



Tratta 1 da Lerici a Bocca di Magra

Lunghezza complessiva	9,7 km
Tempo di percorrenza	3h 50m
Dislivello totale	406 m
Percentuale percorso in salita	52,1 %
Percentuale percorso in discesa	47,9 %
Percentuale sentiero su fondo naturale	40,5 %
Percentuale sentiero su asfalto	12,9 %
Percentuale sentiero su selciato	46,6 %
Percentuale sentiero su altro tipo di fondo	0%

Profilo altimetrico



Descrizione generale:

La tappa si snoda quasi interamente all'interno del territorio del Parco Regionale di Montemarcello - Magra - Vara. Si sale dolcemente sino al borgo della Serra, dopodiché il percorso prosegue sulla mezzacosta, con splendide viste sul litorale ed il Golfo della Spezia. Il paesaggio vegetale è vario, e va da una rigogliosa macchia mediterranea, ai coltivi a prevalenza di olivo, ai boschi di leccio e di pino d'Aleppo. Brevi deviazioni permettono la visita al borgo di Tellaro, spettacolarmente proteso sul mare, ed alle splendide calette di Fiascherino. Giunti al paese di Montemarcello, la vista si apre sull'ampia vallata del Magra, e, con una ripida discesa, si guadagna velocemente il borgo di Bocca di Magra.



Descrizione del percorso



Lerici

Il Sentiero Liguria transita per il nucleo storico posto attorno al Castello.

"L'antico «Mons Ilici» fu acquistato dai genovesi nel 1152 e conquistato nel 1241 da Pisa; dopo tredici anni tornò a Genova. Il maestoso castello domina il mare dall'alto di una scogliera. Costruito dai pisani, fu ingrandito e fortificato dai genovesi, che vi aggiunsero la torre pentagonale (secolo XVI) e la cinta esterna di mura (secolo XVII); è una struttura militare fra le più complesse e meglio conservate della Liguria".

Fonte: www.touringclub.it

Lasciamo Lerici attraverso la Via Tagliata, risalendo il nucleo originario che attornia il Castello. Si tratta di un breve percorso di crinale (463c) che ci porta ad intersecare la strada per Tellaro, in corrispondenza del bivio per Maralunga. Qui prestare attenzione a non proseguire in salita (n°463) ma a procedere per poche decine di metri sulla carrozzabile per Tellaro e quindi connettersi al sentiero di mezza costa n°433, in direzione della Serra. Il tratto di costa tra Lerici e Tellaro è tra i più belli della Liguria, caratterizzato da un susseguirsi di piccoli promontori e calette, che il nostro percorso permette di ammirare dall'alto. Giunti in prossimità della Serra il Sentiero Liguria devia all'interno del centro storico del paese (consigliato prolungare la passeggiata risalendo il carugio principale), anche per apprezzare il magnifico panorama che si gode dal piazzale ai piedi del borgo.



SIC "Costa di Maralunga"

Sito costiero con bosco di *Quercus ilex* in buon stato di conservazione e rupi costiere difficilmente accessibili e relativamente poco disturbate. Notevole è l'interesse paesaggistico. Il sito ospita habitat prioritari (6210 *Formazioni erbose secche seminaturali e facies coperte da cespugli su substrato calcareo (Festuco- Brometalia)* (*stupenda fioritura di orchidee)) e vari taxa protetti ai sensi di direttive/convenzioni internazionali.

Fonte: www.ambienteinliguria.it

Dalla Serra si prosegue sulla mezza costa ed il facile percorso ci permette di apprezzare ancor meglio il tipico paesaggio olivato. Infatti, nonostante la natura rocciosa del terreno e l'assenza di strade di penetrazione rendano difficile la coltivazione, in molte aree si è attivata un'importante azione di recupero. Il paesaggio agrario che ne deriva è particolarmente affascinante per la sua arcaicità e la compenetrazione con la componente naturalistica.

Si prosegue rimanendo alti su Tellaro, il magnifico borgo che risulta comunque facilmente raggiungibile attraverso più di una deviazione che incontriamo lungo il percorso. Il Sentiero Liguria transita invece per gli affascinanti borghi abbandonati di Portesone e Barbazzano, in direzione di Zanego.

