



Tratta 19 da Finalborgo a Noli

Lunghezza complessiva	19 km
Tempo di percorrenza	6h
Dislivello totale	630 m
Percentuale percorso in salita	
Percentuale percorso in discesa	
Percentuale sentiero su fondo naturale	67 %
Percentuale sentiero su asfalto	32 %
Percentuale sentiero su selciato	1 %
Percentuale sentiero su altro tipo di fondo	





Descrizione generale:

questa tratta, ricca di emergenze storico-naturalistiche, consente di godere di vedute spettacolari sulla costa. Da Finalborgo si raggiunge il lungomare di Finale Marina per proseguire, sempre sul lungomare, sino a Finalpia. Da qui, tra fasce coltivate e macchia mediterranea, si prende il sentiero che sale al paese di Verzi. L'itinerario, dominato dall'imponente Rocca di Corno, attraversa la Val Ponci e permette di ammirare i resti dei 5 ponti edificati in epoca romana lungo l'antica via Iulia Augusta. Risaliti all'altipiano delle Manie, nei pressi della Chiesa di S. Giacomo si imbocca la discesa che porta al pittoresco borgo di Varigotti. Si prosegue poi percorrendo il percorso del Sentiero del Pellegrino che, regalando panorami mozzafiato, attraversa il promontorio di Capo Noli fino a giungere a Noli, cittadina di origine romana con un illustre passato di repubblica marinara.



Finalborgo

E' uno dei tre nuclei che costituiscono il comune di Finale Ligure. Caratteristico borgo medioevale è stato recensito come uno dei borghi più belli d'Italia.

Imponente la fortezza di Castel S. Giovanni che fu costruita intorno al 1600 e da allora continua a dominare il borgo.

Interessanti e degni di nota anche molti altri palazzi, tra cui ad esempio la Basilica di S. Biagio.

Descrizione del percorso

Dal caratteristico borgo medievale di Finalborgo, la tappa 19 inizia percorrendo via Brunenghi che porta verso il mare e Finale Marina. Al termine di questa trafficata arteria cittadina si raggiunge la tranquilla e piacevole passeggiata a mare, che si segue sino ad arrivare a Finalpia.

Arrivati a Finalpia, e precisamente in Piazza Bandiera, si inizia a seguire il percorso contrassegnato con il segnavia "rombo rosso vuoto".

L'itinerario sale dapprima in mezzo a villette e fasce coltivate per poi entrare in piena macchia mediterranea, fino a raggiungere, dopo un tratto discesa, l'abitato di Verzi.

Attraversato il paese, si prosegue lungo l'itinerario che attraversa la Val Ponci. Il percorso è piuttosto piacevole e dominato dall'importante presenza di Rocca di Corno. Lungo la via si incontrano ancora i resti dei ponti romani che furono costruiti lungo l'antica via Iulia Augusta.

Giunti presso il ponte delle Voze si prende il sentiero a destra che, in salita, porta sino all'altipiano delle Manie. Raggiunto l'altipiano si incontrano, prima un ristorante e poco dopo la Chiesa di S. Giacomo. Dalla Chiesa si prosegue in piano lungo una carreggiabile sterrata che sbuca sulla strada provinciale. Si prosegue sulla destra e, seguendo per un breve tratto la strada asfaltata, si arriva nei pressi del campeggio "La Foresta".



Val Ponci

La valle era anticamente percorsa dalla via Julia Augusta per evitare le asperità della costa.

Ancora oggi sono visibili i resti di cinque ponti romani: il ponte delle Fate, ponte Sordo, il ponte delle Voze, il ponte dell'Acqua ed il ponte di Magnone.

I primi tre, che sono anche i meglio conservati sono visibili percorrendo la tratta del Sentiero Liguria, lungo una valle che oltre ad essere importante dal punto di vista archeologico risulta essere un'oasi di pace e tranquillità.

Attraversata la pineta, con il sentiero contrassegnato dal segnavia "due quadrati rossi", si arriva in breve alla discesa che porta a Varigotti.

Giunti in paese si prende a sinistra e si segue la via parallela alla via Aurelia; dopo poche centinaia di metri si imbecca la strada che porta all'attacco del "Sentiero del pellegrino", utilizzato in passato dai pellegrini che lo percorrevano per spostarsi tra Varigotti e Noli.

Il tratto è certamente tra i più belli e spettacolari di tutto l'arco ligure e, risalendo verso Capo Noli, regala paesaggi mozzafiato su Varigotti e la Baia dei Saraceni.

Sul percorso che porta a Semaforo (Capo Noli) si incontrano i resti della Torre delle Streghe, antico punto di confine tra Noli ed il Marchesato di Finale. Secondo la leggenda le "streghe" erano le donne di Varigotti. Sicuramente la torre era un punto di avvistamento e di difesa utilizzato per secoli dagli abitanti della città di Noli.

Poco più avanti si raggiunge Capo Noli (dove oggi è presente una caserma dei Carabinieri) e da qui, con una breve deviazione, è possibile raggiungere la "Grotta dei Falsari" da dove poter godere di un notevole panorama sulla costa sottostante. Successivamente scendendo verso Noli si incontrano i resti di alcune Chiese e luoghi un tempo utilizzati come ricoveri dei pellegrini fino a raggiungere il caratteristico borgo di Noli: cittadina di origine romana dall'importante passato marinaro e oggi attrezzato centro turistico.



Le Manie

Sono un altipiano apprezzato dagli amanti dell'outdoor. Trekking, MTB e parapendio sono solo alcune delle attività che si possono praticare. Nella zona sono presenti anche diverse grotte: le più importanti sono l'Arma delle Fate e l'Arma delle Manie nei pressi della quale passa anche il Sentiero Liguria.



Varigotti

Frazione del comune di Finale Ligure è una meta turistica rinomata per le sue spiagge e per la Baia dei Saraceni che sorge ad est del promontorio che delimita il paese.