



ESCURSIONISMO

RIVISTA DELLA F.I.E. - Federazione Italiana Escursionismo

Ente Morale fondato nel 1946 Decreto del Presidente della Repubblica 29/11/1971 n. 1152

Associazione di Protezione Ambientale - Decreto Ministero dell'Ambiente 17/11/2004

Aderente alla Federazione Europea Escursionismo - Europäische Wandervereinigung - European Rambler's Association - Fédération Européenne de Randonnée Pédestre



Campionati Italiani Sci 25 - 26 - 27 marzo 2010



Madonna di Campiglio



**Da Lavagna a Sestri Levante
per "creuze", sentieri e uliveti**

Quante cose é la FIE

Il 5° raduno della FIE



**Campionati di marcia
per associazioni**

**Associazionismo
e volontariato**



DOLOMITI del BRENTA - Patrimonio Mondiale dell'Umanità Unesco

Tariffa Associazioni senza Fini di Lucro "Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in Abbonamento Postale - DL 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 2, DCB Genova"



UN'IDEA PER IL FINE SETTIMANA da Lavagna a Sestri Levante per "creuze", sentieri e uliveti

testo e foto di Maurizio Lo Conti

ZONA DI RIFERIMENTO: La costa del Tigullio.

E' un bel tracciato e si sviluppa in un ambiente in cui l'uomo, nel tempo, è intervenuto sul territorio, trasformandolo in tante terrazze coltivate ad ulivo, albero che s'incontra sul cammino, soprattutto nel primo pezzo fino a Cavi. Inoltre, si hanno vari punti che regalano incantevoli scenari (e molteplici accenni storici) ed è adatto nel periodo invernale, quando l'area è poco frequentata. Durante la gita, si osservano, pure, diversi luoghi di culto, che erano stati edificati nel passato: alcune strutture sono cadute in rovina, altre sono, ancora oggi, perfettamente conservate e utilizzate (ad esempio, Santa Giulia).



Uliveti

TEMPO TOTALE DEL PERCORSO BASE: circa 3h-3h30m (sola andata, soste escluse). I meno allenati possono dividere in due semi-tappe la visita, usando, come fermata intermedia, Cavi di Lavagna, dove c'è la stazione ferroviaria (2h-2h15m da Lavagna a Cavi e 1h-1h15m da Cavi a Sestri Levante).

DASAPERE: L'escursione è facile (T), con un dislivello complessivo in salita di 380 metri: 280 metri fino a Cavi e altri cento per Sestri Levante. L'unico momento, in cui occorre un minimo di prudenza, è dai resti della chiesa di Sant'Anna, quasi all'arrivo, poiché la traccia, in verità abbastanza larga, taglia il versante della montagna, pressoché a picco sul mare. Le stagioni migliori per la gita vanno dall'autunno alla primavera, con meteo buono ed equipaggiamento standard (zaino, scarponcini, abbigliamento a strati, bastoncini...). Nei mesi estivi le alte temperature sono un fattore disincentivante...

SEGNAVIA: Il cerchio rosso pieno della FIE è disponibile fino a Santa Giulia; poi, ci sono delle rare indicazioni con pannelli e cartelli turistici.

ACCESSO STRADALE: Lavagna è raggiungibile in macchina, con l'autostrada A12 e il relativo casello d'uscita. Nel periodo consigliato, non ci sono particolari problemi di posteggio. Il treno è utile per rientrare da Sestri Levante e può essere adoperato anche per l'andata, al posto del veicolo personale.

ITINERARIO: Dalla stazione di Lavagna, si attraversa piazza **Torino** e s'imbocca dritti corso **Mazzini**. All'altezza di "Villa Chiara", si piega a destra per via **Tedisio**. Si ighora via **Camminello** e, da un pilone votivo, si svolta in via **Monte**, con evidente targa per il monte Capenardo (simbolo: cerchio rosso pieno) e Santa Giulia di Centaura (*toponimo che forse ricorda l'esistenza di un presidio militare in epoca romana oppure la sua collocazione in uno spazio aperto*). Si costeggia una strada privata e, in breve, si notano i primi ulivi, sfociando in una pista in piano, con alcune abitazioni. Per pochi metri, si segue l'asfalto, e, poi, si tiene la sinistra, in salita, sfiorando il "Castello e Foti". La creuza, inerbata, è delimitata da una parete, da un lato, e una sequenza di recinzioni che suddividono i terreni, dall'altro. Il viottolo s'inerpica sempre più ripido, mentre il muretto si abbassa e le piante d'ulivi incominciano ad affermarsi. Ora, si gira a destra e si sviluppa in orizzontale, accanto a casette di varie tinte, in via **S. Benedetto**. Dopo una villa, c'è la malridotta cappelletta, intitolata al santo in questione. Adesso, si trasforma in stradina e si snoda in discesa, perdendo circa 30 metri d'altitudine, tra accessi ad appartamenti, proprietà private e alberi, ammantati con le caratteristiche reti nei mesi di raccolta delle olive.



