



Club Alpino Italiano

sottosezione Vimodrone

Per informazioni e iscrizioni:

sede CAI via Cadorna, 23 - martedì e giovedì dalle ore 21:00 alle 22:30
tel. 377 95 24 964 - www.caivimodrone.it - caivimodrone@gmail.com



Da Sestri Levante a Moneglia (Ge)

Sviluppo: Sestri L. – Punta Manara – Riva Trigoso – Punta Baffe - Moneglia

Dislivello: 620 m in salita e in discesa

Difficoltà: E

Ore di marcia: 5h 15' totali

Sestri Levante - Riva Trigoso: km. 5,5

Riva Trigoso – Moneglia: km. 9,5

Periodi consigliati: da ottobre a maggio

Il fascino della Liguria nei mesi primaverili ci prende ogni anno e non siamo capaci di rinunciare a queste panoramiche camminate.

Quest'anno abbiamo scelto, partendo da Sestri Levante, di scoprire i panorami sul mare, da Punta Manara e da Punta Baffe per arrivare poi a Moneglia.

E' possibile interrompere la gita a Riva Trigoso, o rientrare subito a Sestri Levante con un giro ad anello intorno a Punta Manara.

Partiamo dal centro di Sestri L., dove troviamo la via pedonale interna ricca di negozi che porta il nome di Via 25 Aprile. A metà via raggiungiamo in direzione est, un vicoletto con arco (Vico del Bottone), e subito a sinistra prendiamo Salita Mandrella, dove troviamo una freccia in ceramica che indica "Punta Manara". Inizia qui il percorso escursionistico segnalato con **due quadrati rossi** che ci seguiranno fedeli fino a Punta Manara. Il primo tratto propone la classica croce che passa tra due muri alti, insidiosa per la presenza di umidità, visto che il tracciato si sviluppa quasi tutto in ombra.

Finalmente arriviamo in cresta, ma per godere una bella visuale in direzione mare occorre proseguire per altri 200 metri, fino ad arrivare ad uno stupendo punto panoramico.

Aggiriamo una proprietà privata in località Mandrella ed incontriamo una bella pineta. Più avanti troviamo un trivio. Noi seguiamo dritti in forte salita tra le rocce e i pini. Una panchina ci permette di riprendere fiato ammirando nel contempo la vista verso Sestri Levante e il Tigullio. Dopo una decina di minuti in salita ripida, improvvisamente il sentiero diventa pianeggiante, mantenendo la quota raggiunta di 150 metri. E' questo il tratto più bello e panoramico, dove i pini si alternano ai lecci e persino a qualche albero di sughero. Dopo un lungo sentiero pianeggiante torniamo ad affrontare un'altra ripida salita che giunge sul crinale di Punta Manara (1h di cammino da Sestri L.)

Il sentiero prosegue a sinistra in salita, ma sarebbe un delitto non fare una digressione verso la punta più avanzata del promontorio. Si prosegue così a destra tra gli alberi che lasciano spazio alla vista verso Riva Trigoso. Più avanti troviamo un'area pic-nic e un bivacco chiuso (per le chiavi occorre contattare la Comunità Montana della Val Petronio). Da qui si stacca una scalinata in mattoni che porta direttamente verso i ruderi della torre, dove lo spazio si apre verso Punta Baffe, Riva Trigoso e il panorama fin qui visto verso Sestri L. e il Tigullio.

Tornati sui nostri passi si risale dal bivio precedentemente lasciato, per procedere in decisa salita tra le rocce in direzione di Riva Trigoso. Il sentiero da seguire è quello con **due bolli rossi**, e prosegue tra i pini fino a raggiungere quota 220 metri, la massima di questa parte di itinerario.

Proseguiamo a destra in forte discesa su grossi gradini tra villette e aree coltivate. Velocemente arriviamo all'abitato di Ginestra (125 m), il classico borgo di campagna ben curato e ornato di fiori.

