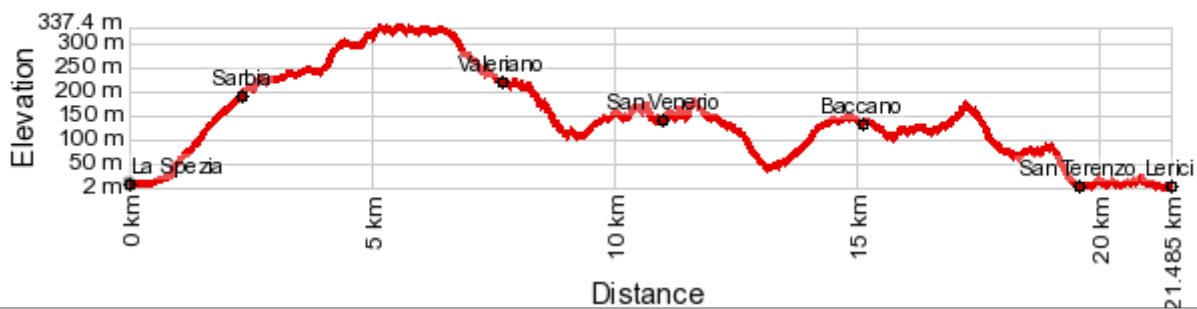




## Tratta 2 dalla Spezia a Lerici

Lunghezza complessiva	21,7 km
Tempo di percorrenza	7h
Dislivello totale	622 m
Percentuale percorso in salita	55,6 %
Percentuale percorso in discesa	44,4 %
Percentuale sentiero su fondo naturale	23,4 %
Percentuale sentiero su asfalto	61,5 %
Percentuale sentiero su selciato	14,2 %
Percentuale sentiero su altro tipo di fondo	1,0 %

### Profilo altimetrico



#### Descrizione generale:

Il percorso della seconda tappa coincide quasi interamente con l'itinerario dell'Alta Via del Golfo, ovvero con il crinale spartiacque che separa il Golfo della Spezia dalla Val di Magra. Ampiamente panoramico, pur attraversando aree relativamente antropizzate, regala inediti passaggi per gli antichi e nascosti borghi collinari: Sarbia (che rappresenta il punto in cui, risalendo dalla città, il Sentiero Liguria s'innesta nell'AVG), Valeriano, Carozzo, San Venerio. Sul finale di tappa, prima di scendere a San Terenzo, consigliabile concedersi la breve deviazione per la spiaggia della Baia Blu ed effettuare il periplo del promontorio di Falconara. Spettacolare l'arrivo a Lerici, attraverso la passeggiata a mare che abbraccia l'intera insenatura.



### Descrizione del percorso

Il Sentiero Liguria utilizza nella parte iniziale della seconda tappa il percorso di Valdellora, ovvero il sentiero n°225 che, partendo in corrispondenza dell'Ospedale Civile Sant'Andrea, percorre Via Mario Asso e, dopo il sottopasso ferroviario, prosegue in Via Volta, dalla quale si distacca per risalire il crinale. Ci s'immerge immediatamente in una dimensione "naturale", transitando per aree coltivate e boschi. Usciti dal bosco, ci si ricongiunge alle mura ottocentesche, per raggiungere in breve il punto panoramico di Sarbia. Si tratta di un luogo privilegiato per interpretare la storia della città della Spezia: i borghi collinari della zona di Marinasco (che contribuirono allo sviluppo della città nei secoli X e XI), le mura, ed i forti ottocenteschi a difesa dell'Arsenale. Da qui, attraverso l'Alta Via del Golfo (AVG), saliamo quindi al Forte di Montalbano, quota 350 m s.l.m., da cui proseguiamo, sempre sul crinale che divide il Golfo dalla Valdurasca, sino al paese di Valeriano.



### Le mura ottocentesche

Nei decenni seguenti l'avvio delle attività del grande Arsenale (1869), furono costruite le nuove mura urbane e i numerosi forti a protezione del Golfo. Oltre alle mura i varchi di accesso in città erano protetti da casematte e postazioni di fucileria e i circa venti forti e batterie tra isole e terraferma costituivano un valido apparato difensivo.

