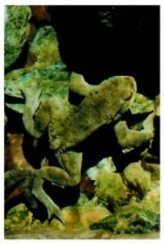
Novembre 2022



Un'idea per il fine settimana

Organo informativo Sezione Escursionismo Cral Galliera

Escursionismo, gite varie, viaggi, vita all'aria aperta... Num. 69

I sentieri dell'estremo Levante Ligure: dalle Cinque Terre a Tramonti... di Maurizio Lo Conti

Santuario della Madonna di Monte Nero

Dopo qualche anno, il ritorno nello Spezzino è dovuto e non manca di regalare grandi soddisfazioni. Nei primi mesi del 2022, ci sono state ben 3 uscite. Una gita è nata grazie a un sito che, in realtà, disegna 2 distinti percorsi: uno molto lungo e il secondo corto. I suggerimenti sembrano validi, ma una loro rimodulazione con '*taglia e cuci*' ha permesso/permetterà risultati, forse, migliori: un itinerario (il 3o) è stato poi fatto mentre l'altro (*La Spezia - Carpena - Riomaggiore*) è nel cassetto, per la prossima occasione... Il seguente scritto approfondisce i giri, ideali dall'autunno alla primavera.

Febbraio - L'attraversata Marola, Campiglia e Riomaggiore
Premessa e accesso - Di particolare interesse è l'opzione ideata: suddividere in 2 un tracciato che diversamente sarebbe un po' lungo (*Riomaggiore-Portovenere*) e costringerebbe a un viaggio in treno che non è affatto breve. Invece, così, si può usare l'auto e parcheggiare nei posteggi gratuiti a Marola (oltre La Spezia, al bivio della rotabile che sale a Campiglia).
Il percorso - La mulattiera si sviluppa sul vecchio collegamento che dalla costa va in quota ed un tempo era l'unica possibilità. Purtroppo, quasi in cima, una deviazione imprevista allunga il cammino (35'/45' e 2 km). Si arriva dal passo Bocca del Cavallin (358 m), vicino ai sentieri che calano a Portovenere (eventualmente è da prendere l'ex n. 1 e non l'Avg), e Campiglia dista 30'. Sorge il dubbio che, forse, sarebbe meglio cambiare meta per garantirsi un orario di fine gita più rapido (e terminare alle 14.30/15) e un ritorno a Genova tranquillo. Esposto il dilemma ai partecipanti, la decisione è comunque per Riomaggiore, consapevoli che la pausa presso l'ampia area picnic del valico di Sant'Antonio sarà ritardata... In paese, si scopre che il divieto riguarda una casa pericolante e transennata, ma che poteva anche essere superata... Optato per la via costiera, il panorama spazia sulla frazione di Schiara, lo scoglio Ferale, il Tino e il Tinetto, e, lontano, spicca la sagoma dell'isola Gorgona e, accennata, la Capraia. Oltre, si rientra nella vegetazione, sfiorando la Fontana di Nozzano (costruita dai soldati Napoleonici nel 1805). Dopo una salita non breve, è lambito il blocco di roccia denominato menhir di Tramonti o "Masso del Diavolo" (scoperto nel 1922). Continuando a guadagnare quota, si previene dalla zona di sosta (511 m) quando, ormai, sono le 13.45. Una micro attività offrirebbe della pasta al forno invitante, però, avendo dei panini, a malincuore, si rinuncia ad assaggiarla... Completato il riposo (un buon caffè dal bar), la partenza è per il Telegrafo, dove il ristorante è chiuso. Qui ci si lascia invogliare da una pista larga, mentre, invece, il sentiero giusto, che passerebbe dal villaggio di Lemmen (citato nelle mappe dal 1200), è smarrito. È il solito guaio dei simboli Cai: tutte bandierine bianco rosse che, alla fine, confondono. La strada è comoda, ma per nulla panoramica rispetto alla via costiera, con cui ci si ricongiunge poco prima di uno spettacolare santuario in invidiabilissima posizione: la Madonna di Monte Nero,. Pure qui c'è una doppia opzione per abbassarsi a Riomaggiore: il treno è alle 16.35 e la scelta cade, quindi, sulla più ripida e veloce. Una serie di scalini, numerosi e un po' sconnessi, pre-

