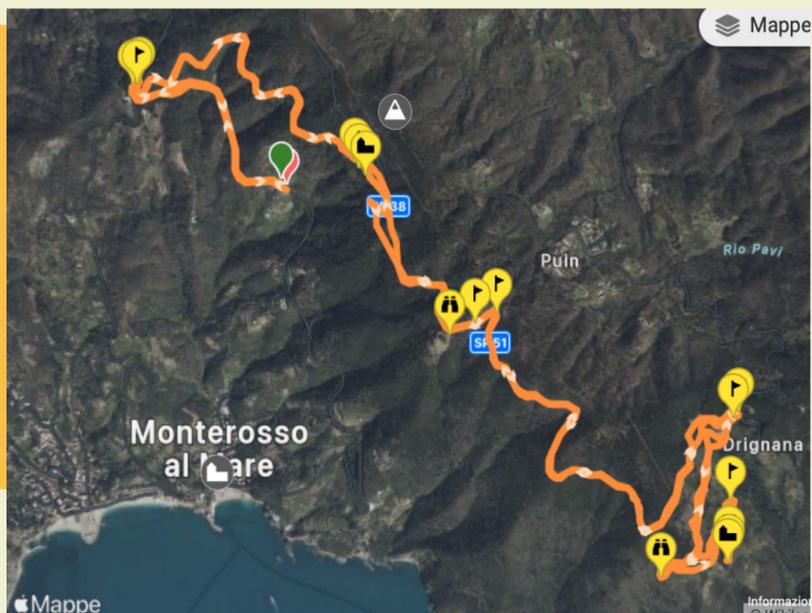


1



Distanza
18,86 km

Dislivello positivo
487 m

Difficoltà tecnica
Medio

Dislivello negativo
487 m

Altitudine massima
544 m

TrailRank
36

Altitudine minima
294 m

Tipo di percorso
Anello

Itinerario dei Santuari

S. MADONNA DI SOVIORE

Il Santuario della Madonna di Soviore è il più antico della Liguria, con la prima menzione del suo edificio risalente al 1225. È possibile che la sua costruzione sia avvenuta in quel periodo o anche prima. Una leggenda antica racconta l'origine del santuario: durante le invasioni dei Longobardi guidati da Rotari, gli abitanti della riviera di levante cercarono rifugio nell'entroterra e, per proteggere una sacra statua in legno della Madonna dal saccheggio, la seppellirono. Si narra che l'immagine sia stata ritrovata un secolo dopo dalla gente del luogo, seguendo il volo di una colomba che indicò il luogo del ritrovamento. Nei secoli successivi, il culto della Madonna di Soviore si diffuse tra la popolazione, come testimonia una lapide del XIV secolo collocata nel presbitero, portando così alla realizzazione della "casa del pellegrino" e all'affidamento della cura dell'ospedale di Monterosso al Mare al rettore e ai massari del santuario. La chiesa ricevette particolare impulso durante la Peste Nera del 1348, periodo in cui venne trasformata in rifugio per i pellegrini.

LECCI SECOLARI

Il piazzale davanti alla foresteria del santuario è delimitato verso il basso da un filare di lecci (*quercus ilex*) centenari. Questi alberi, di grande misura (con un diametro del tronco che oscilla tra i 240 e i 290 cm e un'altezza tra i 120 e i 30 m), sono stati classificati come alberi monumentali.