Fonte: [turismocultura.spezianet.it](http://turismocultura.spezianet.it)

Valeriano rappresenta uno snodo importante del Sentiero: il suo crinale che scende verso il Fiume Vara è infatti il percorso più diretto per raggiungere Bottagna ed il ponte per Ceparana, ovvero per congiungersi alla tappa iniziale dell'Alta Via dei Monti Liguri, il grande percorso di crinale appenninico che attraversa tutta la Liguria. Noi continuiamo invece a percorrere l'AVG e, attraverso una bella mulattiera, scendiamo rapidamente verso il valico del Buonviaggio, nei cui pressi transitiamo di fianco all'omonima Batteria Militare. Risaliamo, quasi sempre su asfalto, sino al paese di Carozzo, piccolo borgo medievale che, insieme a San Venerio, impreziosisce questo tratto di cinta collinare. Da San Venerio il percorso prosegue attraverso una strada sterrata, piana e panoramica, che, attraverso oliveti e qualche tratto boscato, ci conduce sino al Passo del Termo (toponimo che richiama il significato di "termine" nel senso di "confine": vi si fronteggiano infatti i territori di Arcola, Spezia e Vezzano).



### San Venerio

Il borgo ricorda nel nome il culto del santo eremita, vissuto tra il VI e il VII secolo, patrono dei fanalisti d'Italia e del Golfo della Spezia. Ai piedi della collina su cui sorge si trova l'antica pieve di San Venerio, edificata su una precedente villa romana, ed un tempo proprietà dei monaci del Tino.

Fonte: [turismocultura.spezianet.it](http://turismocultura.spezianet.it)



Per proseguire l'itinerario, al Termo bisogna attraversare la strada provinciale proprio in prossimità del valico, per riprendere a salire sull'altro versante fino a raggiungere, in località Baccano, il basso crinale che separa il territorio di Arcola da quello del Golfo. Si tratta di un territorio agricolo, vocato tanto alla coltura dell'olivo che della vite (ottimo il DOC Colli di Luni Vermentino prodotto in zona); se ne ha riscontro in special modo al passaggio nei pressi della villa storica "Il Chioso", dei Conti Piccedi Benettini, che conserva al suo interno le cantine ed un antico frantoio.

Da Baccano sino al bivio per Pitelli il Sentiero Liguria non può che proseguire su asfalto, poiché la strada che collega Golfo e Val di Magra coincide con il crinale, cioè la sede dell'antico percorso di collegamento. Sul versante verso la Val di Magra si aprono belle viste sul paese di Arcola.



### **Arcola e la sua torre pentagonale**

La torre pentagonale è detta "degli Obertenghi", perché da questi fatta edificare intorno al X secolo. Alta 25 metri con un perimetro di ugual misura, ha forme architettoniche romano bizantine con elementi pisani, e ci è giunta praticamente intatta attraverso i secoli. La torre costituiva il punto focale del sistema difensivo, essendo situata nella zona più vulnerabile agli attacchi. Visitabile tramite prenotazione (Pro Loco).

Fonte: [www.comune.arcola.sp.it](http://www.comune.arcola.sp.it)

Arrivati al bivio stradale tra Pitelli (consigliata una deviazione per visitare gli antichi carugi interni al borgo) e Forte Canarmino, il Sentiero Liguria prosegue in direzione di quest'ultimo per circa 500 metri e, giunti in località Pin Bon, abbandona l'Alta Via del Golfo per scendere invece lungo il sentiero n°413 che, attraverso un percorso prevalentemente stradale, ci conduce sino al promontorio di Falconara. Qui rientriamo in contatto con i profumi del mare e della macchia mediterranea: consigliabile infatti una breve deviazione al sentiero panoramico nel Parco omonimo, come anche alla spiaggia della Baia Blu (n° 452), attraverso una valletta ancora miracolosamente preservata nei confronti dell'avanzata urbanizzazione della costa.



### **Villa Magni nell'800 (ora Villa Shelley)**

Costruita da Padri Barnabiti, studiosi ed educatori, cambiò più volte padrone, almeno nel corso di questi ultimi due secoli, ma fu sempre luogo di attrazione, visita e soggiorno di poeti e scrittori, come ad indicare il centro ideale di questo golfo non certamente a torto né gratuitamente detto "dei poeti".

Fonte: [www.comune.lerici.sp.it](http://www.comune.lerici.sp.it)

(Fu dimora dei coniugi Percy B. e Mary Shelley).

Da Falconara scendiamo in breve tempo (sempre sul sentiero n° 413) a San Terenzo. Da qui si raggiunge Lerici attraverso la passeggiata a mare, uno dei più classici percorsi pedonali liguri che mantiene tutto il fascino e l'interesse determinato dall'eccellente contorno paesaggistico e dalle reminiscenze storiche e letterarie che caratterizzano il Golfo dei Poeti. A titolo di esempio sono visitabili i Castelli di Lerici (Mueso Geopaleontologico) e San Terenzo, come anche il parco di Villa Shelley.