Cinque Terre: dal passo La Foce di Spezia a Riomaggiore - *Eos*

Testo e Foto di ML© '023

Da Genova, si prende l'autostrada molto presto (6.45!) e si sale con l'unico bus possibile a La Foce (235 m). Si segue l'asfalto con i simboli Cai x Riomaggiore. PL
Ci sarebbe, poi, la pista, ma sembra chiusa da un nastro e si continua sulla rotabile. *Notizie sulle Cinque Terre* su http://www.cralgalliera.altervista.org/69.pdf

(Sopra Loc. Cozzano) Essendo il versante Nord, fa freddino e per terra è ancora tutto zuppo. Più avanti, il sentiero taglia i tornanti della strada e si arriva a... (PL)

NB: Info solo generiche, controllare prima le possibili variazioni e studiare a fondo. Si declina ogni tipo di responsabilità!

PL

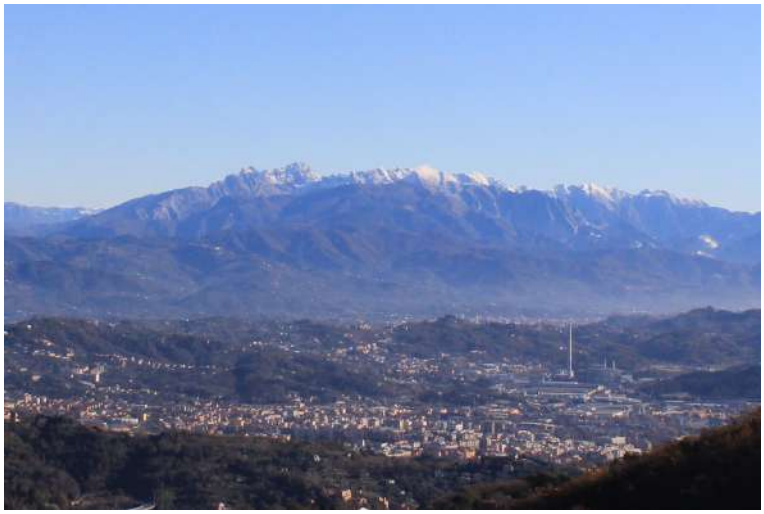
...Casté (350 m - 45'), luogo molto caratteristico.

Dipinto appeso su un muro!

L'ascesa continua fino al famoso Carpena (498 m - 30'). Il contrasto è forte: una vecchia casa in pietra, perfettamente ristrutturata, ha sul tetto i pannelli solari!

Si abbandona x un attimo il percorso segnato, piegando a dx in salita x la chiesa di San Nicolò e i resti del castello che offrono un panorama super (30' con sosta)!

È un'attraversata, inedita, che dalle alture sopra la città porta al famoso paese sul mare, lungo i sentieri delle 5 Terre. Si passa così dagli antichi borghi di Casté e Carpena. Il 2o è un insediamento del XII sec., dove ci sono i ruderi del castello distrutto dai genovesi nel XV sec. È un modo particolare di raggiungere questa area del parco, scoprendo percorsi ricalcati fin dal medioevo per il trasporto delle merci, tra piccoli paesi e boschi, ma, pure, luoghi panoramici molto caratteristici (vista sul Golfo dei Poeti, l'entroterra e fino alla linea di costa). Per arrivare al punto d'inizio, è possibile utilizzare l'auto più un bus (arrivando da Genova, è logisticamente complesso e in assenza +1h30 e +300 mt disl.). Per il rientro a La Spezia giova sfruttare il treno.



La vista dalla croce spazia in modo amplissimo!