Zanego rappresenta un importante snodo della viabilità pedonale: in direzione nord si diparte il percorso di crinale verso la Rocchetta (AVG); a est il n°424 connette al borgo storico di Ameglia; noi seguiamo invece in direzione sud-est (n°433), verso Montamarcello.



SIC "Montemarcello"

Notevole importanza ha il netto contrasto vegetazionale tra i versanti rivolti al mare e quelli rivolti alla Valle del Magra (più freschi) ed il contrasto tra aspetti di elevata naturalità e aree agricole (uliveti). Diverse specie vegetali si trovano presso il limite NE della loro distribuzione o in stazioni insolitamente vicino al mare. La contiguità con un sito a carattere fluviale e la morfologia di promontorio proteso sul mare aumenta notevolmente la ricchezza dell'ornitofauna.

Fonte: www.ambienteinliguria.it

Proseguiamo sull'antica mulattiera che collegava Tellaro e Lerici a Montemarcello, dotata di un magnifico selciato in pietra calcarea; si attraversano uliveti, in parte coltivati, in parte abbandonati, ed in alcuni casi già sostituiti da boschi, soprattutto a leccio e a pino d'Aleppo. Quando ci si affaccia sul ripido versante interno al Golfo (come alla Valle della Marossa), la natura prende il sopravvento: magnifiche pinete cingono gli imponenti ravaneti che degradano verso il mare. Siamo nel cuore del SIC "Montemarcello": è il regno delle piante della macchia mediterranea e della gariga, dove abbondano le piante aromatiche (timo e elicriso su tutte) e altre suffruticose (splendide le fioriture primaverili di *Cistus albidus*). Queste falesie rappresentano anche l'habitat preferito del falco pellegrino, come anche dei corvi imperiali.



Montemarcello

Secondo la tradizione sembra che il nome risalga all'epoca romana, ricordando la vittoria riportata sui Liguri dal console Marco Claudio Marcello nel 155 a.C.. L'influenza romana è ben visibile nella struttura urbanistica del paese con le sue vie che tagliano a angolo retto a ricordare un accampamento militare ("castrum").

Fonte:

www.comune.ameglia.sp.it

Proseguendo sul sentiero n°433 si giunge sulla sommità del Caprione (così viene anche chiamato il promontorio che separa il Golfo dalla parte finale della Val di Magra), un altopiano carsico contraddistinto da numerose ed ampie doline, per lo più trasformate in coltivi.

Arrivati a Montemarcello si entra in paese in corrispondenza dell'antica Parrocchiale di San Pietro, se ne percorre il perimetro in modo da reinserirsi sul percorso dell'AVG e si attraversa quindi tutto il borgo in direzione sud est, verso Bocca di Magra. Prima di lasciare Montemarcello, una breve deviazione ci permette di raggiungere il punto panoramico di Punta Corvo (seguire solo il primo tratto del sentiero n°436, proseguendo il quale, con un ripido e impegnativo sentiero, si raggiungerebbe la spiaggia di Punta Corvo).



Villa Romana di Bocca di Magra

La residenza di Bocca di Magra si ascrive nel novero delle *villae maritimae*, cioè quelle dimore lussuose che vengono edificate in zone paesaggisticamente pregevoli, con affacci sul mare.

Le fasi edilizie si collocano in un arco cronologicamente esteso che, a partire dalla metà del I secolo a.C., arriva fino al IV secolo d.C. Il nucleo meglio conservato è relativo a un impianto termale dislocato nell'ala orientale della villa.

Fonte: www.archeoge.beniculturali.it

Il sentiero per Bocca di Magra è un'ampia mulattiera (a tratti ancora dotata dell'antico selciato) che interseca più volte la strada carreggiabile, all'interno di un paesaggio ancora caratterizzato dalle pinete di pino marittimo. In questo tratto il Sentiero Liguria coincide con l'AVG, alla cui segnaletica bisogna fare riferimento. In vicinanza di Bocca di Magra si transita dapprima di fianco al Monastero del Corvo e quindi alle spalle del sito archeologico della Villa Romana.



Bocca di Magra

Il percorso termina alla foce del Magra, compresa tra i due centri abitati di Bocca di Magra e Fiumaretta. La foce rappresenta anche il confine tra la costa alta (che contraddistingue il paesaggio ligure) e quella bassa tipica della piana alluvionale del Magra e della Versilia.