



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Sesto San Giovanni
via Giardini, 8 - tel. 02-2426875 e-mail:caisesto@tiscali.it www.caisestosg.it

Alpinismo Giovanile

Notiziaro: **Ottobre 2022**



Domenica 16 Ottobre

Tutti al mare! Tutti al mare!

Questo è il CAI che non ti aspetti ☺

Percorreremo il sentiero che porta da Levanto a Monterosso al Mare.

I nostri ragazzi avranno così la possibilità di guardarsi intorno e ammirare la bellezza delle 5 Terre, delle montagne sul mare e le spiagge.

Se il tempo e la temperatura lo permetteranno, proveremo anche bagnare i piedi nell'acqua e i più temerari potranno fare il bagno.

Quindi serviranno: energia, curiosità, goliardia, predisposizione allo iodio, scarponcini da trekking, costume da bagno e crema solare!

Vi aspettiamo numerosi per questa escursione con "vista mare"!



DOVE ANDREMO

Sentieri lungo la costa e sui monti, sapori di mare e di entroterra che si mescolano, rappresentando perfettamente la tradizione ligure. Il tutto circondato dalla rigogliosa macchia mediterranea: **Levanto** è il mix perfetto per chi ama il mare, il dolce clima mite e le **camminate in mezzo alla natura**. Il borgo è il punto di partenza perfetto per **visitare le Cinque Terre**, tanto da essere spesso chiamato “la porta delle Cinque Terre”.

In questa meravigliosa location, il **trekking** è all’ordine del giorno e il **sentiero Levanto Monterosso** è indubbiamente uno dei preferiti nella zona. Il modo ideale per godersi al massimo il Parco Nazionale delle Cinque Terre.

Il **percorso escursionistico da Levanto a Monterosso** è probabilmente uno dei più belli dell’intero territorio ligure. Non si tratta di una camminata particolarmente impegnativa, anche se bisogna fare attenzione al fatto che per la maggior parte è completamente esposta al sole. Si tratta di un **sentiero** di circa **7 km** di lunghezza. Il dislivello è piuttosto semplice da affrontare, a patto di essere un minimo allenati.

Il **punto di partenza** è semplice da individuare: dovete percorrere il tratto costiero lungo la passeggiata fino al castello. A questo punto si possono riconoscere subito i cartelli con le classiche **indicazioni bianche e rosse** che ci guideranno lungo l'escursione. Inizialmente il sentiero si inerpica per **mulattiere panoramiche** e vie ciottolate, che man mano diventano sempre più sterrate.

Come in ogni parte della **Liguria**, bisogna affrontare qualche **dislivello**.

La fatica è però ripagata dalla meravigliosa macchia mediterranea che si attraversa: pini marittimi e querce sempreverdi come il leccio e il lentisco. Il tutto condito da bellissimi scorci sul mare. Nel primo tratto **il sentiero domina dall'alto la cittadina di Levanto**.

Ad un certo punto incroceremo la strada statale. Da lì si procede verso destra, seguendo le **indicazioni** che portano a **Punta Mesco**, vetta da cui si possono scorgere tutti e cinque i **borghi delle Cinque Terre**: nelle giornate di cielo limpido, è possibile infatti scorgere Monterosso, Vernazza, Corniglia, Manarola, Riomaggiore.

Una volta attraversato il **boschetto**, la vegetazione si fa meno rigogliosa. Ben presto si arriva ad un **bivio**. Qui si hanno due scelte: prendere il sentiero di sinistra e scendere subito verso il borgo di Monterosso oppure proseguire dritto per qualche minuto e giungere in un luogo di culto antichissimo. Si tratta dell'**Eremo di Sant'Antonio del Mesco**, di cui rimangono solo poche rovine: i resti di un'abside romana, un brandello di muro, un portale a ogiva. Questo è tutto ciò che rimane di questo antico edificio di culto, che i monaci agostiniani fondarono presumibilmente intorno al **XIII secolo**. Esso è stato edificato in una posizione strategica: esso domina un arco costiero dal quale sono visibili il [Promontorio di Portofino](#) e tutto quello delle **Cinque Terre**, fino a [Portovenere](#).

Successivamente prenderemo il **sentiero per Monterosso** e procedendo sempre in **discesa**. Ma non ci lasceremo ingannare! I veri sportivi sanno bene come la discesa sia spesso più faticosa rispetto alla salita).

La strada è abbastanza in pendenza e termina con dei **gradini** (abbastanza alti) che conducono direttamente nel **centro di Monterosso**.

LEVANTO



Levanto non è solo la porta delle Cinque Terre. Ne è l'ideale complemento.