La chiesa di Santa Giulia



Interno chiesa di Santa Giulia

Superato il numero civico n. 11A, si rimonta a destra su ampi gradini (loc. S. Benedetto, 60 m). Si oltrepassano delle deviazioni, non badando a quella per il ristorante “Il gabbiano” e, dai fichi d’india, si prende quota su un acciottolato a larghe lastre centrali. Si continua in mezzo a stretti muri a secco e intanto la rotabile sale sulla sinistra, con una serie di svolte. Si arriva in località Stoppona (164 m) e S. Giulia dista, ormai, solo trenta minuti. Si fiancheggia la carrozzabile e si persevera sul selciato, trascurando una scorciatoia per Cavi (via S. Nicola). Si scavalca l’asfalto, incrociando sulla destra, in frazione Rigone, un’edicola sacra che segnala come “*qui venne ritrovata insigne reliquia di S. Giulia che mano audace gettava nella piana sottostante dopo ripartito il bottino del sacrilego furto consumato nella chiesa parrocchiale la notte del 14 marzo 1911*”. All’altezza della circonvallazione Soriana, ci si dirige su una comoda scalinata che conduce presso il sagrato, che mostra un bel disegno e ciottoli di tre colori diversi (1h-1h15m - 249 m). Ecco cosa si può leggere: “*il culto di Santa Giulia fu diffuso dai Longobardi a seguito della traslazione dei resti della santa nel monastero di Brescia (sec. VIII), per volere di Liutprando, ma il primo documento che cita la cappella di S. Giulia di Lavagna è del 1031... la primitiva cappella diviene parrocchia alla metà del secolo XVI e nell’anno 1654 viene eretta l’attuale chiesa rivolta a mezzogiorno, in un’unica navata di stile*

barocco. Santa Giulia di Centaura è segno della particolare devozione dei mariani...”. L’edificio sacro contiene interessanti affreschi (attribuiti a Piaggio, Mazone e Di Fontana – XVI secolo), un crocifisso ligneo (XIV secolo), le spoglie della Santa, ecc. e nel piazzale antistante, si trova, pure, un monumento in ricordo dei caduti della prima guerra mondiale (qui comincia l’ESTENSIONE GITA). Sotto, c’è un leccio gigantesco (di oltre 300 anni d’età!), due scuole (elementare e materna), una lastra di marmo sulla lotta partigiana (1943-1945) e il panorama sul litorale è davvero magnifico e molto vasto. Terminata la pausa, che consente di visitare con calma il luogo, si attraversa e si scende in via Costa. Il sentiero passa sopra gli uliveti e un piccolo canneto nasconde la carreggiata. Ad una biforcazione, si procede rettilineo, tralasciando il villino “Maria Rosa”. Ci s’innesca su una strada e si piega a destra, per meno di cento metri. Successivamente, si va su un viottolo (numero civico 17b, via Costa), rasentando l’eremo di Santa Cecilia. Si insiste dritti e in discesa, senza considerare una svolta, e si perviene alla cappella in rovina di S. Michele (20’), in antichità oggetto di culto dei Longobardi (la struttura fu danneggiata in modo grave nel XVI secolo ad opera dei corsari barbareschi e ripristinata e tenuta in ordine, fino al XIX secolo, prima dell’odierno decadimento). Ci si immette, poi, su una nuova via (a sinistra) che si abbandona subito, dopo venti/trenta passi, perdendo quota (a destra) con dei gradini, tra la folta vegetazione. Una rete è quasi crollata e il verde tende a chiudere la scalinata. Per fortuna, è un pezzo brevissimo e si riallarga. Evitando una digressione, si cala sempre sulla direttrice principale con muretti, ulivi e, più avanti, belle vedute sul promontorio di Sestri Levante. La pavimentazione è in parte deteriorata (attenzione!) e si lambisce villa Ravano (salita Centaura n. 10). Da qui, si cammina in orizzontale con stupenda vista sulla costa. All’improvviso, si curva a destra e si degrada, incrociando due rotabili. Dalla seconda, si devia a sinistra per la chiesa dell’Immacolata Concezione di Cavi, eretta nel 1757. In



