
IL PONENTE LIGURE
A PIEDI
(da Genova a Ventimiglia)



Diario di un viaggio – Arcioli Giorgio – Tedeschi Maria Teresa
Marzo 2019

IL PONENTE LIGURE
A PIEDI
(da Genova a Ventimiglia)

Diario di un viaggio – Arcioli Giorgio – Tedeschi Maria Teresa
Marzo 2019

I N T R O D U Z I O N E

Quest'anno torneremo in Liguria e, dopo aver percorso lo scorso anno la costa di Levante, percorreremo quella più lunga di Ponente.

Partiremo da Genova, capoluogo di regione e provincia camminando verso ovest e attraverseremo le provincie di Savona e Imperia capoluoghi compresi.

Cammineremo per circa 170 chilometri fino ad arrivare a Ventimiglia, non lontano dalla frontiera francese.

A differenza della riviera di Levante, dove i monti sono aspri e rocciosi che in moltissimi tratti scendono a picco sul mare con coste alte e rocciose, in quella di Ponente i rilievi scendono con dolci declivi ed ampie valli; inoltre le spiagge sono molto più ampie e sabbiose e c'è anche una larga piana, quella di Albenga. Il territorio è diviso in riviera delle Palme che comprende la riviera del Beigua che va da Arenzano ad Albisola Marina, oltre al finalese ed al albenganese e la riviera dei Fiori che comprende l'imperiese, il sanremese ed il ventimigliese. Tutta la costa gode di un ottimo clima, con inverni miti ed estati fresche e ventilate, dato dalla vicinanza delle catene montuose che la riparano dai venti freddi.

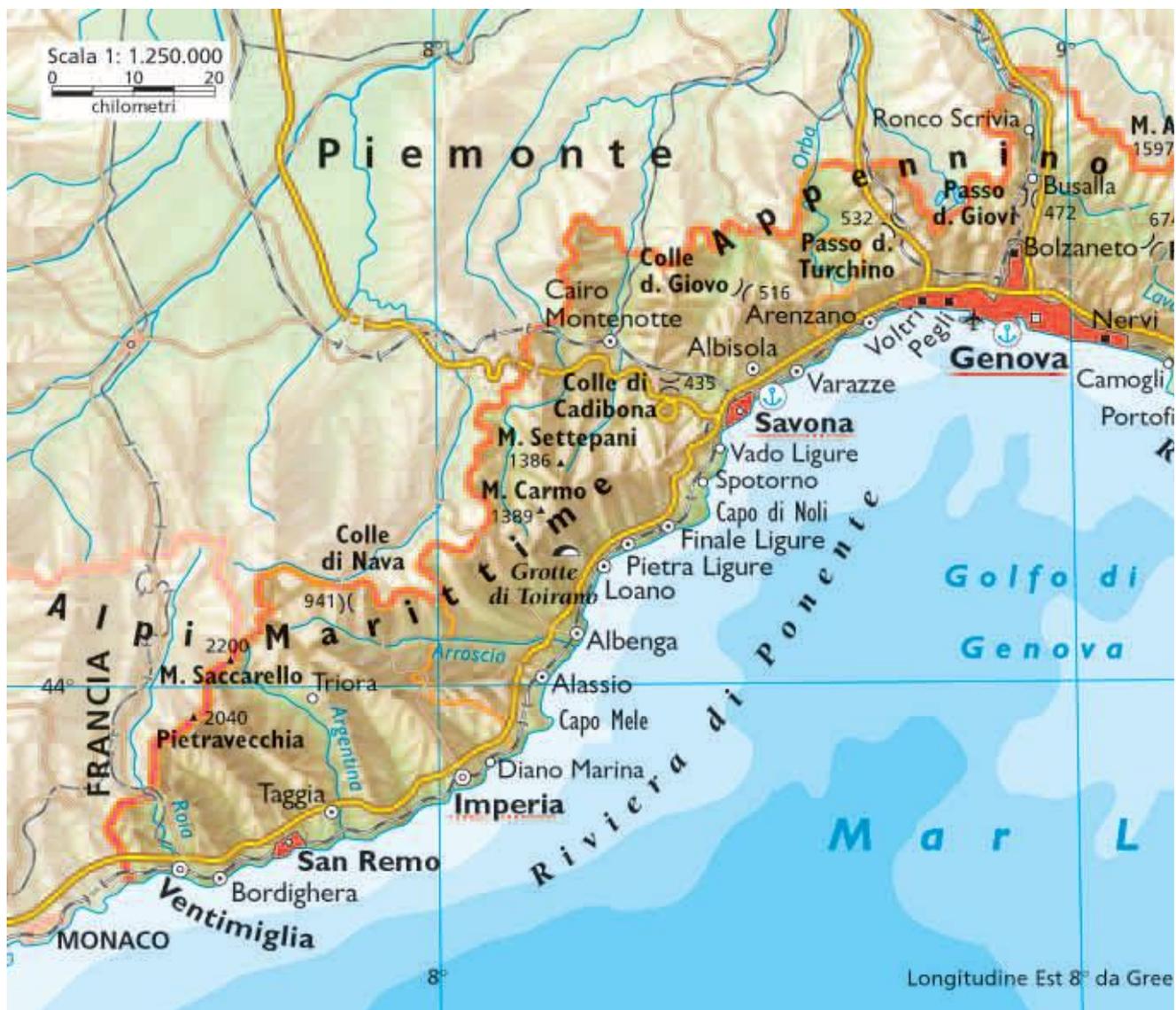
Cammineremo sull'antica via Aurelia e suddivideremo i circa 170 chilometri del percorso in sette giorni di cammino, partendo da Genova con tappe ad Arenzano, Savona, Finale Ligure, Alassio, Imperia, Sanremo, terminando a Ventimiglia.

Quest'anno abbiamo avuto un inverno molto secco con scarsissima neve e senza pioggia, avremmo quindi potuto partire in qualsiasi momento a differenza dello scorso anno che abbiamo dovuto aspettare una finestra di bel

tempo per poter partire, comunque decidiamo di partire a marzo come lo scorso anno e precisamente il sabato 23. Una settimana prima prenotiamo i vari alberghi dove alloggeremo ad ogni finale di tappa e rispolveriamo i nostri compagni zaini, quelli dedicati ai cammini, lasciando riposare quelli più piccoli utilizzati per le escursioni in montagna.