Con il suo centro storico che pulsa di storia e di leggende, i suoi palazzi rinascimentali e le sue vie senza tempo. E poi mille profumi: quello del mare, che soffia da **punta Mesco**, quello di focaccia e di succulenti piatti di pesce che si spande per i *caruggi*, quello di funghi, basilico e more, di vino pregiato.

Il consiglio è di passeggiare per via Garibaldi. La lunga strada pedonale, dove sono stati riportati alla luce gli **antichi colori delle facciate**. Il rosso tenue, il mattone, il giallo ocre, il verde ligure e poi i balconi dipinti e le caricature grottesche dell'inizio '500: tutto vi farà sognare.

Una visita a Levanto non può prescindere da una passeggiata sul lungomare o sulla spiaggia, una delle più grandi della riviera di levante.

D'inverno paradiso per i **surfisti**, d'estate appassionante abbraccio per chi ama il mare. Levanto è famosa anche per le serate concertistiche che si tengono a luglio e ad agosto, in piazza Cavour o sul sagrato della splendida **chiesa di Sant'Andrea**.

Levanto, per finire, è anche una delle capitali del miglior vino della Liguria: una moderna e ben rifornita cantina vi guiderà all'assaggio del bianco "*Lievantu*" e del "*Colline di Levanto*".



MONTEROSSO AL MARE



Monterosso al Mare fa parte del **Parco Naturale delle Cinque Terre**, così come le sue acque appartengono all'**area marina protetta Cinque Terre**.

Il borgo di Monterosso si divide in due parti: **il borgo storico, detto Paese vecchio, e la parte di Fegina**, che è il borgo nuovo, nel quale si trova la stazione ferroviaria di Monterosso.

Il borgo di Fegina è separato dal Paese vecchio dal colle dei Cappuccini, che è possibile attraversare con una galleria scavata sul lungo mare.

Da Fegina parte anche un breve sentiero che conduce al Paese vecchio che si arrampica per il crinale della montagna e attraverso via Bastioni immette nella via delle agavi che conduce fino al convento dei frati Cappuccini.

Statua del Gigante

Anche conosciuta come **statua del Nettuno**. Si tratta di una grande statua in cemento armato in parte caduta a pezzi. Originariamente l'uomo scolpito appoggiato alla roccia sorreggeva un'enorme conchiglia che fungeva da terrazzo con affaccio sull'omonima spiaggia del Nettuno.

Durante i bombardamenti della seconda guerra mondiale, **la statua venne danneggiata e crollò la terrazza** che non fu più ripristinata. La statua del Gigante venne costruita nel 1910 secondo un progetto dell'architetto Francesco Levacher realizzato da Arrigo Minerbi. Aveva un peso di circa 170 tonnellate distribuite sulla sua altezza di 14 metri.

Villa Montale

Sulle prime pendici del Mesco si trova la villa del poeta Eugenio Montale, premio Nobel per la letteratura nel 1975. La villa estiva di famiglia, costruita in stile liberty nel 1880, era detta Villa delle Due Palme o come veniva chiamata dal poeta stesso, la Pagoda Giallognola.

Montale stesso disse: "Quella di Monterosso è stata una stagione molto formativa, però ha anche costituito l'avvio all'introversione, ha portato ad un imprigionamento nel cosmo". Le poesie più legate al borgo sono racchiuse in "Ossi di seppia", nello specifico I Limoni, La casa dei doganieri, Punta del Mesco.

Oggi la villa è proprietà privata, parzialmente riadattata come struttura ricettiva.

Monterosso ha omaggiato il poeta con il Parco Letterario Eugenio Montale, nato per i 40 anni della concessione del premio Nobel. Si tratta di un percorso guidato tra terrazzamenti a picco sul mare e il cimitero, dove riposa la tomba di famiglia.

Scoglio di Fegina

Grande scoglio posto a pochissimi passi dalla fine della spiaggia. Come riportano i cartelli apposti nei dintorni è vietato scalarlo o utilizzarlo per fare tuffi nell'acqua ancora troppo bassa. Anche **conosciuto come i "faraglioni"** a causa della sua spaccatura in due pezzi, nella quale rimbalza l'acqua che vi si scaglia contro.

Torre Aurora

A metà strada tra i due borghi non si può notare la suggestiva **Torre Aurora, a strapiombo sul mare**, che attualmente ospita una residenza privata. Questa torre è il segno di una storia movimentata, dove gli scontri erano frequenti e dove il castello che si trovava anticamente su Monterosso al Mare rappresentava una forma difensiva per l'abitato. Altre torri sono sparse per il centro storico, come una torre medievale nel borgo antico. La torre si allunga sul promontorio del Colle di San Cristoforo e **venne costruita durante il XVI secolo per proteggere la repubblica genovese dagli attacchi saraceni** che si facevano via via più frequenti.