Il menhir di Tramonti

Le foto della gita di febbraio alla 2a riga di: http://www.cralgalliera.altervista.org/anno2022.htm

cipita verso il borgo marinaro. Si arriva appena in tempo per prendere il convoglio (quello successivo dopo 1 ora...) ringraziando dei viaggiatori orientali che ci fanno passar avanti per stampare i ticket (€ 2,4). In meno di 10 minuti, La Spezia è raggiunta e dal tabacchino della stazione si comprano i biglietti del bus (€ 1,5). È assurdo, ma chi usa il mezzo pubblico non trova accanto alla ferrovia la corriera per Portovenere (siamo pur sempre liguri... eh... perché favorire il turista?). Si attraversa la città (10') intercettando la fermata della linea 11P, che è utile per chiudere la gita. Con una corsa sui 60 metri, da far invidia a Marcell Jacobs, il pullman è bloccato, chiedendo se può aspettare gli altri partecipanti che infine salgono. Dieci minuti e sono le 17.30, quando c'è l'auto che poi esce dall'abitato (qualche difficoltà di traffico). Preso un caffè, dall'area di servizio presso Brugnato, il pedaggio della giornata è completo, superando l'eterna coda per il salto di corsia da Chiavari. È tardi e si rientra a casa, a conclusione di una escursione decisamente intensa... *In sintesi. Dif. E - disl. +550 mt - 11,5 km - circa 4h30/5h Tot. a seconda del passo, a cui aggiungere 35'/45' e 2 km (deviazione imprevista) più tutte le pause per le varie località che si incontrano. Comodità percorrenza: sufficiente, però scarsa durante la discesa. Tempo: discreto, ma un po' freddo. Interesse giro: alto.*

La "scala grande" e Monesteroli

Marzo - Le "Altre Cinque Terre"... un viaggio attraverso migliaia di scalini! Dalla "strada litoranea" a Fossola, Monesteroli e Schiara.

Premessa - Un sopralluogo speciale, un sogno trasformato in sentiero: Fossola, Monesteroli, Schiara, Persico e Albana sono le... Altre Cinque Terre, in realtà, chiamate... Tramonti! Un documentario visto lunedì 14.03 (*Geo* di Rai3: *Le scale sul mare* - https://www.youtube.com/watch?v=6r2d-OLXrE8&ab_channel=DocumentAriafilm) ha, improvvisamente, riacceso la fantasia di camminare in quel territorio, in parte esplorato nel passato remoto... Una serie di circostanze (cumulate) ha reso disponibile la giornata del sabato e l'occasione doveva essere sfruttata... Certo, la scelta di affrontare quasi 4.000 gradini è una sfida non banale! Per Monesteroli, gli scalini (stretti e alti fino a 50 cm!) precipitano, in modo vertiginoso, verso l'acqua! Di recente, proprio per questa discesa, in rete è apparsa l'affermazione che si tratti di uno dei sentieri più belli al mondo! È indubbio, poco ci manca... Ma il test, in quanto difficile, stimola... almeno a provare... a cimentarsi... Si è in ambienti al di fuori di tutto (pare senza luce elettrica!), il tempo scorre lentamente e la tranquillità, durante la settimana, regna assoluta, dato che sono pochissimi coloro che hanno il coraggio di abitare qui. Inoltre, nel borgo è evidente come la verticalità renda precarie le casette, ammassate una vicina all'altra e, ostinatamente, aggrappate alla montagna. L'approccio scelto sembra adatto a facilitare, un minimo, il giro. A spanne, si parla di 8,5/9 km A/R con circa 600/700 mt disl. compresa la discesa a Monesteroli e Schiara (e forse ancora più giù...). Si capirà in itinere fin dove sarà possibile spingersi e se l'idea di toccare l'acqua verrà realizzata...

