

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

Il Balcone di Tramonti

Il giro ad anello più spettacolare della costa ligure



Sviluppo: Campiglia – Nozzano – Bivio Monesteroli – Fossola – S. Antonio – Nozzano - Schiara - Campiglia

Dislivello: 850 m in salita e discesa – **Lunghezza:** 8 Km

Difficoltà: E/EE

Ore di marcia: 4,00 h - 4,30 h.

Periodo consigliato: da ottobre a maggio

Accesso: in treno si scende alla stazione ferroviaria di La Spezia (linea Genova - Roma). Dal centro città si prende il bus per Campiglia. In auto usciamo al casello autostradale A12 di La Spezia, per continuare poi in direzione Portovenere. Dopo un paio di Km svoltiamo a destra per salire fino a Campiglia

Tra i percorsi costieri presenti in Liguria sicuramente il più suggestivo e spettacolare è l'anello della zona di Tramonti, che prende l'appellativo di "balcone" per la peculiarità di essere un continuo affaccio panoramico sulla costa più estrema e severa della Riviera di Levante.

Mentre i cinque borghi delle Cinque Terre sono raggiunti da strade piuttosto impervie e dalla linea ferroviaria Genova – La Spezia, le piccole frazioni della zona di Tramonti sono agglomerati di case e cantine non direttamente raggiungibili da una strada carrareccia, ma con faticose scalinate da percorrere a piedi, che nel caso di Monesteroli diventano una

sequenza ininterrotta di migliaia di gradoni in pietra, tali da mettere in difficoltà anche le gambe più allenate.

Attorno ai paesi troviamo il tratto di costa più impervio della Riviera di Levante, dove montagne alte 500 – 600 metri sembrano tuffarsi direttamente in mare. Un paesaggio così acclive e dirupato è soggetto a forti fenomeni di erosione sui versanti più esposti, dove l'uomo combatte quotidianamente una lotta per strappare alla natura quel poco di territorio coltivabile, sotto forma di terrazzamenti, mentre i sentieri e le infinite scalinate che collegano l'interno alla costa vengono sistematicamente risistemati, salvo poi franare in diversi punti alla prima pioggia intensa.

In particolare il sentiero più esposto è quello che collega la scalinata di Monesteroli a Fossola, dove le frane partono dal sentiero e finiscono direttamente sulla costa, ragion per cui il loro aggiramento risulta piuttosto difficoltoso e pericoloso.

Occorre informarsi preventivamente presso le comunità locali o tramite i siti internet (vedi sotto i link) sulla percorribilità dei sentieri.

Il sentiero da Campiglia a Fossola non presenta grosse difficoltà (frane permettendo), sviluppandosi quasi tutto in piano o discesa, mentre la salita da Fossola a S. Antonio e la successiva salita da Schiara a Campiglia devono essere percorse solo in perfette condizioni fisiche e con buon allenamento alla camminata.

L'escursione sarà una sorpresa continua, in uno dei paesaggi più belli e incontaminati della costa ligure.

Partiamo dalla piazzetta principale di **Campiglia** (398 m), antistante alla chiesa di S. Caterina, dove prendiamo un viottolo tra le case sulla sinistra in piano, subito dopo Via Tramonti.

Seguiamo il segnavia rosso – bianco 4b che scende dolcemente tra le case e gli orti e prosegue tra i pini e i lecci. Superata una caratteristica parete rocciosa, arriviamo al bivio sulla sinistra col sentiero che utilizzeremo al ritorno.

Continuiamo a seguire il segnavia per un buon tratto, fino a sbucare sulla strada privata per i residenti di Schiara. Seguiremo quest'ultima in discesa per un breve tratto, e all'altezza di una curva seguiamo dritti verso la strada selciata-scalinata di **Nozzano** (344 m – 30' di cammino da Campiglia). Qui troviamo una fonte in pietra arenaria costruita nel 1805 dall'esercito napoleonico per soddisfare le esigenze idriche della zona. E' dotata di due lavatoi e ingentilita da una croce templare sulla volta. L'acqua che sgorga da questa fonte è potabile.

