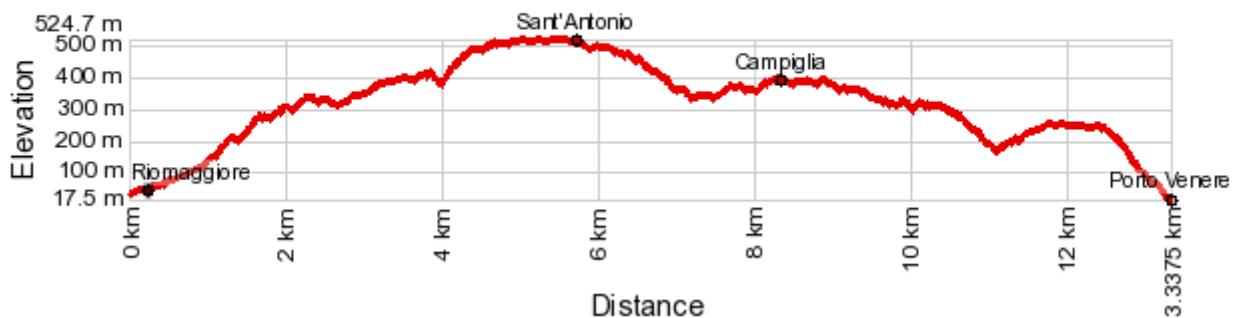




Tratta 3 da Riomaggiore a Porto Venere

Lunghezza complessiva	13,4 km
Tempo di percorrenza	6h
Dislivello totale	665 m
Percentuale percorso in salita	46,6 %
Percentuale percorso in discesa	53,4 %
Percentuale sentiero su fondo naturale	59,9 %
Percentuale sentiero su asfalto	16,2 %
Percentuale sentiero su selciato	23,9 %
Percentuale sentiero su altro tipo di fondo	0 %

Profilo altimetrico



created by GPSVisualizer.com

Descrizione generale:

Tappa di eccezionale interesse paesaggistico, si sviluppa per intero nel Sito Unesco "PORTOVENERE – Cinque Terre e le Isole di Tino, Tinetto e Palmaria". Si transita per l'abitato di Campiglia e brevi deviazioni permettono di raggiungere i piccoli nuclei di Schiara e Monesteroli con le loro tipiche cantine e le spettacolari scalinate che conducono al mare. L'arrivo a Porto Venere regala splendidi scorci, per quanto il percorso risulti impegnativo a causa della ripida discesa. Il trasferimento alla Spezia è previsto via mare (stagione estiva) o bus.



Descrizione del percorso

Risalendo per la via principale del paese, si raggiunge, proprio in prossimità del ponte stradale sul torrente, la cosiddetta Via Grande (segnata come SVA) che sale dolcemente, con un largo giro nella valle, verso la Madonna di Montenero, spettacolare balcone da cui si può osservare al meglio il magnifico paesaggio delle Cinque Terre. La maestosità della scalinata, quasi tutta in pietra arenaria, testimonia del forte rapporto ispirato a devozione degli abitanti nei confronti del proprio santuario di riferimento.



Santuario di Montenero

Secondo un'antica leggenda, tramandata oralmente di generazione in generazione dagli abitanti di Riomaggiore e trascritta poi nel 1865, la sacra immagine conservata presso il Santuario della Madonna di Montenero, raffigurante l'Assunzione della Vergine, sarebbe stata ivi portata al principio dell'alto medioevo da profughi greci in fuga da una persecuzione iconoclasta.

Fonte: www.riomaggiorenelmondo.org

Alle spalle del santuario il percorso continua dapprima su crinale, quindi sulla mezzacosta (dopo il bivio con il n°530, che invece prosegue sulla massima pendenza). Si sale dolcemente, sempre con begli scorci panoramici verso mare, sino al valico del Telegrafo. Qui ci si connette all'AV5T, l'Alta Via che transita lungo il crinale spartiacque tra Val di Vara e riviera, che il Sentiero Liguria utilizza per il breve tratto che ci separa dal valico di Sant'Antonio. Qui s'incontra anche la variante 3v per La Spezia, che si può utilizzare nel caso ci si voglia connettere direttamente all'inizio della tappa 2.

Proseguendo in direzione Porto Venere, a Sant'Antonio il Sentiero Liguria lascia il crinale, utilizzando il sentiero n°504 che scende, dapprima tramite strada asfaltata e quindi attraverso una bella scalinata, verso la mezzacosta di Tramonti, spettacolare balcone con splendide viste sui nuclei di Monesteroli e Schiara.