Due giorni prima della partenza andiamo ad acquistare i biglietti ferroviari poi prepariamo gli zaini che sono un po' meno ingombranti rispetto a quando percorriamo i cammini di Santiago non dovendo portare i sacchi a pelo, pesano comunque cinque e dodici chilogrammi.

Attendiamo poi la partenza con tranquillità da veterani ed euforia come se fosse il primo cammino.



1a TAPPA – Sabato 23 marzo 2019

GENOVA – ARENZANO – Km. 23

Partiti h. 10.00 – Arrivati h. 17.00

Fermati a: PEGLI 40' – VOLTRI 30'

Iniziamo questo nuovo cammino quando é ancora notte fonda, sono da poco passate le 4.30 quando partiamo con l'automobile per la stazione di Verbania dove verso le 5.00 prendiamo il treno per Milano Centrale.

Arriviamo alle 6.30 e dopo un'ora circa saliamo su un secondo treno alla volta di Genova e alle 9.30 arriviamo alla stazione di Piazza Principe.

A differenza dell'anno scorso quando abbiamo percorso la costa del Levante, oggi la giornata è splendida, la temperatura gradevole ed il sole si fa subito sentire. Usciamo dalla stazione e scendiamo verso il mare fino ad arrivare davanti al ristrutturato Porto Vecchio, dove ci fermiamo per un caffè e a togliere qualche indumento in quanto la giornata si prospetta calda con il sole già nel pieno del suo splendore.

Alle 10.00 ci incamminiamo verso la "Lanterna", simbolo della città, faro portuale edificato su un alto scoglio, costruito nel XVI° secolo su uno precedente del XII° secolo e detiene il record di più alto faro del Mediterraneo.

Quindi ripercorriamo indietro un corto tratto di strada e riprendiamo il cammino verso ovest, addentrandoci nella parte di città portuale, industriale e periferica.

Camminiamo su strade interne, trafficate, con alcuni tratti senza marciapiede dovuto a lavori in corso, tra il porto industriale, capannoni datati ed alloggi periferici.

Passiamo Sampierdarena, attraversiamo il torrente Polcévera e vediamo verso nord una parte non ancora demolita del viadotto Morandi, dove il 14 agosto

2018 è avvenuta la paurosa tragedia in cui hanno perso la vita 43 persone.

Passiamo il quartiere di Cornigliano, quindi Sestri Ponente, polo industriale per eccellenza con i suoi cantieri navali e le attività siderurgiche, per arrivare alle 12.50, dopo quasi tre ore di cammino alla bella ed invitante località turistica di Pegli, dove finalmente la strada lascia l'interno e si porta vicino al mare. Non lontano da noi vediamo una striscia di terra sul mare, è la pista dell'aeroporto, lo capiamo dagli aerei che atterrano, sembra quasi che vengano inghiottiti dal mare. La località di soggiorno è bella ed anche tranquilla, fuori dal caos e dal traffico della vicinissima città.

Pegli conosce il turismo d'élite in quanto già frequentata dagli aristocratici europei da oltre un secolo. Vi si trova il Museo Navico a Villa Doria ed il Museo Archeologico Ligure a Villa Pallavicini. Dopo un po' di riposo, alle 13.30 riprendiamo a camminare, passiamo Prà con le sue numerose ville storiche del XVI°-XVII° secolo ed il parco del basilico. Ora si cammina meglio, siamo a lato del mare ed il traffico e caos della vicina città sono solo un ricordo, così dopo poco più di un'ora, alle 14.50, arriviamo a Voltri, dove è da poco transitata la carovana della gara classica di ciclismo Milano-Sanremo. A Voltri c'è la bella Villa Brignole Sale Duchessa di Galliera del XVII°-XVIII° secolo.

Iniziamo ad essere stanchi e ci fermiamo a dissetarci, il sole scalda nonostante siamo solo ai primissimi giorni di primavera.

Alle 15.15 rimessi gli zaini in spalla ci incamminiamo, vediamo molto sopra di noi gli altissimi viadotti dell'autostrada, noi siamo sempre lato strada accanto al mare e passiamo il quartiere di Vesima con la sua piccola stazione ferroviaria. Proseguiamo ed alle 17.00 arriviamo ad Arenzano nostro finale di tappa previsto, percorrendo buona parte del lungomare con le spiagge affollate

da turisti sdraiati al sole e ci portiamo all'Hotel Albatros dove abbiamo una prenotazione.

Arenzano, bella e affollata, località balneare è posta in una insenatura vicino a Capo San Martino. Vi si trova Villa Negrotto Cambiaso del XVI° secolo, sede del Municipio, Villa Figoli del XVIII° secolo, trasformata poi in soggiorno marino, Villa Mina, oltre alla Torre dei Saraceni del X° secolo ed al Santuario del Bambin Gesù di Praga del 1904.

Nel tratto di mare di fronte, l'11 aprile del 1991 si inabissò la superpetroliera Haven, dove morirono cinque marinai compreso il comandante e si riversarono in mare migliaia di tonnellate di petrolio causando un grave disastro ecologico.



GENOVA. LA LANTERNA



GENOVA. PORTO PASSEGGERI



GENOVA. RIO POLCEVERA



PEGLI



PISTA AEROPORTO DI GENOVA



PEGLI



VOLTRI



VOLTRI



VERSO ARENZANO



VERSO ARENZANO



IN GALLERIA



ARENZANO

2a TAPPA – domenica 24 marzo 2019

ARENZANO – SAVONA - Km. 26

Partiti h. 7.55 – Arrivati h. 16.15

Fermati a: COGOLETO 10' – VARAZZE 30'

CELLE LIGURE 40' – ALBISSOLA MARINA 20'

Partiamo da Arenzano quando sono le 7.55 con un clima temperato ed una giornata splendida, poco dopo ci troviamo davanti ad una galleria, siamo sulla pista ciclopedonale che porta a Varazze e Centocelle che é lunga circa dodici chilometri e per buona parte percorre il vecchio tracciato dismesso della ferrovia. Veramente incantevole, con corte gallerie e lunghi tratti a strapiombo sul mare, le gallerie di questo tratto iniziale sono tre con lunghezze tra i cento ed i trecento metri, larghe quasi cinque metri e ben illuminate. Passiamo il bellissimo campo di calcio dell'Arenzano, posto in bella posizione rialzata, quasi in riva al mare. La ciclabile ora cammina a lato della statale Aurelia e continua così fino alla ridente località balneare di Cogoleto, appena sotto al grande Parco naturale del Beigua, dove arriviamo alle 9.05 e ci fermiamo solo per prendere un caffè e scambiare poche parole con alcuni simpatici turisti biellesi, interessati dal nostro cammino.