A Nozzano convergono i sentieri provenienti da Campiglia, Monesteroli e S. Antonio, che utilizzeremo più avanti. Prendiamo ora il sentiero 4b che si stacca dopo il ponte in piano, sulla sinistra. Comincia ora il tratto più spettacolare dell'anello, che lentamente ci fa uscire dal bosco umido e fresco, per giungere alle assolate terrazze coltivate a vitigno della fascia costiera. Sotto di noi la costa e lo Scoglio Ferale, uno spuntone roccioso in mezzo al mare.

Perdiamo quota gradualmente lungo una scalinata in mezzo alle viti, dove ogni elemento di scarto è stato accuratamente utilizzato a scopo agricolo. Tra questi un sistema artigianale di trasbordo tramite funicolare dei prodotti della zona che utilizzava il motore di una Vespa.

Anche le reti dei materassi, o le griglie zincate sono riutilizzate per separare le diverse proprietà.

Possiamo notare inoltre, come i vitigni non sono legati a un pergolato, ma "strisciano" vicino al terreno per ripararsi dal forte vento da sud. Gli arbusti di erica fungono quasi da muretto di riparo per le intemperie.

Dopo una quindicina di minuti di cammino da Nozzano arriviamo alla base della scalinata che scende verso **Monesteroli** (bivio posto a 227 m di quota), uno spettacolare percorso aereo fatto di gradoni in pietra che percorrono questo crinale, fino a raggiungere il gruppo di cantine che troviamo molto più sotto di noi. Vale la pena percorrere un tratto di questa scalinata fino a raggiungere uno dei punti panoramici sopra l'abitato.

Tornando al nostro tracciato, si prosegue dritti superando il crinale, dove manteniamo quota lungo un sentiero che offre tratti panoramici alternati ad altri in mezzo alla vegetazione arbustiva, ai lecci e i pini. E' questa la porzione d'anello che è spesso soggetta a fenomeni franosi, essendo un terreno molto fragile su versante acclive. Una zona di sosta è stata ricavata in un'area boscosa, mentre un'altra si trova al termine di una zona franata in tempi passati, ora risistemata con tanto di staccionata.

Dopo una trentina di minuti giungiamo all'inizio dell'abitato di **Fossola** (262 m di quota media), composto da molte case sparse lungo due versanti, separati da un fosso. E' uno dei posti più tranquilli della costa ligure, dove la strada rotabile giunge a monte del paese, mentre le case sono raggiungibili solo a piedi, utilizzando una delle tante scalinate che si sviluppano tra le fasce. Inizialmente passiamo tra le case del versante orientale del paese, mentre una scalinata piuttosto ripida porta al fossato che separa il nucleo principale dalle altre case. Il segnavia aiuta a individuare la traccia di sentiero che passa tra le fasce coltivate.

Scesi a quota 207 metri, cominciamo a salire di quota, utilizzando la scalinata che porta al parcheggio degli automezzi. A metà strada troviamo la piccola chiesa del paese, che ricorda nella forma e il colore biancastro, un edificio religioso di qualche isola greca. Il sagrato ospita una piccola area di sosta affacciata sul mare.

Giunti a fianco del parcheggio, dove troviamo il collegamento con la strada panoramica delle Cinque Terre, seguiamo lungo la scalinata che prosegue dritta in direzione di S. Antonio. Passiamo a fianco delle ultime case di Fossola, fino a entrare in una bella pineta. La strada era un'antica via di comunicazione con la Val di Vara, come testimoniano le pietre del selciato consumate dalle ruote dei carri.

La salita lascia poco tempo per riprendere il fiato essendo quasi continua e priva di tratti pianeggianti. Dopo una quarantina di minuti di cammino da Fossola si giunge finalmente a **S. Antonio** (510 m) punto di convergenza tra gli itinerari di crinale (Alta Via delle Cinque Terre – Alta Via del Golfo) e quelli provenienti dallo Spezzino e Tramonti. Qui sorge una bella e ampia area di sosta con tanto di punto ristoro posto alle spalle della chiesetta.