S. MADONNA DI REGGIO

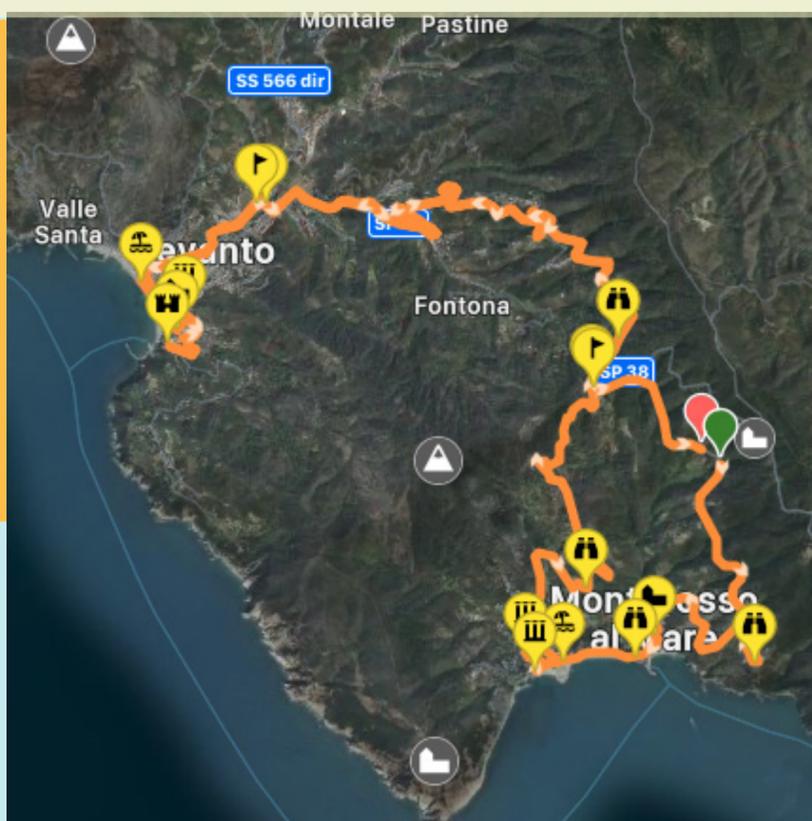
Il Santuario di Nostra Signora di Reggio risale all'epoca romana, precisamente al I secolo a.C., ed è stato un importante punto di snodo durante il medioevo. Qui si trovava l'antico insediamento di Reggio, dal quale, attorno all'anno Mille, ebbe inizio il passaggio di popolazione verso la costa per dare vita al primo nucleo di Vernazza. L'area era probabilmente un antico cimitero pagano, forse risalente al V secolo. La chiesa, sicuramente edificata prima dell'XI secolo sui resti di un antico luogo di culto, i cui resti sono visibili nella cripta, è citata per la prima volta nel 1248 con il titolo di Santa Maria. Un ulteriore documento del 1318 ne menziona il titolo di Reggio. Nel declivio che circonda il piazzale si trovano antiche lapidi. Una di esse, dalla forma scudo, presenta incisioni della croce dei cavalieri di Malta. Non lontano si trova la "colonna del pianto", sotto la quale, secondo la tradizione, è sepolto un cavaliere della famiglia Malaspina, morto in battaglia durante la Crociata e portato da Gerusalemme.

CIPRESSO MONUMENTALE

Addossato al fianco della chiesa è un monumentale cipresso "cupressus sempervirens", alto 23 metri e del diametro di 4 metri, la cui età è stimata in 800 anni, lo rende il più antico della regione Liguria.



2



Distanza
27,03 km

Dislivello positivo
667 m

Difficoltà tecnica
Medio

Dislivello negativo
667 m

Altitudine massima
333 m

TrailRank
36

Altitudine minima
14 m

Tipo di percorso
Anello

Itinerario Monterosso / Levante

MONTEROSSO

Il borgo di Monterosso è stato probabilmente fondato dai sopravvissuti del leggendario Albareto, situato sulle alture e distrutto dai Longobardi nel VII secolo. L'insediamento del borgo si è poi sviluppato alla foce del Torrente Buranco intorno al IX secolo. A causa delle incursioni saracene nei secoli successivi, lungo tutta la fascia costiera, sono state costruite torri di avvistamento per difendersi dai pirati, alcune delle quali sono ancora visibili oggi. Il primo documento che menziona Monterosso risale al 1056 durante il dominio degli Obertenghi. Nel corso dei secoli successivi, Monterosso e le Cinque Terre sono state oggetto di contesa tra Genova e Pisa, fino a quando nel 1254 Monterosso passa definitivamente sotto ai Genovesi.