Attraverso leccete, pinete a pino marittimo e rari lembi residuali di piane coltivate a vite, la splendida scalinata giunge alla Fontana di Nozzano e da lì, seguendo il sentiero n°535, all'abitato di Campiglia.



Tramonti

Territorio incluso nel Parco Nazionale delle Cinque Terre, è accomunato con il resto del parco dall'estesissima sistemazione del territorio a terrazze coltivate a vite. Peculiare invece il sistema insediativo, basato su nuclei abitati stagionali posti sulla mezzacosta bassa, utilizzati soprattutto per la vinificazione dagli abitanti di Biassa e Campiglia (nella foto: *Schiara*).

Campiglia, piccolo borgo a cavallo del crinale, appare come diviso tra due mondi: il fresco e boscoso versante rivolto verso il Golfo, e, verso sud, la costa di Tramonti, calda, soleggiata ed immersa tra i terrazzamenti a picco sul mare. Campiglia è un importante crocevia escursionistico: qui arrivano la mulattiera che risale da Acquasanta-Marola e quella che proviene Biassa (coincidente con l'AVG); da qui parte la magnifica scalinata del Persico, che giunge sino al mare attraversando le strette fasce coltivate a vite.



Il nostro percorso prosegue invece sul crinale in direzione sud est ed abbandona presto l'AVG (che aggira la Castellana sul lato interno al Golfo) per mantenere il percorso lungo costa (AV5T). Il tratto tra Campiglia e Sella Derbi è tra i più spettacolari, perché alto sulle falesie ed immerso nella macchia mediterranea: il regno del falco pellegrino e dei corvi imperiali, del passero solitario e della rondine montana, del gheppio e della poiana.

Da Sella Derbi a Porto Venere AV5T e AVG coincidono: s'incontra dapprima l'asfalto, poi il sentiero che prosegue sulla mezzacosta, versante nord del Muzzerone. Rimaniamo quindi sul lato interno al Golfo, verso il quale si aprono vedute che mostrano dall'alto seni e promontori della cosiddetta "Costa dei Pirati": Panigaglia, Le Grazie, Varignano, Punta Castagna.



Parco Naturale Regionale di Porto Venere

Comprende un insieme di eccezionale valore naturalistico, storico e panoramico. Vertiginose falesie calcaree precipitano nel mare formando tre isole di grande interesse geologico, botanico, zoologico e storico. Sul promontorio complessi architettonici di notevole valore artistico appaiono generati dalla stessa roccia su cui sorgono. È compreso, insieme alle Cinque Terre, nella Lista del Patrimonio mondiale dell'Unesco.

Fonte: www.ambienteinliguria.it

L'arrivo a Porto Venere è per un'impegnativa discesa, tra i colori ed i profumi della macchia mediterranea, ma anche all'ombra di pini e lecci fortunatamente risparmiati, negli ultimi decenni, dagli incendi che tradizionalmente rappresentano invece un cruciale fattore ecologico regolatore. Lentisco, euforbia arborea, elicriso, cisto di Montpellier, mirto, ginestra dei carbonai, ginestra comune, sono solo alcune delle più frequenti specie di suffrutici e arbusti che s'incontrano lungo il cammino.



Castello Doria

Vero modello di architettura militare genovese, consiste in due grandi corpi distinti racchiusi fra muri ciclopici: un "corpo basso" con prospetto e portone d'ingresso principale sul borgo sottostante (parte secentesca, che teneva conto dell'avvento dell'artiglieria) ed un "corpo alto" che incorpora la rimanente struttura cinquecentesca con grande "sala ipòstila" ed un secondo portone d'accesso al sommo di una scalinata.

Fonte: www.prolocoportovenere.it

Porto Venere è forse il sito italiano che più richiama alla mente il concetto di "Porte d'Ercole": una sorta di "finis terrae" cui approdare dopo aver percorso l'intero arco ligure. L'arrivo al sito è spettacolare: si transita a fianco delle mura del paese, che si continuano con quelle del castello Doria. Queste, viste dal basso, dimostrano tutta la loro maestosità, quasi a confrontarsi con quella della natura aspra e selvaggia che ci si para davanti: la falesia a picco



sul mare del Muzzerone (con i suoi pini d'Aleppo miracolosamente abbarbicati), la stessa distesa d'acqua sferzata dal vento perenne, come lo sono i pennacchi dell'ampelodesmo, essenza che testimonia del clima mediterraneo qui particolarmente estremo. La presenza di grossi blocchi di pietra squadrate è la testimonianza della presenza di cave, oggi non più sfruttate.