Accesso – Usciti dall'A12 a La Spezia e attraversata la città, a un bivio, oltre il campo di calcio, si piega a destra in direzione di Riomaggiore e delle Cinque Terre (SP 370 "Strada Litoranea"). Ignorata la variante per Biassa, si supera una galleria. Subito, sulla sinistra, c'è uno spiazzo con il posteggio (300 m). Diversamente, avanti, ci dovrebbero essere due possibilità di parcheggio: a sinistra (prima dell'hotel *Due Gemelli*) e poi a destra (nei pressi del bar *Il Giardino da Nico*). In ogni caso, sono in numero limitato.

Lo scoglio Montonao

Il percorso - Lasciata la macchina, ci si incammina su una stretta rotabile (simboli Cai), fino al piccolo park che è utilizzabile esclusivamente dai residenti. Si arriva a un incrocio, deviando a destra (a sinistra la salita per Casotti e, dopo, la chiesetta di Sant'Antonio) e calando alla cappella dell'Angelo Custode (242 m) e a Fossola (5'+5'). Un cartello avverte del divieto di transito durante le allerte meteo. La labile traccia taglia la montagna

Le foto della gita di marzo alla 8a riga di http://www.cralgalliera.altervista.org/altre2022.htm

NB: Per i vari percorsi descritti, controllare le possibili variazioni di difficoltà; si declina ogni responsabilità…

La discesa a Schiara

con brevi saliscendi, superando un pezzo che è riparato da un parapetto. Raggiunto un bivio (255 m - 35'), si prende a destra la cosiddetta "*scala grande*" che crolla verso le prime costruzioni di Monesteroli e il mare (prestare molta attenzione!). Davanti, spicca lo scoglio Ferale di Schiara. e, avendo le forze, ci si può abbassare alla linea di costa... Da notare come le case, lungo il costone, sembrino quasi in cerchio dall'alto, per un problema di prospettiva... In fondo, c'è lo scoglio Montonao e, in parte, la vegetazione lo nasconde. In verità, sui 30/40 metri di quota, la via è franata (30'). Si potrebbe pure continuare (e alcuni lo fanno), però standard di sicurezza elevati impongono di ammirare il panorama sottostante senza scendere ulteriormente e, in seguito, è stata introdotta una proibizione di tipo formale.. Il primo tentativo di arrivare al mare fallisce... Con varie soste per rifiatare (meglio ribadirlo: scalini di 50 cm!) e ritornati al bivio in 40' (ora, ci sono un po' troppe persone!), bisogna proseguire a destra... continuando a guadagnare metri e trovando la Fontana del Nozzano, asciutta (343 m – 30'). Si tiene la destra, anche alla successiva diramazione. Ci si abbassa, brevemente su uno sterrato, poi il sentiero è a sinistra e i facili gradini degradano a Schiara. Oltre la chiesetta (175 m - 30'), va giù in picchiata in direzione del mare. Ci sarebbe un divieto, ma leggendo sui diversi siti risulta che lo stesso non varrebbe più essendo stato messo quando la via era interrotta, mentre ora è percorribile... Qualche dubbio rimane... boh... Solo dopo, con una serie di svolte (staccionate), diventa un po' meno a precipizio. Resta comunque una discesa impressionante (e il ritorno sarà peggio!). Si tocca l'acqua (20' - tot. andata 3h15), facendo una pausa. A differenza di Monesteroli, il posto è quasi deserto. Serve una lunga sosta per evitare di ripartire presto e, con fatica, ci si issa fino alle case (30'). Al rientro, è necessario percorre la strada del mattino senza, ovviamente, la deviazione (chiesa - fontana: 40'; fontana – bivio: 20'; bivio - Fossola: 30'; risalita: 10'; per auto: 5' - tot. rit. 2h15). *In sintesi. Dif. E (EE/EE+ per le due digressioni: dall'incrocio di Monesteroli e fin verso il mare; da Schiara allo Scalo) - disl. +730 mt - 9 km per circa 5h30h Tot più tutte le pause per i vari luoghi che si incontrano. Comodità percorrenza: sufficiente, molto scarsa nelle due discese. Tempo: discreto, poi buono. Interesse giro: alto.*