CHESA S. GIOVANNI BATTISTA

La chiesa di San Giovanni Battista fu eretta tra il 1244 e il 1307 e successivamente rinnovata in stile barocco. Tra il 1963 e il 1964 è stata oggetto di ulteriori lavori di restauro. Questo edificio è un magnifico esempio del gotico ligure genovese. La facciata è costituita da strati alternati di marmo bianco e serpentino verde scuro, con una doppia coppia di colonnine in marmo. Il bellissimo rosone centrale, intagliato nel marmo bianco, è un eccezionale esempio di gotico decorato, attribuito a Matteo e Pietro da Campiglio.

IL GIGANTE

La statua del Gigante fu realizzata nel 1910 dallo scultore Arrigo Minerbi e dall'ingegnere Levacher su commissione dell'avvocato Giovanni Pastine, un discendente di Monterosso proveniente da una famiglia emigrata in Argentina. Dopo essersi arricchito all'estero, l'avvocato fece ritorno alle Cinque Terre con l'obiettivo di diventare senatore del Regno. Acquistò un terreno e fece costruire la sontuosa Villa Pastine, dove venne collocata la statua del Gigante solidamente fissata alla scogliera.

VILLA MONTALE

Il simbolo indiscusso dei soggiorni di Eugenio Montale a Monterosso, vincitore del premio Nobel per la letteratura nel 1975, è la bellissima villa. Ancora oggi è possibile ammirare dall'esterno quella che egli era solito definire "la pagoda giallognola" o "villa dalle due palme", attualmente non accessibile al pubblico in quanto di proprietà privata. Le poesie più legate a Monterosso sono quelle della raccolta "Ossi di seppia", tra cui "I Limoni", "La casa dei doganieri", "Punta del Mesco".

IL CASTELLO DI MONTEROSSO

In cima alla Via Buranco, la strada più antica di Monterosso, si trovano i resti in rovina del castello, che si erge sulla collina che domina il borgo. Originariamente costruito dagli Obertenghi, un'antica famiglia feudale di origine longobarda, per difendersi dai saraceni, il castello fu successivamente ristrutturato dai Doria, dai Fieschi e dai Saporiti, tutti signori genovesi.

CASTELLO DI LEVANTO

L'origine di un castello nel borgo risale al 1165 ed è presumibilmente di proprietà dei Malaspina. Tuttavia, l'attuale monumento è quasi certamente una ricostruzione genovese del vecchio maniero, risalente alla seconda metà del XVI secolo, periodo in cui anche le mura furono ricostruite.

CHIESA DI S. ANDREA

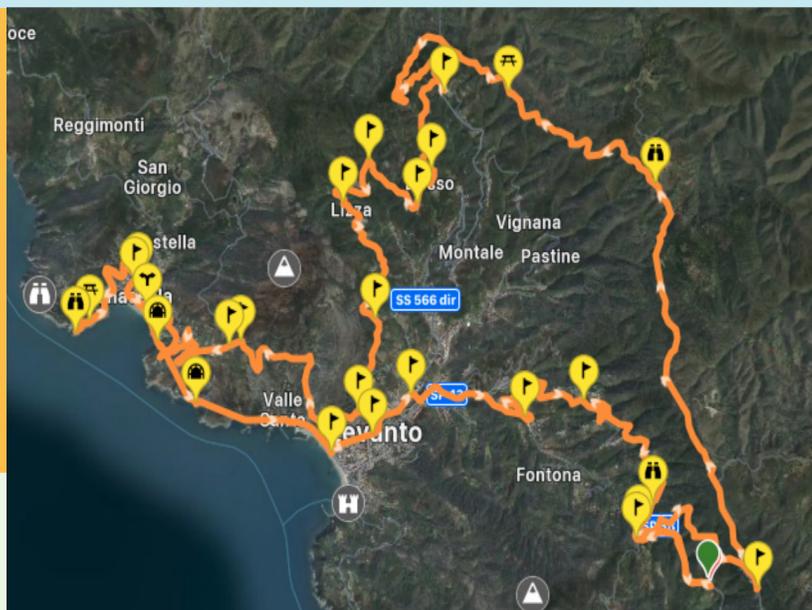
Iniziata nel 1222, la costruzione della chiesa fu consacrata nel 1463. Successivamente l'edificio fu ampliato con l'aggiunta di due navate laterali. La facciata è composta da fasce alternate di marmo bianco di Carrara e serpentino locale. Il crocifisso ligneo risalente al XV secolo, posto all'ingresso, è oggetto di venerazione da parte delle genti del Levante poiché legato alla tradizione popolare che racconta del suo ritrovamento sulla spiaggia di ponente, chiamata per questo motivo Vallesanta.

