



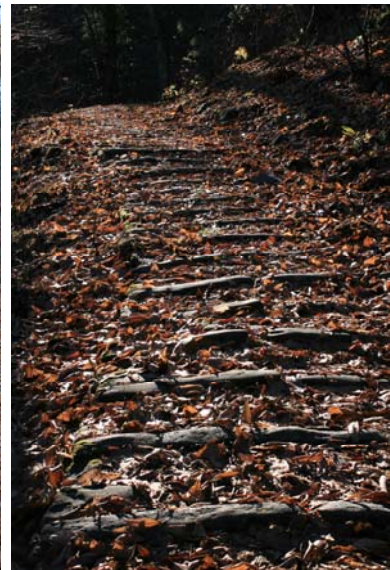
Biassa, nell'entroterra di La Spezia a 315 m



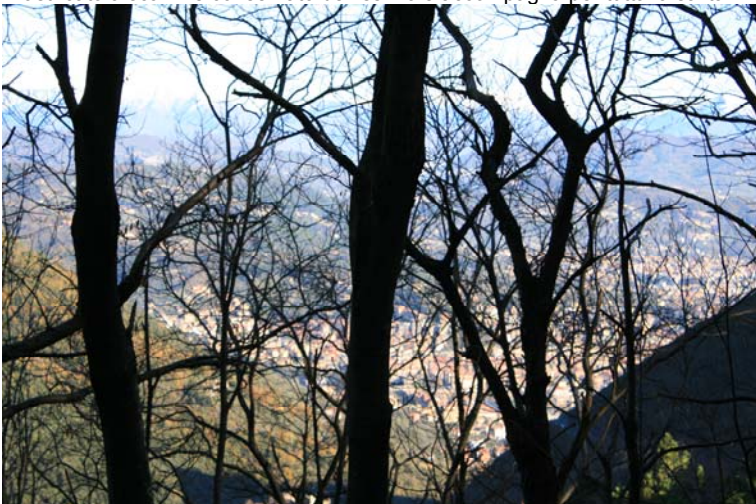
Si parte da *via delle Polle* con il segnavia n. 4, che si inoltra nel castagneto



Sviluppandosi sul versante Nord risulta, data la stagione, molto umido e freddo...



Il lastricato a scalini è conservato benissimo e accompagna per tutta la salita...



Si raggiunge il valico di S. Antonio a 509 m in 40 minuti



Si abbandona il 4 (al bivio piegare a destra verso Riomaggiore per poche decine di metri, dopo a sinistra in discesa) e si reperisce il 4c che scende con gradini



Gli scalpellini hanno inciso le date... 1915...!



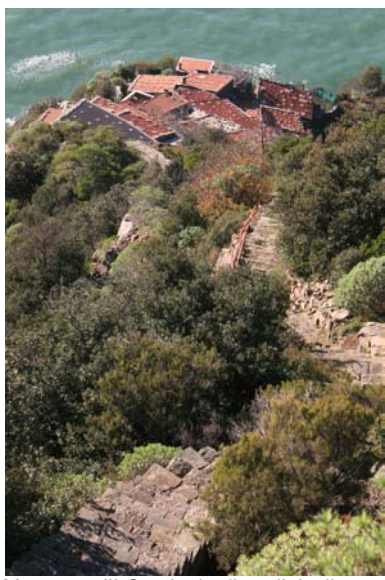
Chiesa degli Angeli Custodi a Fossola (236 m)



Fossola, dove si prende il 4b



Il 4b per alcuni anni è stato inagibile, ora è in parte recuperato, ma la frana è ancora presente, quindi saranno necessari altri interventi altrimenti il sentiero ritornerà inagibile. La staccionata è infatti già danneggiata e un cartello dell'Ente Parco vieta giustamente il passaggio in presenza di condizione meteo avverse...



Monesteroli! Centinaia di scalini x il mare



La costa di Fossola, martoriata dalle frane



Isola del Tino



Si devia sul 4 dall'asfalto x scendere a Schiara (deviazione bella ma faticosa)

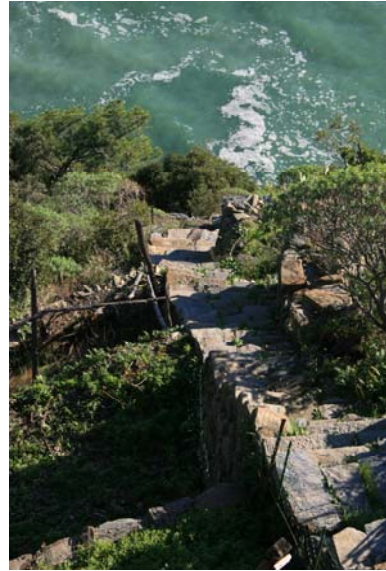




Chiesetta di S. Antonio da Padova a Schiara

Tetti a Schiara ↓

La costa e la ripida discesa →



La caletta in fondo ai gradini...



...non raggiungibile in sicurezza visto l'ennesimo smottamento ...



Lo scoglio Feraie intitolato ad un ufficiale perito durante un rilevamento nel 1911





Luna sui vigneti di Schiara...



Campiglia (400 m) che si raggiunge riprendendo il 4 b



Chiesa S. Caterina a Campiglia

Interno chiesa



Sviluppo percorso: Biassa – Valico S. Antonio (n. 4 – 40 minuti) / Valico S. Antonio – Fossola (n. 4c – 30 minuti) / Fossola – Monesteroli (n. 4b – 45 minuti) / bivio Monesteroli – bivio per Schiara (n. 4b – 30 minuti) / bivio per Schiara – Campiglia (n. 4b – 30 minuti) / Campiglia – Biassa (n. 4c o Avg – 75 minuti).
 Dislivello totale con i vari saliscendi di circa 450 metri per una percorrenza di circa 4h – 4h30m.
 Eventuale diramazioni a Schiara o Monesteroli significano, per ognuna, altri 300 metri di dislivello circa e quasi 2h di percorrenza in più per singole deviazioni.