La cittadina ha un ricco patrimonio storico, come Villa Durazzo del XVII° secolo, Villa Centurione, la Torre Genovese, la Torre isolata, la Torre del Parasco, oltre al Monumento a Cristoforo Colombo ed alla Chiesa di S. Maria Maggiore del XIX° secolo. Inoltre é famosa per gli scali, vicoletti che collegano l'arenile con la strada principale ed utilizzati per l'alaggio del naviglio, i leudi (imbarcazioni).

Alle 9.15 riprendiamo il cammino e, dopo un tratto vicino alla passeggiata, si

torna sul tracciato della vecchia ferrovia, sempre con tratti stupendi e stavolta le gallerie sono nove, sempre relativamente corte, con lunghezze che vanno dai venticinque fino ai trecento metri, poi passiamo la zona dei Piani di Invrea lasciando la provincia di Genova per quella di Savona. Il numero dei fruitori della pista ciclopedonale continua ad aumentare in modo considerevole, noi incontriamo solo quelli che vengono dalla parte opposta, forse non solo a causa del giorno festivo ma anche dal clima quasi estivo.

Alle 11.10 ci troviamo al centro di Varazze, la città delle donne (per le iniziative rivolte esclusivamente a loro), rinomata località turistica, ricca del suo borgo medievale e di diverse Chiese come quella di San Domenico eretta su un preesistente convento del XV° secolo, quella dei Santi Nazario e Celso del XVI° secolo, il Duomo di Sant'Ambrogio del XVI° secolo ed i conventi di Sant'Anna del deserto, posizionato sulle alture e quello dei Frati Cappuccini sulla collina di Tasca. Ci fermiamo per una fresca bibita seduti nel dehor di un bar della passeggiata a mare e vediamo un via vai incredibile di turisti, pare di essere a ferragosto. Rimettiamo gli zaini in spalla ed alle 11.40 riprendiamo a camminare, forse c'è un altro tratto ciclopedonale che porta fino a Celle Ligure, ma preferiamo continuare sul lungomare fino al ricco porto, dove troviamo ancorate una incredibile moltitudine di imbarcazioni compreso moltissimi lussuosi yachts, ci sono anche moltissimi ragazzini che si preparano ad uscire con piccole barche a vela, dovrebbe esserci una gara. Con il porto termina la passeggiata, saliamo una scala che porta alla Via Aurelia e su un largo marciapiede riservato ai pedoni camminiamo fino alla frazione di Celle Piano. Poco prima della località balneare di Celle Ligure ci fermiamo, sono le 12.30, il tempo per un toast gigante accompagnato da una freschissima birra ed alle

13.10 riprendiamo il bel tratto di lungomare che in circa un quarto d'ora ci porta a Celle Ligure capoluogo.

Qui furono costruiti nel XVI° secolo due manieri, uno a Levante e l'altro a Ponente, ci sono inoltre le imponenti Torri del Carnaro e la Chiesa Parrocchiale di S. Michele Arcangelo del XVII° secolo. Caratteristica é la notte di S. Giovanni, tra il 23 e il 24 giugno quando vengono accesi numerosi falò sulla spiaggia.

Non ci fermiamo e alla fine del paese riprendiamo a camminare sull'Aurelia fino alle porte di Albissola, dove, dopo un corto tratto di vecchia ferrovia compreso una galleria di circa centosettanta metri, ci ritroviamo sul lungomare della famosa cittadina rinomata per le ceramiche che si producono, a cui sono dedicati anche due Musei.

Ci sono poi Villa Gavotti, Villa Balbi del XVI° secolo, Villa Faraggiana del XVIII° secolo, la Chiesa Parrocchiale Nostra Signora della Concordia del XVI° secolo. Inoltre il lungomare degli artisti é decorato con piastrelle e riquadri in grès da famosi artisti.

Percorriamo Albissola Superiore, attraversiamo il torrente Sansobbia e ci troviamo ad Albissola Marina quando sono già le 14.30. Ci concediamo un altro momento di riposo su un lungomare inondato da turisti per prendere un paio di bibite ad uno dei diversi chioschi sulla spiaggia e facciamo oltre dieci minuti di coda. Alle 14.50 partiamo per l'ultimo tratto di questa tappa che dovrebbe portarci a Savona, nostro finale di tappa previsto.

Camminiamo sempre sull'Aurelia, sempre vicino al mare e, poco più sotto, vediamo il grande Porto avvicinarsi sempre più finché lo passiamo ed entriamo nella città delle Torri con la Torre Campanaria "La Campanassa", alta cinquanta

metri, poi quella dei Corsi, degli Scolopi e quella di Leo Pancaldo.

C'è poi la grande fortezza Priamar, ricostruita nel XVI° secolo su strutture più antiche (preromane, romane, bizantine, medievali) con all'interno una necropoli del XI° secolo, la Chiesa di San Giovanni il Vecchio (solo rovine), la Cattedrale di Santa Maria del Castello ed il Palazzo della Sibilia ed anche vari Palazzi come quello della Rovere, Lamba Doria, Gavotti, Multedo e Pozzobonello oltre alla Cattedrale di Nostra Signora Assunta del XVI° secolo, con vicino la Cappella Sistina del XV° secolo.