La verticale risalita dallo 'Scalo'

Aprile - I sentieri a mezza costa tra Riomaggiore e Corniglia

Premessa e accesso - Le Cinque Terre sono famose in tutto il mondo per i panorami mozzafiato ed è un peccato che la cura dei particolari, spesso, non sia all'altezza della loro fama. Alcuni tracciati costieri, oltre ad essere soggetti a pedaggio (!), sono chiusi da anni e chissà quanto ci vorrà ancora per rivederli aperti (nel 2024?). A pagamento (7,50 €!), rimangono i tratti da Monterosso a Corniglia. Esistono delle varianti che ovviano a tali mancanze: la "via Beccara", tra Riomaggiore e Manarola (recuperata di recente) e il percorso alto tra Volastra e Corniglia. Entrambi sono oggetto (nel primo caso in parte) della presente escursione. Inoltre, il tratto Costa Corniolo - Groppo (quasi orizzontale) – Volastra è sconosciuto e quindi deserto (perciò interessante!). L'accesso diretto all'area in auto è fortemente sconsigliato, ma il treno richiede, a volte, più di 2h da Genova (pure 2h20 da Piazza Principe!)... molto scomodo! Una soluzione intermedia, che mitiga la situazione disagevole, può essere quella di arrivare in macchina a La Spezia e, poi, spostarsi, in pochi minuti, in una delle località marinare in ferrovia. Unico neo è che, nella cosiddetta alta stagione (da fine marzo a novembre, circa), il biglietto viene uno sproposito, in confronto alla brevità del viaggio: 5 € contro i 2,4 € dei mesi invernali, solo a fronte di una

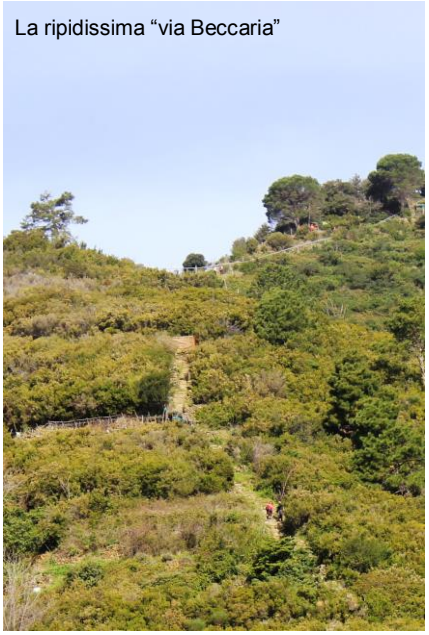
Vista su Riomaggiore

Le foto della gita di aprile alla 10a riga di http://www.cralgalliera.altervista.org/altre2022.htm

Gli scatti, salvo diversa menzione, sono di Maurizio Lo Conti

Sez. Escursionismo Cral Galliera, Mura delle Cappuccine 14, GE – Fond.ne: 2000 – 1° n. "Un'idea": mag. '04 – Anno XVIIII – Tel. 010 563 2217 \ 2760 (ufficio) Email: locontim at libero.it Info: http://www.cralgalliera.altervista.org/esc.htm - Calendario 2022: http://www.cralgalliera.altervista.org/calendario2022.pdf Programma gite 2022: http://cralgalliera.altervista.org/gite022.pdf Gli articoli firmati rispecchiano l'opinione dell'autore con piena libertà d'espressione.

maggior frequenza (3 o 4 corse ogni ora, anziché 1 o 2). Chi risiede in Liguria può, però, pagare sempre il costo normale (ticket regionale, tariffa 39 - avendo un documento di identità in corso di validità), ma le modalità di fruizione non sono affatto semplici *****, poco pubblicizzate e, comunque, lasciano il dubbio su come vengano considerati i turisti...


