



# Le Cinque Terre Liguria

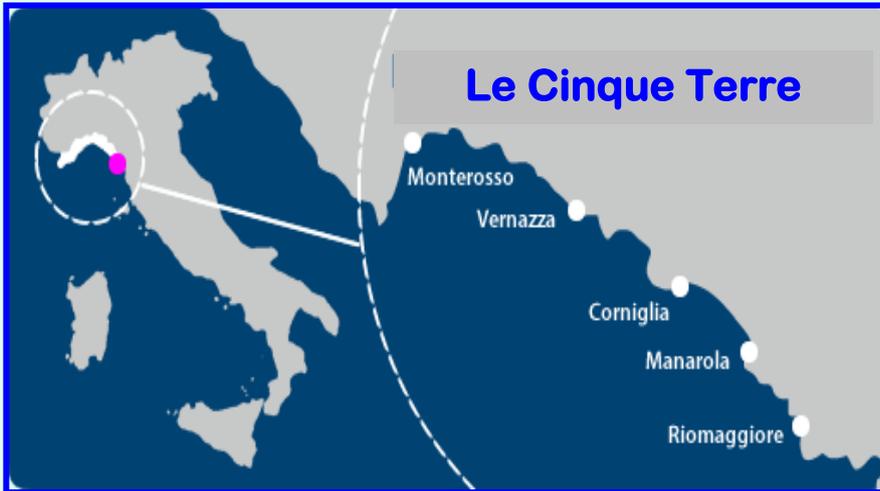


PERIODO: PRIMAVERA-ESTATE

DURATA : 15 giorni c.a.

ALLOGGIO: B&B

MEZZO:



## Le Cinque Terre

Le Cinque Terre hanno un profilo frastagliato lungo le cinque miglia di costa rocciosa racchiuse da due promontori. Speroni di pietra a picco sul mare, minuscole insenature, baie, anfratti, spiaggette tra gli scogli sono la

caratteristica, un paesaggio unico al mondo con mare cristallino. Inoltre, Le Cinque Terre, non sono solo natura, sole e spiagge. I cinque borghi marinari racchiudono piacevoli sorprese nella loro tipica architettura in cui si evidenzia la storia di queste terre. I santuari mariani innanzitutto, collegati tra loro da sentieri e raggiungibili anche in macchina, i resti dei castelli e delle fortificazioni murate eretti per contrastare la minaccia saracena e le chiese nel tipico stile gotico-ligure che le contraddistinguono. Il consiglio che mi sento di dare, per gustare appieno la visita, è quello di utilizzare il treno con il biglietto "giornaliero" che consente di salire e scendere per tutto il giorno. Questo perché nei cinque paesi è quasi impossibile parcheggiare, mentre le stazioni del treno sono all'interno dei paesi stessi e quindi quando si scende in stazione si è già all'interno del borgo stesso. La base di partenza potrebbe essere la stazione di Levanto, che possiede un bel parcheggio dove lasciare la macchina.

### **MONTEROSSO AL MARE**

Monterosso al Mare è il paese più occidentale delle Cinque Terre. A ridosso di colline coltivate a vite ed olivo, Monterosso ha stupende spiagge, scogliere a picco e acque cristalline. La torre Aurora, sopra il colle di San Cristoforo, separa il borgo antico medievale, sviluppatosi lungo le sponde del torrente Branco, ora coperto, da quello moderno e residenziale che si estende lungo la spiaggia. Monterosso Vecchio è dominata dalla mole dei resti del castello obertengo a strapiombo sul mare, le tipiche case





-torri attraversate da stretti carruggi. Nella chiesa di San Francesco sono custodite importanti opere tra cui la Crocifissione, da molti attribuita al Van Dyck. Nel XVI secolo Monterosso era cinta da ben tredici torri, della quali restano tre torri: la rotonda nel castello, la torre medievale, oggi campanile della chiesa di San Giovanni, e la torre Aurora. La spiaggia di Monterosso è la più estesa delle Cinque Terre e perciò il paese ha

una vocazione prettamente turistica. Monterosso ha la maggior ricettività alberghiera delle Cinque Terre e della riviera del levante spezzino. Da segnalare i carruggi del paese vecchio.