Sentiero dopo Santa Giulia

seguito, si intercetta l'Aurelia (lato monte) e, a sinistra, si entra nell'abitato (30'), dal km 674 della strada statale n. 1. Prima del bar "Borgo", si prende a sinistra via **S. Leonardo**, con un pilone votivo dedicato a S. Antonio, e, poi, a destra via **Milite Ignoto**. Si valica la carreggiata sul torrente Barassi e di fronte c'è la "pedonale S. Anna" che s'impenna e porta su un passaggio, tra alloggi ed ulivi. Al termine, una mulattiera s'innalza, dolcemente, nella boscaglia. Oltre un ponte, si mantiene la destra verso le case e, da un serbatoio (n. 45a), si ritrova la carrozzabile. La si ricalca (a sinistra) per circa 150 metri, fino a che un cancello ne impedisce l'ulteriore accesso. Da lì, si va a destra su un sentierino, con l'indicazione per le rocche di S. Anna. *Le carte della zona, realizzate dal XVI al XVIII secolo, mostrano una semplice mulattiera e solo nel 1793 la Repubblica di Genova ammodernò la viabilità, con grande dispendio finanziario. Ma, nel 1824, era già in disuso a favore di un nuovo percorso.* Si scarta una salita e si transita in piano, quasi a picco sul mare (cautela!). Il colpo d'occhio è notevole e risaltano i ruderi della chiesetta di S. Anna, dove ci sono un paio di panchine, a quota 104 (40'). *La leggenda narra che fu costruita grazie ad un ex voto di un cavaliere francese, salvatosi per miracolo dopo una rovinosa caduta. In realtà, apparve nella cartografia alla fine del XVI secolo ed ebbe la maggiore popolarità intorno al 1650, quando, per la festa di S. Anna, fu organizzata una fiera di nove giorni. Nel 1810, per ordine della Francia Napoleonica, che occupava la regione, furono chiusi molti luoghi di culto, tra cui quello in parola, che così piombò in disfacimento in appena una decina d'anni.* Subito, c'è il bivio per il monte Capenardo, da ignorare, mentre a destra si può scendere, su fondo sassoso e malagevole (nei pressi un tavolino di legno), vedendo un camping, per il centro urbano. Si va, invece, dritti per la valle del Fico (teoricamente marcato con tre punti rossi), attraversando cinque ponti, forse d'origine romana (via Emilia Scauri?), che però, probabilmente, sono solo del Settecento. Con una serie di tornanti si arriva a costeggiare un torrente e si sbucca sull'asfalto. Si è, ormai, all'inizio di Sestri Levante (20') e ci si adden-

tra nella cittadina verso la stazione ferroviaria (da viale **Roma**), dove finisce la gita (15').

ESTENSIONE GITA: Dalla chiesa di Santa Giulia di Centaura, il cerchio rosso pieno si alza, passando per le località Crocetta, case Bertana e Stugie, fino alla vetta del monte Capenardo, a 693 m (circa 1h30m - media difficoltà). In pratica, è un piacevole poggio con un paesaggio privilegiato sia sul mare che sull'interno della Val Graveglia e anche oltre. Dalla cima, si può scegliere il triangolo rosso vuoto che si abbassa in direzione di Sestri Levante in 2h30m (E). Da notare, che il territorio, negli immediati dintorni, purtroppo, è stato deturpato, alcuni anni fa, da un violento incendio. Per concludere, si evidenzia, come si tratti, se percorsa integralmente, di una variante alta (e più lunga) dell'itinerario principale.

AREAD'APPROFONDIMENTO: Rocchi F., *Verdeazzurro*, quinta tappa, a cura del C.S.U.L., Genova; Pezzani C. e Grillo S., *A piedi in Liguria*, vol. 1, ed. Iter, 1997, Subiaco; FIE, *Guida agli itinerari escursionistici della provincia di Genova*, ed. Studio Cartografico Italiano, 2003, Genova; Chiaretta F. e Molino A. *Sui sentieri della Liguria*, ed. CDA Torino, 1996; cartina *il Tigullio, costa ed entroterra* a cura dell'azienda prom. tur. Tigullio; Cartellonistica lungo il tragitto a cura della Reg. Liguria e i comuni di Lavagna e Sestri Levante.



Ruderi della Chiesa di Sant'Anna



Capella in rovina di San Michele