Percorriamo buona parte della città finché alle 16.15, dopo oltre otto ore dalla partenza, arriviamo più che provati all'Hotel Miramare da noi prenotato, posto proprio di fronte al mare.



CICLOPEDONALE VERSO COGOLETO



CICLOPEDONALE VERSO COGOLETO



COGOLETO



VERSO VARAZZE



TERESA SULLA CICLOPEDONALE



GIORGIO SULLA CICLOPEDONALE



VERSO VARAZZE



VARAZZE



VERSO CELLE LIGURE



CELLE LIGURE



ALBISSOLA MARINA



SAVONA

3a TAPPA – lunedì 25 marzo 2019

SAVONA – FINALE LIGURE - Km. 25,2

Partiti h.7.50 – Arrivati h.15.50

Fermati a: SPOTORNO 25' – NOLI 30' – VARIGOTTI 55'

Alle 7.50 lasciamo Savona, il tempo é cambiato rispetto a ieri, il cielo é coperto e l'aria é fresca, percorriamo la statale Aurelia, alquanto trafficata e dopo circa mezz'ora, poco prima di Zinola, quartiere periferico di Savona, lasciamo la statale per una ciclabile lato mare fino alla località di Vado Ligure.

Cittadina portuale che vide gli albori al tempo dei romani, nel II° secolo a.c. e continua tuttora con i traghetti, le grandi navi da crociera ed i containers.

Vi si trova il Museo Archeologico Queirolo e la Parrocchiale di S.Giovanni Battista del XVII° secolo.

Al termine del lungo porto entriamo nel territorio di Bergeggi, ai piedi del Monte Sant'Elena, qui il cammino si fa sulla strada che si innalza rispetto al mare ed il paese é ancora più sopra. Ci sono diverse torri e forti costruite tra il XV° e XIX° secolo. Più sotto il mare é di un colore fantastico e sulle scogliere ci sono due grotte, quella di Bergeggi e quella dell'amore ed a circa duecento metri dalla costa c'è l'isolotto di Bergeggi, oggi area marina protetta, ha una estensione di circa tre ettari ed un'altezza di cinquantatre metri.

A due miglia dalla costa il 4 maggio 1917 venne affondato il piroscafo inglese "Transylvania" da un sottomarino tedesco e ci furono 414 morti, una croce li ricorda. Scendiamo poi leggermente verso Spotorno, località balneare dove sulla collina si trovano ancora le rovine del Castello Vescovile del XII° secolo, distrutto e poi ricostruito tra il XIV° e XVI° secolo oltre a torri di avvistamento del XVI° secolo come quella di S.Antonio a Levante e di Coreallo a Ponente.

Percorriamo il lungomare sulla bella passeggiata, non c'è in giro quasi nessuno, ci fermiamo poco meno di mezz'ora all'interno di un bar deserto ed alle 11.15 riprendiamo la strada verso Noli. Arriviamo alle 12.00 e ci fermiamo davanti alle barche dei pescatori sul bel lungomare, nello stesso luogo dove avviene la vendita del pescato. Notiamo moltissimi alberi di palma abbattuti, pensiamo a causa di qualche malattia in quanto ne abbiamo già visti altri in diverse località attraversate (e purtroppo ne vedremo anche in seguito). Noli è un'antica e bellissima cittadina marinara, posta all'interno di una incantevole baia, chiamata la V^a Repubblica Marinara, dove si possono ammirare i resti del Castello dei Marchesi del Carretto del XII^o-XIV^o secolo sul Monte Orsino con torre rotonda, poi il Palazzo Comunale, le varie torri del Comune, della Marina e di Papone, il Palazzo Vescovile (ora albergo) e le Chiese: di Nostra Signora delle Grazie del XVII^o secolo, di San Pietro e quella antica di San Paragorio dell'XI^o-XV^o secolo considerata tra i principali Monumenti della Regione.

Lasciamo la comoda panchina del lungomare ed alle 12.30 riprendiamo il cammino ed iniziamo a salire leggermente verso Capo Noli e subito ci fermiamo un momento per un saluto veloce alla Signora Luisa che con il marito gestisce l'Hotel Capo Noli dove siamo stati ospiti pochi anni fa.

Riprendiamo a camminare quasi subito per percorrere uno dei tratti più belli e affascinanti della Via Aurelia con la strada che curva più volte, le pareti a strapiombo su mare, con una galleria ed in alto più su anche un grande buco nella montagna, la grotta dei falsari, già visitata da noi durante un'escursione fatta anni prima, da Noli a Varigotti (il Sentiero del Pellegrino). Camminiamo sempre sull'Aurelia, dopo circa un'ora attraversiamo una galleria ed alle 13.35 siamo a Varigotti, piccola località turistica del Comune di Finale Ligure, con le

case poste sulla spiaggia, e la bellissima baia dei Saraceni. Ci fermiamo per uno spuntino, poi uno sguardo all'incantevole spiaggia, qualche foto ed alle 14.30 ci incamminiamo per l'ultimo tratto della tappa odierna che ci dovrebbe portare a Finale Ligure.

Camminiamo sempre a lato della strada, lo spazio é minimo ma il traffico non é eccessivo, quindi non disturba più di tanto, in questo tratto notiamo, come già visto in altre località, che le forti mareggiate dei giorni passati hanno danneggiato un po' il litorale e le spiagge.

Poco prima di arrivare passiamo per una galleria ed a metà di questa notiamo che a terra c'è un piccione, gli arriviamo vicini e non si muove, non scappa e capiamo subito il perché, in terra vicino al muro c'è un nido con dentro alcune piccole uova, quindi rimane lì immobile a difendere i suoi futuri piccoli, anche se, immaginiamo, la paura sia a mille (quanto dobbiamo imparare ancora noi uomini dagli animali?).

Arriviamo a Finale Ligure quando sono le 15.50, la località balneare é ricca di alberghi, ristoranti, bar e negozi, é formata da tre nuclei: Finalpia, Finalmarina e Finalborgo.