Raggiunta la quota maggiore del percorso, scendiamo ora in direzione mare, prendendo la strada rotabile che scende verso Schiara, segnalata col segnavia bianco-rosso n°4.

Dopo pochi minuti raggiungiamo il Menhir di Tramonti, un grosso masso a punta sovrastato da una croce metallica. Subito dopo troviamo il sentiero che si stacca sulla destra e scende in direzione Nozzano. Passiamo in un fitto bosco di lecci, pini e sugheri, ed evitiamo la diramazione per Monesteroli, posta a destra.

Proseguiamo dritti, quasi in piano, fino a sbucare fuori dal bosco, arrivando così nell'assolato versante meridionale. In questo tratto si passa tra le fasce abbandonate e qualche casa ridotta a rudere, lungo scalinate poste tra i muretti a secco.

Dopo una discesa quasi infinita su scalinate in pietra, si raggiunge nuovamente la Fontana di **Nozzano** (344 m – 40' di cammino da S. Antonio), dove ritroviamo il tracciato dell'andata.

Qui possiamo concludere il nostro anello, semplicemente proseguendo per Campiglia lungo l'itinerario dell'andata.

Per avere una visione completa della zona possiamo scendere verso l'abitato di Schiara. Occorre raggiungere la strada asfaltata d'accesso al paese, percorrere un tratto della stessa in discesa, e proseguire prima di un tornante lungo un sentiero segnalato col segnavia bianco-rosso n°4 posto sulla sinistra.

Inizia così una lunga scalinata che scende gradualmente in direzione mare (foto), tra le fasce coltivate a vite e i muretti a secco. Incontrate le prime case di **Schiara** possiamo decidere se raggiungere la sottostante chiesetta del paese posta a quota 160 metri, oppure se tagliare più a monte tra le prime case del nucleo abitato, a una quota superiore intorno ai 230 metri.

Per individuare la scorciatoia basterà abbandonare la scalinata in discesa per imboccare una via lastricata che passa in orizzontale tra i campi e le cantine. Come riferimento d'arrivo dobbiamo prendere il nucleo di Case Costa, poste su crinale orientale del paese.

Dopo un tratto in discesa, guadiamo un paio di ruscelli e percorriamo un breve tratto sul bosco. Raggiunta la frazione Costa, incrociamo la scalinata principale che attraversa il paese, utilizzandola in salita sulla sinistra.

Usciti dal nucleo abitato, entriamo gradualmente in un bosco di pini e macchia mediterranea. Questo sentiero non presenta segnavia, ma la traccia è evidente e priva di grosse diramazioni (da evitare un paio di sentierini sulla destra). Anche questo tratto appare faticoso da percorrere poiché bisogna guadagnare 150 metri di quota in poco tempo. Dopo un tornante si procede quasi in piano in direzione ovest, effettuando una sorta di U, fino a raggiungere più avanti sulla destra una scalinata protetta da un muretto. Imbocchiamo quest'ultima fino a raggiungere con fatica il sentiero di collegamento tra Campiglia e Nozzano, già percorso all'andata (30' di cammino da Schiara).