## **VERNAZZA**



Vernazza fu fondata intorno all'anno Mille. Il suo nome deriva dalla "Gens Vulnetia", antica famiglia romana alla quale appartenevano gli schiavi che, una volta liberati, fondarono il paese. Un tempo più prospera degli altri paesi delle Cinque Terre, Vernazza ospita elementi architettonici di pregio, come logge, porticati, portali. Il borgo, nobile ed elegante, si sviluppa lungo il torrente Vernazzola, ora coperto, arroccandosi sulle pendici di uno sperone roccioso. Percorsa da ripide e strettissime viuzze che scendono verso la strada

principale che finisce in una piazzetta situata di fronte al porticciolo, Vernazza è punteggiata da costruzioni difensive, case-torri, il Torrione e il castello dei Doria, simbolo dell'importanza economica avuta nell'antichità e protetta dai Genovesi contro i Saraceni e le invasioni barbariche. Il castello dei Doria di Vernazza, proteso sul mare verso il Mesco, oggi appare come un imponente bastione da cui s'innalza una torre cilindrica su un basamento quadrangolare, il Belforte. Vernazza risultava essere paese fortificato già nel 1080. A Vernazza è possibile fare il bagno nei pressi del porticciolo e accanto alla chiesa di Santa Margherita. Lo spazio è esiguo ed è possibile stendere l'asciugamano nella piccola spiaggia del porto, sugli scogli e parte del molo.



## **CORNIGLIA**

Le origini di Corniglia risalgono all'epoca romana, come dimostra il nome, da "Gens Cornelia", famiglia romana padrona del luogo. Corniglia si trova su un promontorio roccioso a picco sul mare, alto un centinaio di metri, dal quale si possono ammirare tutti gli altri quattro borghi delle Cinque Terre. Per arrivarci bisogna salire la caratteristica 'Lardarina', una lunga scalinata di mattoni formata



da 33 rampe e 377 gradini oppure la strada carrozzabile che dalla ferrovia conduce al paese. Più legato al territorio che al mare, Corniglia ha vocazione agricola ed ha una tipologia urbana simile a quella dei centri rurali dell'entroterra, con case più basse, sopraelevate solo recentemente. Il borgo si sviluppa lungo via Fieschi, con le case affacciate sulla via da un lato e dall'altro guardando il mare. Rimangono i ruderi di una rocca risalente al 1556, su una rupe a strapiombo sul mare. La chiesa parrocchiale di

San Pietro si trova situata nella parte alta di Corniglia. L'attuale edificio cominciò a costruirsi nel 1334 inglobando nel fianco settentrionale la facciata di un edificio sacro più antico, antecedente all'anno mille. I Fieschi la vollero in stile gotico ligure, ma lo stile predominante è il barocco. La facciata trecentesca in pietra locale è ornata da una cornice a denti di sega, sorretta da archetti e soprattutto da un prezioso rosone in marmo bianco di Carrara del 1351. L'interno a pianta basilicale a tre navate, è sorretto da una volta a botte barocca. Conserva un fonte battesimale del XII secolo ed un polittico sull'altare in fondo alla navata destra. Corniglia è l'unica delle Cinque Terre a non avere

accesso diretto al mare. Paradossalmente ospita forse la spiaggia più famosa: la spiaggia di Guvano, famosa per i nudisti e negli anni settanta per gli hippy. Posta in un'incantevole baia tra Vernazza e Corniglia, si può raggiungere in due modi. O attraverso il sentiero azzurro (a pagamento: 3 euro) per Vernazza, scendendo a sinistra dopo 10-15 minuti, seguendo una cartello con la scritta "Freebeach" in circa un'ora e quindici minuti. O facilmente dal tunnel della dismessa ferrovia