Vi sono i resti di Castelfranco, eretto dai genovesi nel XIV° secolo, i Palazzi: Brunengo, Arnaldi e del Comune ed il grande arco, Monumento a Margherita d'Austria, eretto in onore dell'Infanta di Spagna che passò di qui mentre si recava in Austria a sposare l'Imperatore Leopoldo I° d'Austria, ed inoltre la grande Chiesa Parrocchiale di S. Giovanni Battista ed il Convento dei Domenicani del XIV° secolo.



VADO LIGURE



VERSO BERGEGGI



ISOLA DI BERGEGGI



SPOTORNO



NOLI



CAPO NOLI



VERSO VARIGOTTI



VERSO VARIGOTTI



VARIGOTTI



INCONTRI IN GALLERIA



FINALE LIGURE



FINALE LIGURE

MONUMENTO A MARGHERITA D'AUSTRIA

4a TAPPA – martedì 26 marzo 2019

FINALE LIGURE – ALASSIO - Km. 28

Partiti h.7.30 – Arrivati h.16.50

Fermati a: PIETRA LIGURE 30' – BORGHETTO SANTO SPIRITO 20'
ALBENGA 60'

Stanotte c'è stato un vento molto forte, fortunatamente quando partiamo alle 7.30 ha diminuito d'intensità.

Usciamo da Finale Ligure ed iniziamo a camminare sull'Aurelia accanto al mare che è mosso anche se non eccessivamente. Passiamo dall'antica località di Borgio Verezzi, anzi passiamo Borgio che si trova sul mare con la sua torre d'avvistamento del XVI° secolo e la Chiesa di S. Pietro del XVIII° secolo, mentre Verezzi è su in collina con il suo vecchio mulino fenicio e la Chiesa Parrocchiale di S. Martino Vescovo del XVII° secolo ed è sede di un conosciuto festival teatrale e dalla sua piazza si gode una maestosa vista sul golfo di Ponente. Nel territorio del Comune ci sono anche le grotte di origine carsica. Continuiamo a camminare con di fianco la stretta e lunghissima spiaggia fino ad arrivare alle 9.10 a Pietra Ligure dove ci fermiamo nella piazza principale per una veloce colazione e per acquistare una nuova memoria per la macchina fotografica. La cittadina posta sotto il Monte Trabocchetto ha avuto una grandissima espansione turistica, non si riesce a tener conto degli alberghi e dei servizi commerciali. Qui c'è il Castello "La Pietra" del VII°-VIII° secolo con vicino il Palazzo Conti Leale Franchelli del XII° secolo, l'incantevole Parrocchiale Basilica di S. Nicolò del XVIII° secolo ed il Santuario di Nostra Signora del Soccorso del XVI° secolo.

Alle 9.30 riprendiamo il cammino con il cielo sempre coperto ed il vento che ci

fa compagnia, dove termina Pietra Ligure inizia subito Loano, altra bella cittadina turistica, ricca di alberghi, lunghe spiagge ed un bel lungomare. Qui c'è il Castello Doria, la Chiesa di S. Giovanni Battista del XVII° secolo. Non lontano nell'entroterra ci sono le famose grotte di Toirano. Percorso tutto il lungomare alle 10.50 arriviamo a Borghetto Santo Spirito dove facciamo la seconda sosta. Ci sono moltissimi palazzi e condomini gli uni addossati agli altri, poi la Chiesa Parrocchiale di S. Matteo del XVII° secolo e la ferrovia che li divide dalla stretta e lunghissima spiaggia. Poco oltre, a Capo S. Spirito, c'è il Castello Borelli del XIX° secolo con nel parco i resti di una villa romana.

Ripartiamo alle 11.10, il cielo inizia a liberarsi delle nuvole ma il vento é sempre sostenuto, ritorniamo sull'Aurelia e percorriamo anche un bellissimo anche se cortissimo tratto su una passerella a sbalzo con sotto il mare ad oltre trenta metri.

Arriviamo a Ceriale continuando un po' sul lungomare poi sull'Aurelia e osserviamo moltissime costruzioni recenti, forse anche troppe.

C'è il bastione difensivo del XV° secolo, la fontana di Anthia, la Chiesa di S. Giovanni Battista il Vecchio ed il grande parco acquatico dei divertimenti. Qui il territorio é più pianeggiante quindi ci sono molte produzioni agricole, ortaggi, fiori e uve. Inizia per noi il tratto più noioso ed estenuante, sempre sull'Aurelia ma ormai lontani dal mare con lunghissimi rettilinei e moltissime coltivazioni di fiori e ortaggi su un terreno più che piatto che non lascia intravedere la fine del percorso.

Siamo stanchi ed un po' demoralizzati, comunque anche se lentamente continuiamo, in quanto ci siamo prefissi di arrivare ad Albenga per la sosta pranzo, (quella più lunga) e ci rimarrebbero così solo otto chilometri per

portare a termine la tappa. Finalmente alle 13.40 a oltre sei ore dalla partenza entriamo nel centro storico di Albenga uno dei migliori della Riviera, con cinte murarie, molte torri come quelle del Municipio, del vecchio Comune e Costa, poi palazzi medievali, un anfiteatro romano del II° e III° secolo, una necropoli e monumenti funerari, un battistero paleo cristiano del V° secolo, la Cattedrale di S. Michele Arcangelo oltre a tre Musei, quello diocesano, quello civico e quello navale romano.

Ci fermiamo a riposare in un piccolo bar del centro storico tra moltissimi giovani studenti ancora in pausa pranzo. Riprese le forze e con un morale più alto alle 14.40 torniamo in strada, impieghiamo oltre un quarto d'ora per ritornare sull'Aurelia, dopo poco passiamo il ponte sul fiume Centa ed eccoci davanti ad una galleria di oltre cinquecento metri di lunghezza, troviamo un piccolo spazio tra il guardrail ed il muro per camminare in sicurezza. Terminata la galleria la strada inizia a salire, ritorna il mare sotto di noi e vediamo subito l'isola di Gallinara, riserva naturale regionale, a circa due chilometri dalla costa, dove nidificano i gabbiani reali. Percorriamo ora il tratto più bello e suggestivo della giornata, camminiamo per oltre un'ora ad un'altezza di trenta-quaranta metri sopra il mare con sotto la ferrovia che corre vicinissima all'acqua quando non è dentro le molteplici vecchie gallerie. Il paesaggio è stupendo e ci fa dimenticare la stanchezza; arriviamo sopra al porticciolo di Alassio dove sopra in alto sulla montagna campeggia una grande scritta col nome della cittadina, forse per imitare "Hollywood", infine scendiamo a livello del mare e qui inizia la cittadina di Alassio. Ci portiamo sullo splendido lungomare che è tutto un cantiere, come del resto riscontrato anche in altre località balneari già passate, in preparazione dell'inizio della ormai prossima stagione estiva, ripristinando le

spiagge ed i lungomare dopo le violente burrasche degli ultimi tempi.

