che scende verso Corniglia.

Superati alcuni muretti a secco sbuchiamo dal bosco ed entriamo nel vivo delle fasce coltivate a vigna, dove possiamo vedere al lavoro i viticoltori che devono rinforzare i muretti o ammare le viti ai loro sostegni. Una vita dura, agevolata in questi anni da alcune monorotaie che permettono di trasportare materiale e uomini da una fascia all'altra.

Stupendi in questo tratto i panorami sulla costa, sul mare cristallino, e sulla marea di terrazzamenti che caratterizzano il paesaggio collinare di questi luoghi (foto 6).



Si passa poi nella piccola frazione di Porciana, un agglomerato di case contadine abbellite da fiori e rampicanti.

Ancora un breve tratto in mezzo ai vitigni e giungiamo in quella che possiamo identificare come la capitale vinicola delle Cinque Terre, **Volastra** (334 m – 6h 30' di cammino da Monterosso – foto 7). Il sentiero termina di fronte al Santuario di N.S. della Salute.

Affianchiamo la chiesa sul versante nord e sbuchiamo sulla strada provinciale per Riomaggiore. Senza scendere in direzione del paese prendiamo la via che sale con segnalazione per il sentiero 6 che

si stacca quasi subito, mentre noi continuiamo lungo la strada rotabile, che dopo 1,5 Km diventa sterrata, diventando una stradina interdetta al transito veicolare.

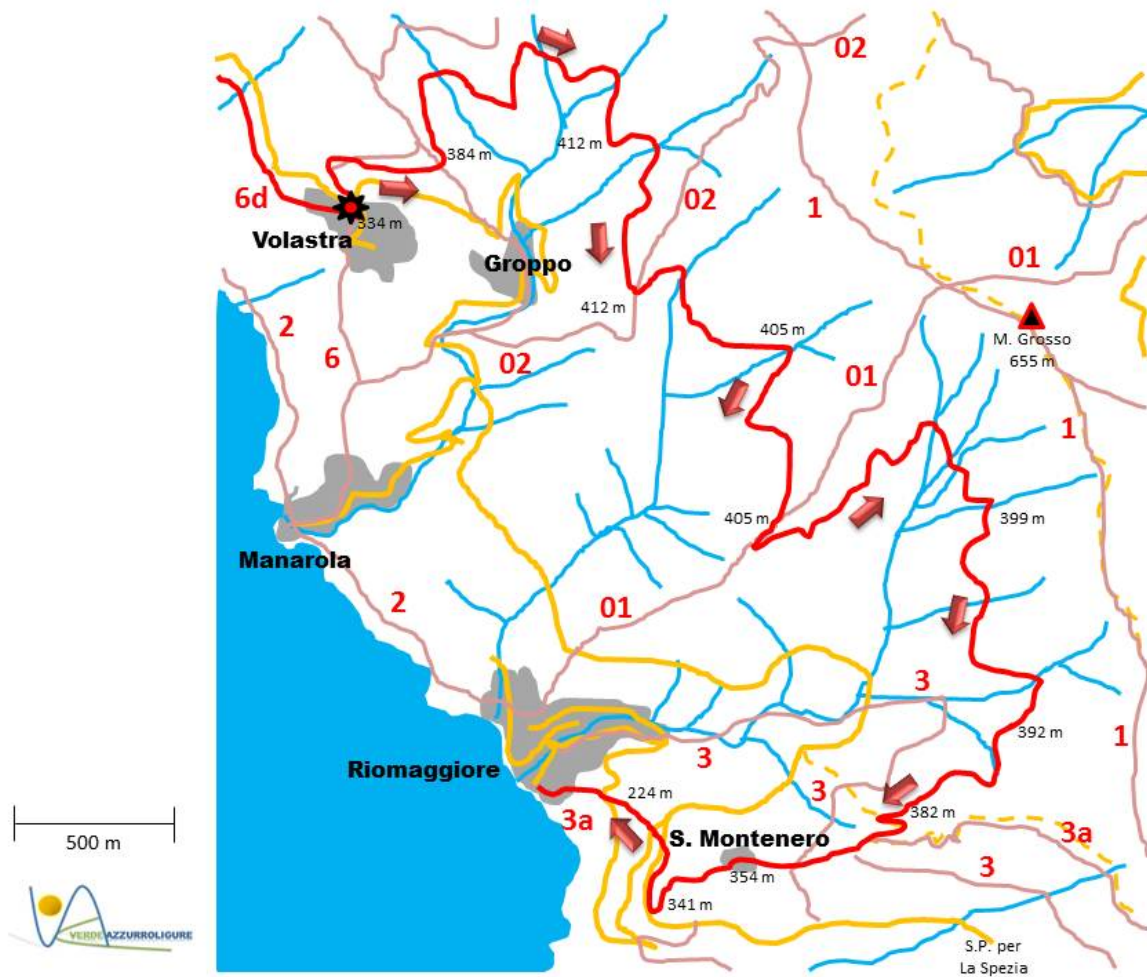
Tale percorso si mantiene in piano per quasi tutta la sua durata con brevi saliscendi, in cui frequenti sono le pozzanghere d'acqua da evitare lungo i lati. Questa sterrata si mantiene quasi sempre in ombra e con scarsi punti panoramici sulla costa. Dovendo attraversare le vallate del Rio Groppo e Rio Maggiore, lo sterrato segue la morfologia del territorio che in alcuni tratti si allontana vistosamente dalla costa.



Incrociamo in sequenza il sentiero 2 per Manarola ed 1 per Riomaggiore, prima di affrontare l'avvicinamento all'ultimo santuario. Giunti ad un tornante, abbandoniamo la sterrata fin qui seguita, che prosegue in direzione Portovenere, per imboccare un sentierino che sale a fianco della curva e scollinare sul versante opposto in direzione mare.

Passati a fianco di una casa si giunge ad un crocevia di sentieri, dove occorre seguire la traccia che si mantiene in piano in direzione mare. Si scende successivamente verso il **Santuario di Montenero**

(354 m – 8h 30' di cammino da Monterosso – foto 8), dove troviamo un'ampio prato ed alcuni servizi, tra cui un bar – ristorante. Bello il panorama verso Riomaggiore e Punta Mesco da una parte, e verso la costa di Tramonti e le isole Palmaria, Tino e Tinetto dall'altra.



© 2013 Marco Piana