ottocentesca Genova-La Spezia, ben segnalata dalla stazione di Corniglia. Arrivati ad un cancello di metallo improbabile si suona ad un citofono, il transito nella galleria illuminata ha un costo di 5 euro (che si pagano all'uscita del tunnel) e dura circa 15 minuti. La spiaggia è composta da sabbia e sassi e conserva tutta la sua carica suggestiva. Ci sono altre due spiagge fruibili a Corniglia, più facilmente raggiungibili: lo spiagione di Corniglia e la Marina di Corniglia. Il primo si trova nei pressi della stazione del treno, subito dopo le baracche del Villaggio Europa. La seconda è posta sotto il paese nel versante in direzione Vernazza, raggiungibile con una scalinata dal centro del paese.

## **MANAROLA**

Manarola ha origini molto antiche, fondato dagli abitanti dell'insediamento, forse romano, di Volastra. Il suo nome deriva dal latino "Manium arula", cioè tempio dedicato ai Mani, ma le informazioni storiche finiscono qui per mancanza di fonti precise. Come gli altri paesi delle Cinque Terre, a Manarola è formata da case-torri arroccate su uno scosceso promontorio di roccia scura, con il porto racchiuso tra questo e



lo sperone dove si trova il cimitero. Il borgo si struttura attorno al corso principale, ora coperto del torrente Groppo. Parallelamente si trova la via di Mezzo, che un tempo rivestiva grande importanza nel borgo prima della copertura del torrente, mentre a monte dell'abitato si trova la piazza in cui sono concentrati gli edifici religiosi, tra cui la chiesa di San Lorenzo in stile gotico, l'oratorio dei Disciplinati e la torre campanaria. Curiosa è la piramide bianca in cemento che spunta tra le case, segnale trigonometrico per i naviganti. Il castello di Manarola è oggi del tutto scomparso, se non per alcuni resti di un bastione, probabilmente risalenti a periodi antecedenti il XIII secolo. I ruderi sono inglobati nelle murature che sostengono le case affacciate sulla falesia verso il mare. Si può godere la natura con piacevoli passeggiate rilassanti alla portata di tutti, soprattutto la Via dell'Amore, che unisce Manarola e Riomaggiore, una strada tagliata nella roccia a picco sul mare.



## **RIOMAGGIORE**



Riomaggiore è la più orientale delle Cinque Terre, primo borgo che si incontra arrivando da La Spezia, situato nella stretta valle del torrente Rivus Maior, ora coperto. Strutturato a gradoni come i borghi situati in valli torrentizie il paese risale secondo la tradizione all'VIII secolo, fondato da un gruppo di profughi greci in fuga dalla persecuzione iconoclasta di Leone III l'Isaurico. Le abitazioni, tingeggiate con i tipici colori liguri, seguono lo schema delle case-torri,

sviluppate in altezza su tre o quattro piani, legate le une alle altre in schiere parallele. L'accesso alle case è possibile oltre che dall'ingresso principale, dal retro all'altezza dei piani superiori. Nella parte alta si trova la chiesa parrocchiale di San Giovanni Battista, costruita nel 1340 per ordine del vescovo di Luni. L'oratorio dei Disciplinati è del XVI secolo, mentre dalla parte opposta in posizione elevata vi sono i resti del castello del XV-XVI secolo. Il cinquecentesco oratorio dei Disciplinanti detto anche chiesa della Confraternita dell'Assunta si trova nel rione La Compagnia e conserva all'interno un trittico a tempera raffigurante una "Madonna col Bambino fra i Santi Giovanni e Domenico" della seconda metà del XV secolo e una statua lignea detta Madonna delle catene che ricorda il periodo buio degli uomini del luogo raziati e incatenati durante le incursioni barbaresche. Sulla facciata è murata una lapide in marmo recante la data 1476, a testimonianza delle indulgenze concesse dal Papa Gregorio XIII alla Confraternita. La spiaggia di Riomaggiore si trova all'estremo