Percorriamo buona parte del lungomare, quindi il "budello", la via dei negozi ed alle 16.50 finalmente arriviamo all'Hotel dove abbiamo una prenotazione.

La località é tra le più turistiche della Riviera delle palme e, anche grazie alle sue spiagge di sabbia fine ed al famoso lungomare, ha saputo attrarre un certo turismo d'élite. C'è il Palazzo dei Ferrero De Gubernatis Ventimiglia del XVIII° secolo, il Palazzo Scofferi del XVIII° secolo, il Torrione della Coscia del XVI° secolo e la Chiesa di Sant'Ambrogio del XI°-XV° secolo. C'è anche un muretto famoso in tutto il mondo dove sono inserite alcune piastrelle in ceramica con gli autografi di personaggi famosi.



BORGIO VEREZZI



PIETRA LIGURE

BASILICA DI SAN NICOLÒ'



LOANO



BORGHETTO SANTO SPIRITO



CERIALE



PIANA DI ALBENGA

COLTIVAZIONI



ALBENGA

PONTE MEDIEVALE



PIANA DI ALBENGA

COLTIVAZIONI



ISOLA DI GALLINARA



VERSO ALASSIO



ALASSIO



ALASSIO IL MURETTO

5a TAPPA – mercoledì 27 marzo 2019

ALASSIO – IMPERIA/PORTO MAURIZIO _ Km. 26

Partiti h.7.05 – Arrivati h.15.25

Fermati a: MARINA DI ANDORA 25' – S. BARTOLOMEO AL MARE 30'
DIANO MARINA 15' – ONEGLIA 50'

Stamani partiamo di buon'ora, sono le 7.05 quando siamo già in cammino con un cielo sereno ma con un venticello gelido. Prendiamo la bella anche se semplice passeggiata a mare fino a Laigueglia, borgo marinaro con una parte centrale stupenda con piccolissime piazzette che contornano il lungomare. C'è il Torrione del Cavallo del XVI° secolo, il solo rimasto di tre, vari Palazzi del XVI°-XVII° secolo e la Chiesa di S. Matteo del XVIII° secolo. Non ci fermiamo anche se ammiriamo e continuiamo su strada strapiombante mentre saliamo per un lungo tratto fino a Capo Mele, posto a circa ottanta metri di altitudine, poi inizia la discesa verso Andora, ultima cittadina della Riviera delle Palme; vediamo subito un faro non sul mare ma sulla montagna e camminiamo tra boschi di abeti e pini marittimi, finché alle 9.05, dopo due ore ininterrotte di cammino, ci fermiamo sul lungomare di Marina di Andora. Nel Comune lontano dal mare si trovano le rovine del Castello di Andora del XIV°-XVI° secolo, poi la Chiesa dei Santi Giacomo e Filippo del XIII° secolo (tra le più belle del medioevo) oltre a Colle Micheri, un piccolissimo borgo tra gli ulivi, restaurato dall'etnologo norvegese Thor Heyerdahl, famoso per aver attraversato nel 1947 l'Oceano Pacifico a bordo di una zattera. Alle 9.30 riprendiamo a camminare, prima su un semplice ma attraente lungomare, quindi torniamo a riprendere l'Aurelia e con una lunghissima diagonale in leggera salita doppiamo Capo Mimosa, posto ad un'altezza di oltre quaranta

metri e iniziamo il lungo tratto di discesa fino a Cervo, dove la parte antica é posta su un promontorio in bella vista. Vi si trovano diverse case medievali, i Palazzi Morchio (ora Municipio), Viale, la Chiesa di S. Giovanni Battista ed il Museo Etnografico del Ponente Ligure nel Castello di Clavesana. Ogni anno si tiene un importante Festival Internazionale di Musica da Camera.

Dopo un lunghissimo tratto di Cervo bassa, quella meno interessante ma più vacanziera, arriviamo alle 11.00 a S. Bartolomeo al Mare e ci fermiamo sul lungomare per una birra ed a bagnare i piedi in mare.

A S. Bartolomeo al Mare c'è la Chiesa di S. Bartolomeo, il Santuario di Nostra Signora della Rovere del XIV°-XVI° secolo e ogni anno, da secoli, tra il 2/3 febbraio si svolge una delle più antiche fiere di Ponente con prodotti di artigianato, agricoltura, antiquariato, sementi, animali domestici e da lavoro.

Alle 11.30 con gli zaini in spalla riprendiamo a camminare su una gradevole passeggiata sul mare, quindi passiamo sulla strada fino alla località di Diano Marina dove arriviamo alle 12.10 e ci fermiamo solo un quarto d'ora per bagnarci nuovamente i piedi nell'acqua gelida del mare.

A Diano Marina si trovano: la Chiesa di S. Antonio Abate del XIV°-XVII° secolo, la Villa Scarsella del XVI° secolo che fu Convento dei Frati Domenicani poi soppresso da Napoleone come tutti gli ordini monastici per poi diventare colonia estiva e poi scuola, il Museo Civico con reperti archeologici ed una antica nave recuperata dai fondali limitrofi. A giugno, durante la festività del Corpus Domini c'è l'infiorata, vengono ricoperte con petali di rosa oltre 2000 mq. di vie del centro. Riprendiamo a camminare, senza più tornare sull'Aurelia, ma stavolta su una strada detta "incompiuta", adibita a ciclopedonale che corre pochi metri sopra il mare e collega Diano Marina a Oneglia, dove arriviamo al

suo piccolo porto alle 13.40 e ci fermiamo per un frugale pasto.