Al civico n° 33 abbandoniamo la mattonata che passa tra le case e prendiamo un sentiero che scende tra gli ulivi. Dopo un vigneto e una scalinata ripida arriviamo nell'abitato di Le Rocche, poco sopra l'abitato di Riva. Scendiamo lungo una scalinata ampia, e dopo un paio di tornanti sbuchiamo sulla strada di collegamento tra Riva e Trigoso. Scendiamo in direzione mare fino alla passeggiata, interrotta in questo

punto da un cantiere navale. L'abitato di Riva è pesantemente influenzato dalla presenza dei cantieri navali che rubano gran parte della superficie di questo litorale. Fortunatamente esistono ancora due lembi di passeggiata che rendono l'atmosfera più vivibile. (ore 2.15 da Sestri Levante)

Da Riva a Moneglia.

E' uno degli itinerari classici della Riviera di Levante con **tratti panoramici sul mare e sull'entroterra**. Prima del violento incendio del 2004, attraversava la più bella pineta a pino marittimo della Liguria. Il sentiero più conosciuto e frequentato, parte dal cimitero di **Riva Trigoso** e porta alla torre che faceva parte, come quella di Punta Manara, del sistema di avvistamento a difesa dalle incursioni piratesche realizzato a partire dal XVI secolo. Lasciato a sinistra quest'ultimo si risale ancora un tornante dove la strada si trasforma in sterrato. I segnavia originari sono stati quasi tutti cancellati dall'incendio, in quanto tutta la vegetazione è stata interessata dal fatto doloso. Con alcuni tornanti risaliamo la collina ad est di Riva, in un area precedentemente occupata dai pini marittimi.

Man mano che saliamo si apre la vista sulla vicina Punta Manara, che nasconde dietro di sé il Golfo del Tigullio. Notiamo come questo promontorio risulti isolato rispetto ai vicini rilievi appenninici.

La salita prosegue ora in maniera più regolare e graduale, portandosi più vicina alla linea di costa, dove di tanto in tanto si propongono degli affacci verso il mare. Dopo un tratto in cresta si risale la collina di Punta Baffe, riconoscibile per la presenza di una torre diroccata. La salita è costellata di rocce affioranti, opportunamente levigata nei punti di maggior passaggio. Quest'ultima termina nei pressi della torre, accessibile tramite un sentiero che si stacca a destra, poco prima del manufatto (1h 15' di cammino da Riva Trigoso – quota 270 m).

Dopo una visita alla torre, e uno sguardo al panorama che si apre da qui verso la costa levantina fino a Punta Mesco, un altro sentiero a monte della torre consente di tornare al tracciato originario. Una volta ritrovato il tracciato guadagniamo ancora quota, proseguendo sul crinale occidentale dell'ampio vallone di Vallegrande.

Più avanti troviamo il bivio con il sentiero per il Monte Moneglia, dove sono state posizionate alcune panchine e tavoli per il pic-nic. Proseguiamo a sinistra in falsopiano, sulla testata della Vallegrande. Il tracciato guadagna quota, e raggiunge la quota massima di 350 metri poco prima di guardare il torrente Vallegrande. Siamo a quota 230 metri (2h 15' di cammino da Riva Trigoso).

Ci dirigiamo ora verso Moneglia seguendo il sentiero segnalato col segnavia **una riga e un pallino rossi**. Inizialmente il tracciato passa in mezzo ad un bosco di lecci, dove si intravede l'abitato di Moneglia. In seguito scende verso la campagna che circonda il paese. Alcuni cartelli aiutano a trovare la direzione giusta verso il paese. Dopo aver affiancato una recinzione giungiamo nei pressi di una strada rotabile. Qui termina il sentiero e si procede su strada rotabile fino ad arrivare in centro paese. Basta seguire il segnavia per individuare la strada giusta ai bivi. Un paio di cartelli indicano la via più veloce per la stazione, che passa a fianco dei muri di recinzione del castello. Con una curva a gomito si procede in una crosa dal fondo pietroso sconnesso. Quest'ultima termina nei pressi della via d'accesso alla stazione (3 ore di cammino da Riva Trigoso).