orientale del borgo. Passato il tunnel della stazione, si scende fino al porticciolo e si prende poi a sinistra, nei pressi dell'attracco dei traghetti delle Cinque Terre. Seguendo l'unica strada accanto alla scogliera a picco si giunge alla spiaggia sassosa, sovrastata dal Centro di Osservazioni Naturalistiche di Torre Guardiola. La spiaggia è abbastanza ampia e molto suggestiva. È dotata di docce, ma non ha servizi di vigilanza e con il mare mosso può essere pericoloso fare il bagno, soprattutto per i grossi sassi che si trovano sulla riva. Un'altra spiaggia stupenda,



irraggiungibile via terra per lo stato del percorso, ormai molto pericoloso, è la spiaggia del Canneto, tra Punta Castagna e Punta del Cavo. Ci si arriva solamente via mare ed ha la particolarità di avere una cascata naturale di acqua dolce che scende dalla collina come una doccia naturale. A Riomaggiore ha inizio la Via dell'Amore, fino a Manarola, una strada pedonale molto suggestiva, dove si ammirano splendidi paesaggi, tra il rumore delle onde che si infrangono sugli scogli e l'aria salmastra.



## **CONSORZIO TURISTICO CINQUETERRE**

Il Consorzio Turistico Cinque Terre nasce nel 1996 per assistere e favorire gli operatori economici che operano nel settore turistico nel comprensorio delle Cinque Terre. Si propone di tutelare e migliorare l'immagine del territorio e la qualità dei servizi di ospitalità attraverso la realizzazione del marchio "Cinque Terre", già registrato e depositato, a garanzia della tipicità del prodotto turistico offerto. Al fine di promuovere e commercializzare sul mercato l'offerta turistica "Cinque Terre", si offre come punto di riferimento per gli operatori turistici della domanda italiana ed estera attivando la gestione dei servizi in loco che migliorino la fruibilità turistica del comprensorio e stimolando costruttivamente gli Enti e le Istituzioni locali competenti in materia per importanti iniziative del processo di sviluppo turistico, operando - se del caso - in sinergia con essi.



## **PARCO NAZIONALE delle CINQUE TERRE**

Il Parco Nazionale delle Cinque Terre con i suoi 3.868 ettari è il Parco Nazionale tra i più piccoli d'Italia e allo stesso tempo il più densamente popolato, con circa 4.000 abitanti suddivisi in cinque borghi: Riomaggiore, Manarola, Corniglia, Vernazza e Monterosso al Mare. Qui l'uomo in più di mille anni ha "modificato" l'ambiente naturale sezionando gli scoscesi pendii delle colline per ricavarne strisce di terra coltivabili, i cosiddetti ciàn, sorrette da chilometri di muretti a secco. Questo è il vero tratto identitario delle Cinque Terre, con un paesaggio atipico e fortemente antropizzato: ecco perchè è **il Parco dell'Uomo**, un territorio diventato **Patrimonio Mondiale dell'Umanità**. Per secoli i sentieri delle Cinque Terre sono stati l'unico collegamento tra un paese e l'altro e tra questi e l'entroterra. Oggi la rete che si sviluppa per **oltre 120 chilometri** consente di apprezzare e visitare tutto il territorio, attraverso sentieri dalle diverse tipologie. Si ricorda quindi che la percorrenza sui tracciati del Parco nazionale delle Cinque Terre dovrà sempre avvenire in condizioni meteo climatiche buone, con calzature adatte e da parte di persone dotate di buona pratica escursionistica.

## SENTIERO AZZURO



Il sentiero Azzuro è il sentiero più semplice, più famoso e più visitato di tutte le Cinque Terre. È diviso in quattro tratti che **collegano tra di loro tutti i cinque borghi delle Cinque Terre**. Lunghezza totale: 12 km. L'accesso al sentiero è a pagamento, perché molto spesso dopo le piogge autunnali alcune delle sue parti sono chiuse per la riparazione. Il costo varia a seconda del numero di parti aperte, di solito si tratta di 5-7 euro. Fondamentale informarsi prima per eventuali tratti chiusi a causa di franamenti del sentiero.

