

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

L'anello di Volastra

Un classico percorso attorno all'abitato di Manarola



Sviluppo: Manarola – Costa del Corniolo – Volastra – Groppo - Manarola

Dislivello: 500 m in salita e discesa

Lunghezza: 9,8 Km

Difficoltà: E

Ore di marcia: 3,15 ca.

Periodo consigliato: da ottobre a maggio

Accesso: in treno si scende alla stazione ferroviaria di Manarola (linea Genova- La Spezia – Roma). In auto usciamo al casello autostradale A12 di Levanto, per proseguire in direzione Monterosso e Manarola (strada piuttosto scomoda e lunga con molte curve e saliscendi).

Un itinerario classico delle Cinque Terre è l'anello di Volastra, che parte dal caratteristico borgo di Manarola, e aggira le alture terrazzate, tipiche di questo territorio. Attraversiamo poi le frazioni di Volastra e Groppo, due piccoli borghi con le case in pietra e strettissimi vicoli che si sviluppano intorno.

Vitigni, muri a secco, scalinate vertiginose in pietra, macchia mediterranea e boschi di castagno e pino, caratterizzano il paesaggio di questi stupendi luoghi, dove ci immergeremo in pieno, per capire al meglio l'anima di questo territorio, difficile ma affascinante.

Partiamo dal centro di **Manarola** (s.l.d.m.), raggiungibile dalla stazione ferroviaria tramite un tunnel di collegamento. Da qui risaliamo la via principale a destra, tra le coloratissime case del borgo. Passiamo davanti alla chiesa di S. Lorenzo, alla torre campanaria, all'oratorio, e alle tante botteghe e locali che si sviluppano ai due lati di quest'arteria pedonale, aperta per poche ore ai mezzi commerciali.

Al termine del centro abitato, prendiamo a destra un percorso pedonale che porta ai parcheggi sopra il paese, dove inizia il sentiero numero 506, per Volastra e Groppo (segnavia bianco-rosso). Un cartello indica la vicina presenza di un mulino, recentemente ripristinato. Secondo alcune ipotesi il nome Manarola deriverebbe dalla presenza di una "Magna Rota", una grande ruota di mulino, che sfruttava l'acqua del Torrente Groppo, che scorre ormai tombinato sotto il paese.

Si prosegue su scalinate e vecchie croce a fianco della strada asfaltata d'accesso al borgo, circondate da muri a secco che delimitano le numerose proprietà di campagna presenti.

Sbucati nuovamente sulla rotabile, la attraversiamo in diagonale, e raggiungiamo a destra un nuovo sentiero acciottolato che si sviluppa appena sotto la strada. Ancora un attraversamento e giungiamo finalmente all'attacco del sentiero vero e proprio, dove troviamo un'edicola votiva. Poche decine di metri e prendiamo a destra il tracciato 502, che risale delle fasce terrazzate con grossi gradini in pietra. Qui entriamo nell'ambiente tipico delle Cinque Terre, con le caratteristiche fasce coltivate a ulivo o vitigno, che nella parte superiore sono state abbandonate.

Più avanti troviamo la diramazione a sinistra per Groppo, che eviteremo, per proseguire in direzione della Costa di Corniolo (sentiero 532 c). Lentamente entriamo in un bosco di pini e macchia mediterranea. Poco oltre si trova un altro bivio, dove seguiamo ancora la traccia di destra, coincidente col tracciato del Sentiero Liguria.

Dopo tanta salita, si prende fiato lungo un sentiero in piano, che inizialmente si sviluppa tra la macchia mediterranea e le fasce terrazzate con i vitigni. Di tanto in tanto troviamo dei cancelli artigianali, che servono a delimitare le proprietà e non far entrare la fauna selvatica.

Dopo un'oretta di cammino giungiamo alla **Costa di Corniolo** (263 m), una fascia collinare molto panoramica, che separa le vallate di Manarola e Riomaggiore. Al bivio giriamo a sinistra, in salita, lungo il sentiero 532 per la Strada dei Santuari.

Si ritorna a guadagnare quota, lungo una traccia ampia, che accosta nella parte superiore, alcune dimore di campagna. La traccia man mano si allarga, e supera una pineta.

Dopo una ventina di minuti si raggiunge la Strada dei Santuari, un largo sterrato che collega tra loro i cinque edifici religiosi che si trovano sulle alture dei borghi delle Cinque Terre.

Qui giriamo a sinistra e seguiamo praticamente in piano per un lungo tratto (sentiero 530). Assecciamo gli avvallamenti che caratterizzano l'ampio vallone del Torrente Groppo, passando sopra l'abitato di Groppo, che vedremo in seguito. La vegetazione che troviamo in questo tratto collinare intorno ai 400 metri di quota è quella dei castagni e dei boschi misti di latifoglie. Belle le visuali che si aprono in direzione mare.