La ripidissima "via Beccaria"

Il percorso - Scesi dal treno è piacevole esplorare le viuzze di Riomaggiore, gironzolando a lungo rispetto alla partenza immediata per la gita. Arrivati sulla strada di ingresso ai veicoli, si piega a sinistra per via De Gasperi raggiungendo il punto di inizio (scritta EE; per scoraggiare, forse, i turisti con ciabatte!). La via Beccara (antico collegamento) si inerpica molto ripida (da fare senza fretta) con scalini irregolari e altissimi! Guadagnata quota in un attimo, più in su, delle staccionate in legno forniscono un senso di sicurezza. Scartata una digressione per la rotabile, si continua in modo meno faticoso fino a trovare un bella posizione panoramica (50') dove spiana a 240 m (saliti per 190 m in soli 700 m di cammino). Le meraviglie si susseguono: Volastra, Manarola e la sua parte interna. Da Costa del Corniolo, i gradini cadono in basso, con una pendenza superiore alla salita appena superata (+25%). In realtà, la scelta è diversa, andando dritti e sorpassando un cancelletto. Stranamente, la direzione è assente nella palina verticale in loco! Di colpo riappaiono i simboli, tenendo la sinistra a un bivio. Si taglia in falsopiano e l'indicazione giusta è quella per Groppo. Più avanti, spicca proprio Groppo in primo piano. Conquistato il villaggio, una freccia su un muro, invita a piegare a destra. Con un tracciato un po' selvaggio, si lambisce un anfratto (fonte e madonnina), alzandosi fino alle case di Volastra, grazie ad un ultima ripida ascesa per l'arrivo in paese (335 m - 1h). Si tiene la sinistra, trovando un minimarket e comprando qualcosa di buono da mangiare. Dal santuario Nostra Signora della Salute (XII sec - 5'), c'è la pausa gnam (diverse panche e tavoli vicino alla chiesa). Il sentiero, ora, è quasi pianeggiante e costeggia i vigneti. Si osserva la piccola frazione di Porciana (360 m), entrando in un bosco. Manarola e Corniglia sono ben visibili. Il percorso, poi, si abbassa verso l'abitato che infine è raggiunto (1h20; erroneo il dato di 1h45 del cartello). In cima, salta all'occhio San Bernardino, contrada di Vernazza (385 m), sulla "strada dei santuari", con l'edificio religioso dedicato a Nostra Signora delle Grazie. A Corniglia, si vede l'interno della chiesa di San Pietro (1351), l'Oratorio dei Disciplinati e, lontano in cresta, è evidente il santuario di Nostra Signora di Montenero, sopra Riomaggiore. Terminata la visita, c'è un buon gelato (gusto particolare: crema delle Cinque Terre - *Alberto Gelateria*) e con una scalinata, a zig zag, si cala alla stazione (15'). Il mezzo porta in breve a La Spezia e la benzina all'Ipercoop viene € 1,585! Forse è il miglior prezzo in Liguria, in questi giorni... In città, una zona di posteggi gratuiti è oltre Viale Amendola. Da notare come, sia a La Spezia che a Riomaggiore, i bagni della ferrovia siano... a pagamento! *In sintesi. Dif. E - disl. +350 mt - 8 km per circa 3h30h Tot. più l'accesso al/ dal treno, i borghi e le altre pause per i vari luoghi. Comodità percorrenza: sufficiente. Tempo: variabile. Interesse giro: alto+.*

Groppo e, in secondo piano, Volastra

Corniglia

(*****) NB. Presso i distributori automatici, sulla schermata della selezione della corsa, bisogna scegliere l'opzione "altre offerte" (a destra dell'orario). Dopo, in basso a sinistra, premere "vedi tariffe" e selezionare "residenti in Liguria". Questa dovrebbe essere la procedura (condizionale d'obbligo)...