Oneglia e Porto Maurizio nel lontano 1923 si sono fuse in un unico Comune chiamato Imperia, prendendo il nome dal torrente Impero che divide le due cittadine. A Oneglia si é sviluppata l'industria alimentare come la pasta e l'olio. Vi troviamo il Palazzo Doria, il Duomo di S. Giovanni Battista oltre al Museo dell'olivo. Ritorniamo in cammino alle 14.35, percorriamo Oneglia, attraversiamo il torrente Impero e dopo un lungo tratto arriviamo al Porto di Porto Maurizio e risaliamo verso il centro che é anche il nucleo storico della città, dove terminiamo la tappa alle 15.25 poco distante dall'imponente Duomo.

Prima di cena visitiamo parte dell'antico centro storico risalente al XII°-XIII° secolo, oltre Palazzo Gastaldi del XVII° secolo, il Convento di S. Chiara del XIV° secolo, per terminare con la più grande Chiesa Ligure, il maestoso Duomo di S. Maurizio del XVIII°-XIX° secolo.



LAIGUEGLIA



ANDORA IL FARO



MARINA DI ANDORA



CERVO



CERVO



SAN BARTOLOMEO AL MARE



DIANO MARINA



VERSO IMPERIA



IMPERIA/ONEGLIA



TORRENTE IMPERO



IMPERIA/PORTO MAURIZIO



IMPERIA/PORTO MAURIZIO

IL DUOMO

6a TAPPA – giovedì 28 marzo 2019

IMPERIA/PORTO MAURIZIO – SANREMO - Km. 23

Partiti h.7.30 – Arrivati h.15.00

Fermati a: S. LORENZO AL MARE 20' – S. STEFANO AL MARE 25'
BUSSANA 60'

Lasciamo Porto Maurizio alle 7.30, camminiamo subito sull'Aurelia che corre vicino al mare, la vista é gradevole, il tempo buono a parte l'aria che si mantiene freddina.

Arriviamo a San Lorenzo al Mare quando sono le 9.00 , ci fermiamo poco tempo, vediamo la Parrocchiale di S. Maria Maddalena, prendiamo un caffè e chiediamo per la ciclopedonale che dovrebbe partire da qui. E' la ciclopedonale del Parco costiero Riviera dei Fiori del Ponente, ha una lunghezza di ventiquattro chilometri, collega San Lorenzo al Mare a Ospedaletti, e corre sulla vecchia ferrovia dismessa. Quasi all'inizio incontriamo una prima galleria, larga circa otto metri, per una lunghezza di un chilometro e mezzo, quindi un tratto alto alcuni metri sopra il mare che permette di ammirare il panorama sottostante, poi diventa noiosa e piatta senza nessuna vista particolare.

Arriviamo al grande e nuovo porto turistico di Aregai, lasciando per un attimo la ciclopedonale per vedere il porto e l'antica Torre del XVII° secolo. Continuiamo sulla ciclabile ed alle 10.45 ci fermiamo a S. Stefano al Mare dove troviamo belle spiagge, la Torre Ennagonale del XVI° secolo, sede del Municipio e la Chiesa di S. Stefano del XIII° secolo ristrutturata nel XX° con accanto l'Oratorio del Santo del XIII° secolo. Riprendiamo alle 11.10 e, zaini in spalla, percorriamo tutto il lungomare che collega alla località di Riva Ligure, dove

vediamo un'altra Torre difensiva, "la barbaresca", sempre del XVI° secolo. Non ci fermiamo e dobbiamo riprendere la ciclopedonale fino ad Arma di Taggia, alla foce del torrente Argentina. Il paese é diviso in due centri: sulla costa quello più moderno e vacanziero con belle spiagge, nel vicino entroterra quello più antico, dove vengono coltivati aranci ed ulivi.

Ci sono i resti di un antico Castello del XIII°-XVI° secolo, la Torre dell'arma dello stesso secolo, i Palazzi Curlo, Ardente e Carrega del XV°-XVI° secolo, la Basilica dei Santi Giacomo e Filippo del XVII° secolo, la Chiesa di S. Martino di Tours in stile romanico ed il Convento di S. Domenico del XV° secolo con la grande Pinacoteca Ligure-Nizzarda.

Proseguiamo camminando sul lungomare ed arriviamo a Bussana quando sono le 12.30, ci fermiamo per uno spuntino in un piccolo bar-ristorante proprio sul mare. Questa é una frazione di Sanremo, sede del nuovo mercato dei fiori, l'antico Borgo fu distrutto da un terremoto alla fine del XIX° secolo e poi ricostruito sulla costa, mentre le costruzioni non distrutte e abbandonate furono occupate ed in parte ristrutturare negli anni cinquanta da artisti di varie nazionalità.

Riprendiamo il cammino alle 13.30 tornando sulla ciclopedonale dove incontriamo tre gallerie con lunghezze dai cinquanta ai duecentocinquanta metri, usciti dall'ultima galleria, percorriamo un lunghissimo rettilineo prima di entrare a Sanremo. Città famosa in tutto il mondo per il turismo mondano, i fiori, il Casinò, il Festival della canzone italiana ed anche per la corsa ciclistica Milano-Sanremo.

Il centro storico é posizionato su una ripida collina e vi si accede da Porta

Santo Stefano con in cima il Santuario della Madonna della Costa del XVII° secolo. Ci sono: la Cattedrale di San Siro del XIII° secolo, la Chiesa di Santa Maria degli Angeli , il Forte di Santa Tecla del XVIII° secolo, Palazzo Borea D'Olmo con il Museo Archeologico di reperti romani e preistorici, oltre a numerose ville risalenti alla fine del XIX° secolo come Villa Ziro, Palazzo Bellevue, Villa Ormond e Villa Nobel, ultima dimora dello scienziato Alfred Nobel. La sera prima di cena visitiamo parte del centro storico, oltre ai luoghi della mondanità come le vie dei negozi con presenti tutte le più importanti firme, vediamo il famoso Teatro Ariston, il grande Casinò e facciamo una foto accanto alla statua del grande Mike Buongiorno.