Quando iniziamo a scendere, la strada diventa asfaltata, supera un cimitero, e ci ritroviamo in prossimità dell'abitato di Volastra, che osserveremo dall'alto, che domina la vallata e si affaccia al mare (foto).

Un ampio tornante, e passati davanti ad alcune case, arriviamo all'abitato di **Volastra** (340 m – 2h di cammino da Manarola), all'incrocio con la strada rotabile d'accesso all'abitato. Qui possiamo effettuare una sosta nei pressi del Santuario di N.S. della Salute, dove troviamo un'ampia area attrezzata con panchine e tavoli.

Proseguiamo ora in direzione mare, lungo la strada principale del paese, che svolta a sinistra, e prende il nome di Via Montello. Evitiamo la diramazione in discesa per Manarola, per proseguire dritti, fino alla punta estrema del paese, individuando le vie traverse che portano verso la fila più, esterna delle case. Nel punto più esterno, troviamo una ripida scalinata tra le fasce terrazzate, che svolta a sinistra, e finisce accanto ad un rivo. Qui ci orientiamo utilizzando il solito segnavia bianco-rosso, lungo una stretta traccia che si alterna tra le due sponde del corso d'acqua (sentiero 506 c).

Passiamo a fianco di una grotta artificiale con una sorgente d'acqua, e di seguito sovrastiamo un vitigno con vista sul sovrastante paese di Volastra.

Sbuciamo improvvisamente sul paese di **Groppo** (235 m – 20' di cammino da Volastra), proseguendo dritti sul sentiero 506v, che porta all'ingresso del borgo, con le caratteristiche case colorate, unite le une alle altre.

Giunti sulla strada pedonale principale, si gira a sinistra e si raggiunge la strada rotabile d'accesso al paese. Percorriamo un tratto di duecento metri, e dopo una curva prendiamo un sentiero lastricato in discesa, che superando il torrente Groppo, si ricongiunge con l'itinerario in salita, nei pressi dell'edicola votiva già vista prima.

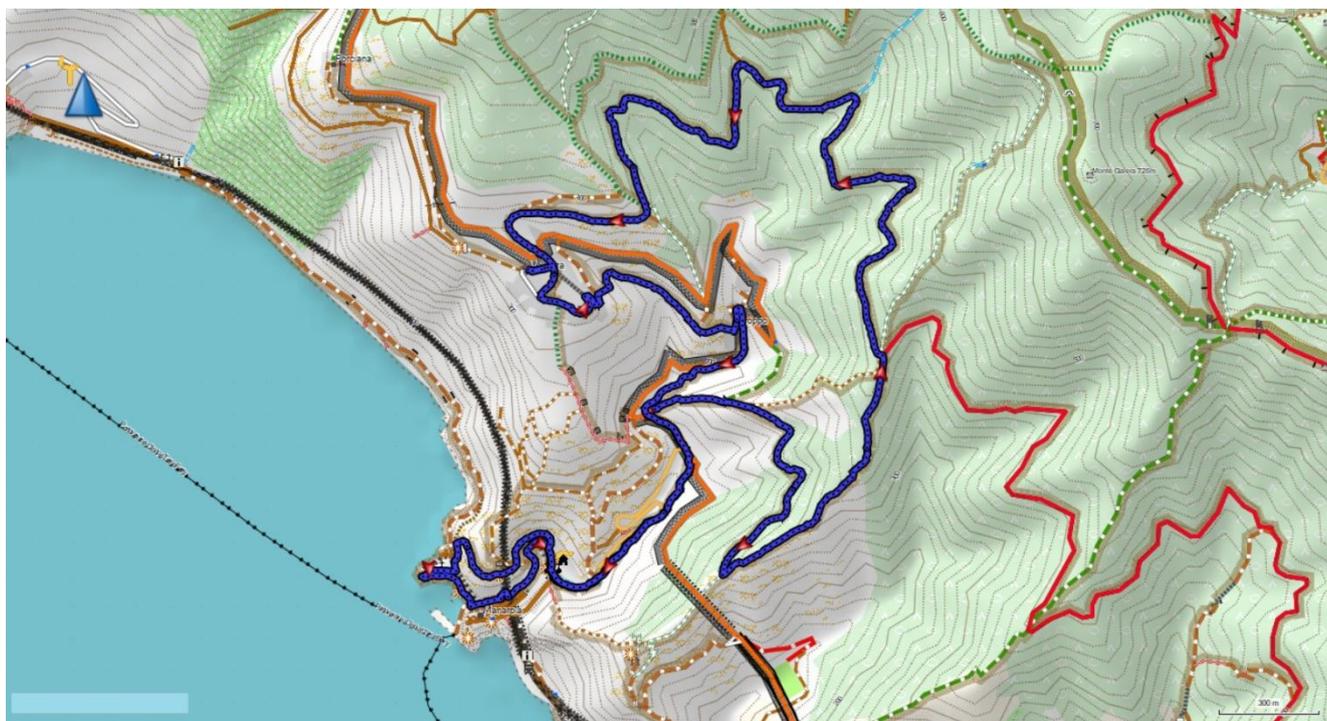
A questo punto procediamo verso **Manarola** sullo stesso percorso dell'andata, fino alla chiesa di S. Lorenzo. Poco oltre troviamo a destra il sentiero panoramico Marco Crovara, intitolata a un ex-vice sindaco – volontario. Questo tracciato molto bello e panoramico sul paese, porta verso Punta Bonfiglio, area verde con stupendi scorci sulla costa, passando sotto la collina dove viene allestito ogni anno il celebre presepe all'aperto, costituito da figure create con materiali plastici e poveri, che ricreano le figure della natività.