Le basi del vecchio castello...

interno chiesa

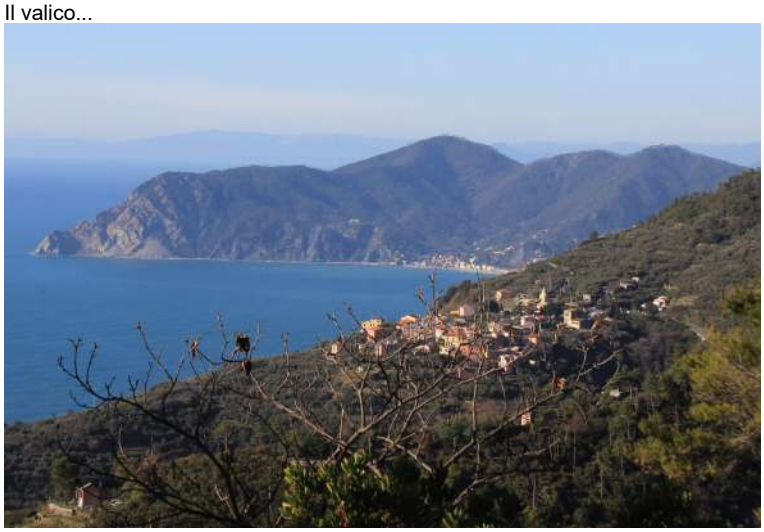
vista d'insieme di Carpena

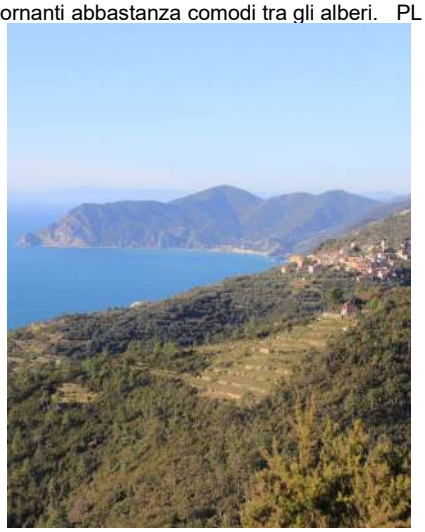
In seguito, si rimonta il bosco e il tratto più ripido è stato attrezzato grazie a una serie di scalini con i tronchi e la relativa staccionata.

Quando spiana, il valico La Croce (635 m - 45') è ormai vicino.

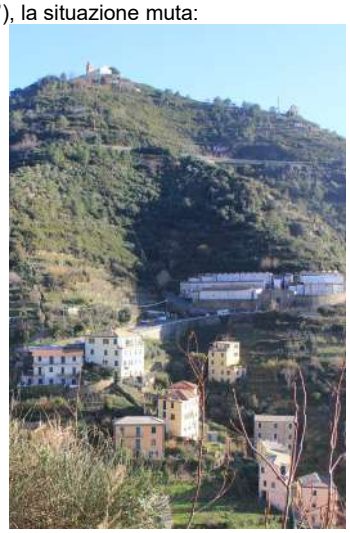
In estrema sintesi: 4h (+30' x vedere Carpena) - Dif. E (un po' faticoso: piogge dei giorni precedenti e, quindi, un cammino molto rallentato) - Disl. +400 mt -620 mt

Il valico... Si scende, all'inizio con una serie di tornanti abbastanza comodi tra gli alberi. PL





(Volastra e sullo sfondo punta Mesco e Monterosso) Dopo aver incrociato la via dei Santuari (40'), la situazione muta:



fino alla strada Litoranea il sentiero è molto scosceso e sconnesso. Nonostante l'esposizione a Sud, è ancora all'ombra, quindi tutto bagnato. Si perde quota con circospezione e molto lentamente… La via precipita a valle... letteralmente (50')! Nell'ultimo tratto degli scalini semplificano in parte la discesa fino a Riomaggiore (30').

È molto tardi (14.45) e, dopo aver fatto i biglietti del treno, si mangia, infine, qualcosa nel bar aperto presso la stazione. Rientrati a La Spezia con la ferrovia, bisogna percorrere circa 1,5 km fino a dove si è lasciata l'auto. Si passa dall'Ipercoop (benzina a € 1,695!) per alcune compere… faticando a ritrovare l'auto… Infatti, c'è il piano 0, ma, pure, lo zero +… giusto per confondere è impedire di tornare a casa… Nonostante i cantieri dovessero essere rimossi… prima di Sestri Levante, c'è un salto di carreggiata con 5 km di coda! Servono 40' per superarla…