Il Bunker della Seconda Guerra Mondiale

Proprio al di sotto di Torre Aurora si trova una **strana costruzione arrotondata: un bunker**. Percorrendo il breve sentiero che la separa dal bunker ci si potrà arrivare piuttosto vicino, ma non è possibile entrarci. Siamo davanti al bunker **costruito durante la seconda guerra mondiale** in una posizione piuttosto insolita perché scoperta. Probabilmente l'accesso (o la fuga) via mare aveva fatto ritenere buona questa postazione.

La Statua di San Francesco

Sopra a questa parte del lungomare si affaccia la **grande statua di San Francesco d'Assisi** che, accompagnato da un cane, guarda verso la spiaggia. Si può raggiungere la statua di San Francesco attraverso **la passeggiata delle agavi** che, con una piccola deviazione prima di proseguire per la chiesa di San Francesco, porta nel terrazzino su Monterosso nel quale si trova la statua.

Chiesa di San Francesco

Sul colle di San Cristoforo, che divide la parte vecchia di Monterosso da quella nuova sorgono il convento dei Cappuccini e la chiesa di San Francesco. Eretto a partire dal 1619, la costruzione visse periodi duri, come la cacciata dei frati con Napoleone nel 1810. Nel 1894 Don

Giuseppe Policardi, sacerdote del luogo, comprò la struttura, la restaurò e la donò ai Cappuccini.

La chiesa dedicata a San Francesco è molto suggestiva, ad un'unica navata circondata da altari in legno. All'interno si conserva una tela rappresentante la Crocifissione, attribuita a Van Dick, un San Girolamo penitente del Cambiaso ed una Madonna degli Angeli del 1896 di Oldoino Multedo. Sulla destra della chiesa si entra nel suggestivo cimitero, posto dove sorgeva anticamente il castello Doria.

La Chiesa di San Giovanni Battista

Arrivati in Paese vecchio, sulla piazza centrale Don Giovanni Minzoni, c'è la **cattedrale di Monterosso: la chiesa di San Giovanni Battista**. Questa è anche una delle chiese più antiche di tutta la zona: la sua costruzione cominciò nella seconda metà del XIII secolo e si concluse in circa venticinque anni. Ancora una volta la facciata della chiesa è decorata da linee orizzontali bianche e nere e il portone di ingresso è sormontato da **un piccolo affresco che rappresenta il battesimo di Cristo**. Sopra, nella parte alta della facciata, si trova un grande rosone. L'intera chiesa è stata ristrutturata in epoca barocca in stile gotico genovese ed è divisa in tre navate. All'interno è ancora possibile vedere la fonte battesimale del XIV secolo e ammirare gli alti spazi della cattedrale cittadina. **Il campanile della chiesa di San Giovanni Battista risale al XIII secolo ed era stato inizialmente costruito come torre di vedetta** da parte della Repubblica di Genova. Dopo essere stato alzato di qualche metro nel XV secolo, rimase vittima di un terremoto che ne richiese una parziale ricostruzione nel XVIII secolo.

DETTAGLI DI VIAGGIO



Lunghezza del percorso: **Circa 8 km**
Dislivello Positivo: **670 mt.**
Dislivello Negativo: **660 mt.**
Durata del percorso: **circa 3 ore**
Livello di difficoltà: **E** (escursionistico)

APPUNTI DI VIAGGIO

DOMENICA 16 OTTOBRE

- Ritrovo ore **6:40** presso la stazione F.S. di Sesto
 - Partenza da Sesto F.S: ore **7:00 con pullman**
 - Ritorno a Sesto F.S. previsto verso le ore **19**
Aggiungeremo i genitori durante il ritorno se dovessero esserci problemi di viabilità.
 - Pranzo al sacco
 - Costo dell'escursione: **30 Euro**
- I non tesserati avranno un sovrapprezzo di 4 Euro per l'assicurazione.

La quota comprende:

- Il trasporto in pulman
- Il treno da Monterosso a Levanto

- **Equipaggiamento consigliato:** scarponi o scarponcini da trekking, giacca anti-vento, pile, occorrente per la pioggia, berretto, cappello di lana, racchette telescopiche.
- Se il clima lo permetterà, chi vuole potrà provare a fare il bagno, quindi munirsi dell'occorrente.

Consigliamo abbigliamento di ricambio per non rimanere umidi in pullman in caso di pioggia.

Per info:

Andrea 3334269534
Giorgio 3388352326