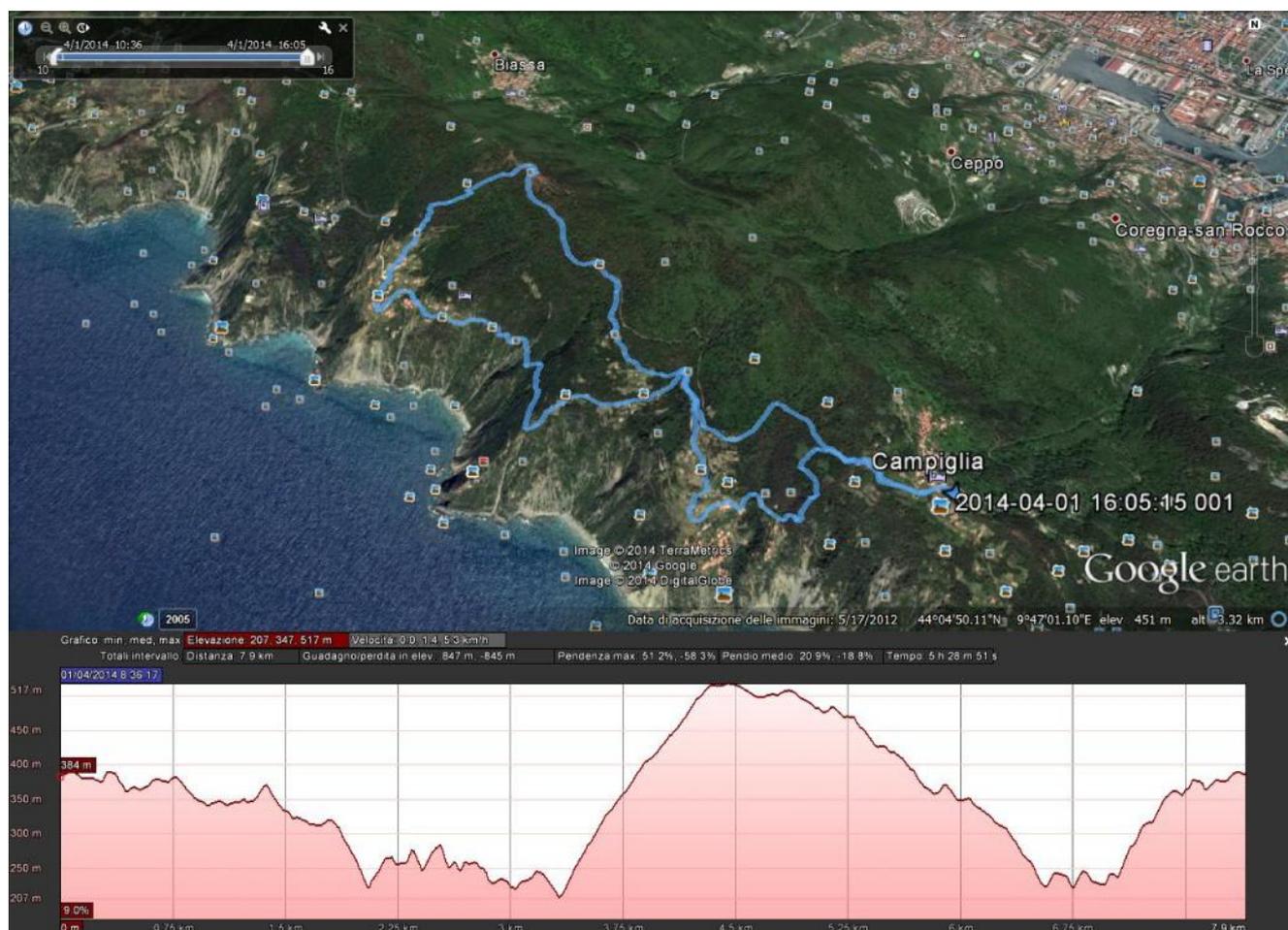
Da questo punto in poi ritorniamo sulle tracce già percorse all'andata, e in una quindicina di minuti ritorniamo a **Campiglia**.

Un consiglio: informarsi preventivamente sullo stato dei sentieri visitando il sito dell'Associazione Campiglia www.tramontidicampiglia.it e quello dei sentieri del Parco Nazionale delle Cinque Terre

Riferimento cartografico: carta dei sentieri delle Cinque Terre – Ed. Multigraphic – scala 1:25.000 – carta VAL

Verifica itinerario: aprile 2014

Note: un ringraziamento particolare a Mauro Vischi (Gruppo Micologico Vogherese) per le informazioni relative al percorso e il profilo altimetrico





© 2014 Marco Piana