LA LOGGIA MEDIEVALE

Menzionato già nel XIII secolo, il sito fu ricostruito nel XVI secolo. Dal 20 luglio 2007 la loggia ha ricevuto dall'UNESCO il titolo di "monumento testimone della cultura e della pace". Inizialmente la loggia aveva una funzione commerciale legata al vicino porto canale medievale e successivamente venne utilizzata come archivio comunale fino alla fine del XVIII secolo.



3



Distanza
40,58 km

Dislivello positivo
1.476 m

Difficoltà tecnica
Medio

Dislivello negativo
1.476 m

Altitudine massima
604 m

TrailRank
59

Altitudine minima
1 m

Tipo di percorso
Anello

Itinerario Bardellone, Bonassola (Madonnina della Punta)

BARDELLONE

Molti studiosi concordano sul fatto che il monte Bardellone sia stata la "culla" della civiltà ligure per quanto riguarda la media Val di Vara e una vasta area costiera tra Bonassola e Monterosso. La sua posizione topografica è fondamentale in quanto, situato a forma di anfiteatro, con vista verso il mare, rappresenta il punto di partenza naturale per risalire dalla baia di Levante verso l'entroterra, divide la costa dalle valli interne e permette la comoda connessione di sentieri provenienti dalle valli laterali alla principale strada nord-sud. Albereto era un importante centro antropico dell'antichità, espanso e commerciale, fino alla sua tragica distruzione da parte del re longobardo Rotari nel 643. Lui e il suo feroce esercito saccheggiarono e raserono al suolo ogni villaggio lungo il percorso fino a Genova, che conquistarono rapidamente. Anche dopo la devastazione longobarda, i pochi superstiti - che poi fondarono Monterosso - continuarono a frequentare la zona per sfruttare il territorio, mantenendo così una certa continuità nell'attività umana sul monte.

CICLOPEDONALE MAREMONTI

Il progetto di costruzione di una ferrovia in Liguria risale al 1860 ed è stata tra le più ardue e costose del suo periodo. La sezione tra Sestri Levante e La Spezia è stata particolarmente intricata. La ferrovia doveva adattarsi alle sinuosità della costa per ridurre la lunghezza dei tunnel, che venivano scavati con polvere da sparo e picconi. Inoltre, il trasporto dei materiali via mare doveva tenere conto delle condizioni meteo marine. L'opera è stata completata solamente nel 1874, dopo aver costruito 23 ponti e scavato 51 tunnel, ora percorribili dalla pista ciclabile Framura - Levante. La realizzazione della ferrovia ha permesso ai piccoli paesi della costa ligure di Levante di non rimanere più isolati e di avere un collegamento diretto con il resto del mondo. Se la pista ciclabile Maremonti è stata una vera rivoluzione, la ferrovia che oggi la ospita ha avuto un ruolo ancora più determinante.

MADONNINA DELLA PUNTA

La cappella della Madonnina della Punta si trova a ovest della baia di Bonassola, sulla punta precedentemente chiamata Santa Rosolea. Fu costruita dalla famiglia Poggi alla fine del 1600. Nel 1932 è stata restaurata su progetto di Orlando Grosso e, in occasione di questo restauro, è stato aggiunto il porticato antistante. Situato sul piccolo promontorio, uno degli angoli più caratteristici del paese, offre un'ampia vista panoramica da Punta Mesco al Promontorio di Portofino.