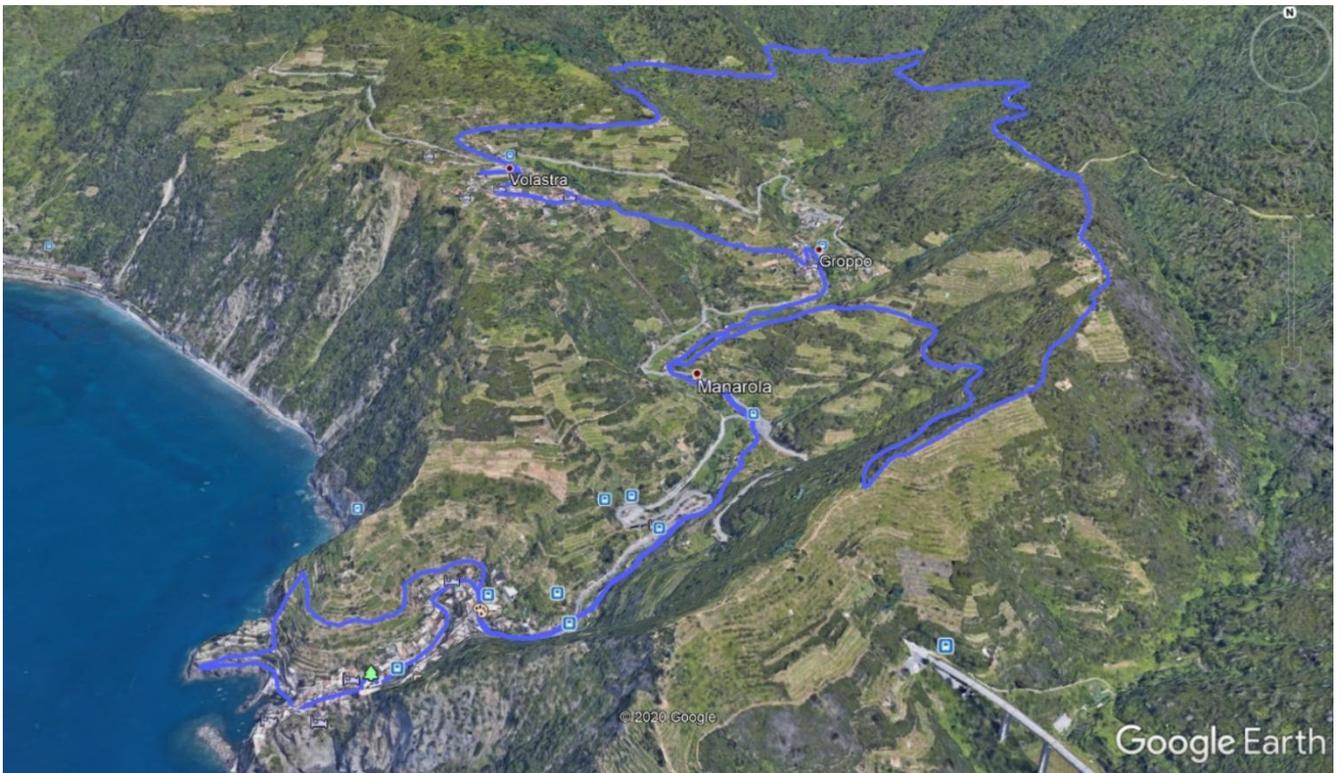
Da Punta Bonfiglio, si rientra a fil di costa, lungo la passeggiata a mare che converge verso l'approdo del paese. In seguito risaliamo verso l'interno, fino a ritrovare il tunnel che riporta verso la stazione ferroviaria.

Un consiglio: utilissimi nei tratti in salita e in discesa dei bastoncini telescopici per ammortizzare la fatica nei tratti con scalini

Riferimento cartografico: carta dei sentieri delle Cinque Terre - FIE – scala 1:15.000

Verifica itinerario: dicembre 2020





© 2020 Marco Piana