



# Club Alpino Italiano



## COMMISSIONE ESCURSIONI

### Domenica 31 Marzo 2019

## Da Riomaggiore a Portovenere

Siamo all'interno del Parco Nazionale delle Cinque Terre, area riconosciuta dall'UNESCO come Patrimonio Mondiale dell'Umanità. Cammineremo tra aerei terrazzamenti coltivati a vigna che la tenacia dei liguri ha strappato alla montagna per coltivare uve Bosco, Vermentino ed Albarola che danno origine ad un particolare vino passito, lo Sciacchetra il cui nome deriva dalle parole dialettali, sciacca (pigia) e trà (metti da parte).



## PROGRAMMA

Dalla strada che collega La Spezia alle Cinque Terre, poco prima della deviazione che scende al paese di Riomaggiore, ci si incammina lungo il sentiero num. 3 che si inerpicca sulla montagna portandoci nel giro di poco tempo al Santuario della Madonna di Montenegro. La tradizione fa risalire la fondazione di un primitivo edificio religioso all'VII secolo, ma le prime notizie certe sono del 1.335. Dal piazzale del santuario la vista spazia fino a Punta Mesco e, dal lato opposto, fino al promontorio di Portovenere e alle isole del Golfo (Palmaria, Tino e Tinetto). Le poco distanti case della frazione di Lemmen propongono dubbi sull'origine del



toponimo, potrebbe riferirsi all'arrivo di profughi greci nell'VII secolo, sfuggiti alla persecuzione dell'imperatore Leone III, oppure dal latino limen, cioè 'limite', per indicare forse il confine orientale dell'espansione romana lungo l'antico percorso di crinale. Giunti al Colle del Telegrafo si prosegue lungo il sentiero num. 1 e si raggiunge il Valico di Sant'Antonio. Oltrepassata la Cappella, si devia a destra (segnavia num. 4) e si scende verso il mare lungo una mulattiera lastricata, è il sentiero che scende in direzione di Schiara, dopo poco si svolta a sinistra seguendo il sentiero num. 4/b per arrivare a Campiglia, un piccolo abitato rurale d'origine medievale, disposto a semicerchio e affacciato sulla valle di Coregna, sul versante spezzino. Ora il sentiero segue l'Alta Via arrivando al Monte Muzzerone

sulla cui cima sorge un forte ottocentesco. Qui si inizia la discesa verso Portovenere, il sentiero scende nel centro dell'abitato mostrandoci dall'alto il castello di Portovenere e la chiesa di San Pietro. In breve tempo arriveremo ai piedi del Castello e scenderemo rapidamente nella piazzetta centrale. Se il tempo lo permette visiteremo il piccolo e suggestivo cimitero di Portovenere dove è sepolto Walter Bonatti.

**Avvertenze:** è richiesto un abbigliamento adatto ad un'escursione di media montagna; scarponi, zaino, bastoncini telescopici, capo pesante, lampada frontale, cappello, occhiali da sole, protezione solare, borraccia piena, **pranzo al sacco**, ricambio da lasciare in pullman.

**Difficoltà:** E  
**Dislivello:** 700 m circa in salita – 900 m circa in discesa  
**Durata:** 6.00 h circa (escluse le pause)  
**Luogo di ritrovo:** Parcheggio P.zale del Deportato (RE)  
**Orario di ritrovo:** 06.45      **Orario di partenza:** 07.00      **Orario di rientro:** 21.00 circa  
**Mezzo di trasporto:** pullman  
**Cartografia:** Carta Sentieri Provincia della Spezia – foglio n. 2 – scala 1:25.000  
**Capigita:** Cavalchi Giuseppe (335 7384631)

**Gli accompagnatori si riservano la facoltà di apportare modifiche al programma sopra descritto.**

**Prenotazione obbligatoria presso la Sede entro mercoledì 27 Marzo.**

La partecipazione comporta la conoscenza integrale e l'accettazione del presente programma e del Regolamento Sezionale disponibile sul sito [www.caireggioemilia.it](http://www.caireggioemilia.it).

**CAI - SEZIONE DI REGGIO EMILIA**

Viale dei Mille 32, Reggio Emilia - Tel. 0522 436685 – 0522 1935187 - cell. 393 9171764 (attivo solo negli orari di apertura)  
email [attivitasezionali@caireggioemilia.it](mailto:attivitasezionali@caireggioemilia.it) - [www.caireggioemilia.it](http://www.caireggioemilia.it) - facebook CAI Sezione di Reggio Emilia  
Orari di apertura: mercoledì dalle 19.00 alle 22.00, giovedì e venerdì dalle 18.00 alle 19.30; sabato chiuso