Quando si fa buio ci rechiamo al ristorante indicatoci dall'Hotel e con nostra grande meraviglia ci troviamo con un gruppetto di quasi paesani, soci come noi del gruppo "Escursionisti Valgrande": sono Attilio con la moglie Lucia, Giuseppe con la moglie Lucia e Claudio con la moglie Gianfranca oltre a Luciano, escursionista ligure, loro conoscente, accompagnato da figlia, genero e nipote. Ci dicono di essere andati tre giorni sulle alture sopra Andora a fare delle escursioni e che l'indomani sarebbero rientrati nella nostra Valdossola. Così riusciamo ad aggiungerci alla già lunga tavolata, mangiando piatti tipici di mare accompagnati da un buon vino bianco, chiacchierando come piace a noi quasi sempre di montagna. Dopo aver passato la serata in ottima compagnia non ci resta che salutarci, loro rientrano domattina in treno, mentre noi solo in serata in quanto prima abbiamo la settima ed ultima tappa che ci porterà a Ventimiglia.



OLTRE IMPERIA



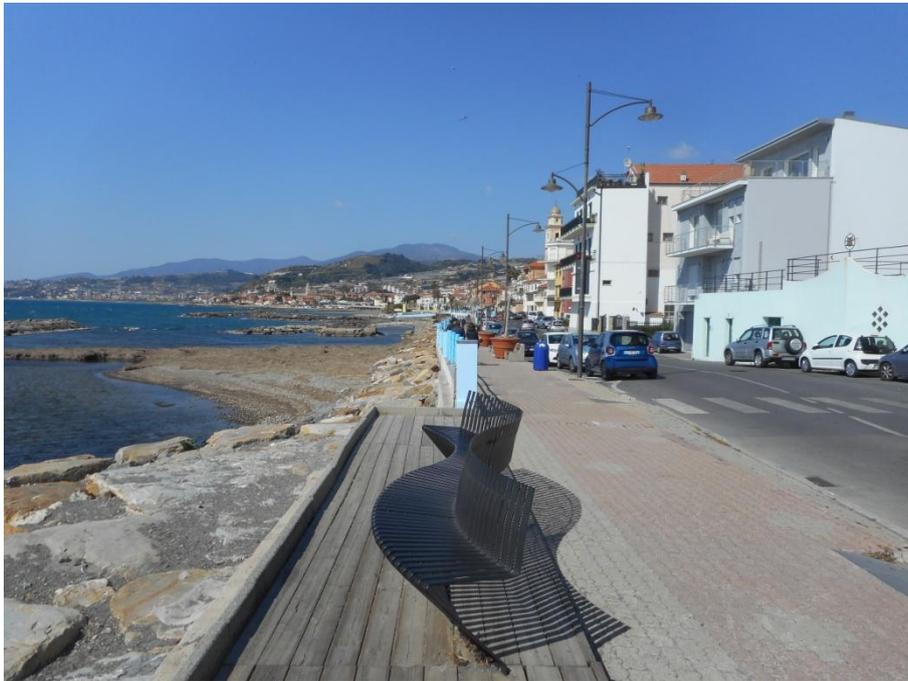
VERSO SAN LORENZO AL MARE



VERSO SAN LORENZO AL MARE



VERSO AREGAI



S. STEFANO AL MARE



RIVA LIGURE



ARMA DI TAGGIA



BUSSANA



CICLOPEDONALE DEL PARCO COSTIERO

RIVIERA DEI FIORI



SANREMO



SANREMO
TEATRO ARISTON



SANREMO
CASINO' MUNICIPALE

7a TAPPA – venerdì 29 marzo 2019

SANREMO – VENTIMIGLIA - Km. 17

Partiti h.7.30 – Arrivati h.12.20

Fermati a: OSPEDALETTI 15' – BORDIGHERA 20'

Ultimo giorno di cammino, oggi terminiamo il nostro percorso a Ventimiglia, la tappa sarà più corta rispetto alle precedenti. Il meteo è ancora buono, con un cielo serenissimo ed un venticello che non infastidisce più di tanto. Alle 7.30 lasciamo il centro di Sanremo dove siamo alloggiati, prendiamo la ciclopedonale che corre vicino al mare da una parte e all'Aurelia dall'altra; il tratto è piacevole con la città che si allunga con le sue belle costruzioni ed il mare leggermente mosso che ci accompagna. Imbocchiamo poi una lunghissima galleria, larga circa otto metri e lunga 1,8 chilometri, siamo sempre sul tracciato della vecchia ferrovia dismessa, è bene illuminata ed ogni tanto passa qualche ciclista amatoriale, mentre a piedi non incontriamo nessuno. Pensiamo sia la galleria del ciclismo per eccellenza, forse passerà di qui la Milano-Sanremo prima della passerella finale sul lungomare, in quanto ogni 25-30 metri troviamo pannelli a mezzaluna sulla volta della galleria con foto e scritte inerenti al ciclismo ed ai suoi campioni e sul pavimento corte frasi o pensieri scritte dai tifosi tutte in colore rosa. Usciti dopo quasi mezz'ora dalla galleria, vediamo Ospedaletti, anche se ci vuole un buon momento per arrivarci, ed alle 9.00 ci fermiamo sul suo deserto ancorché bello e semplice lungomare. Qui sorgeva un antico ospedale, eretto nel XIV° secolo dai Cavalieri di Rodi che ha dato il nome alla località marinara. Questa cittadina conta alcuni primati come aver avuto il primo Casinò d'Italia, il primo mercato dei fiori e si corsero i Gran Premi automobilistici e motociclistici internazionali

dall'anno 1947 fino al 1972. Ha un ottimo clima dovuto alla sua posizione.

Ci sono le Chiese di S. Giovanni Battista del XIII°-XIV° secolo, ristrutturata nel XIX° secolo e quella Parrocchiale di San Sebastiano.

Alle 9.15 prendiamo l'Aurelia in quanto qui termina la ciclopedonale e camminiamo poco sopra il mare, passiamo non lontano dal Monte Gaggio, dove su un territorio di circa quattordici chilometri quadrati si trova il conosciuto e non riconosciuto Principato di Seborga.

La camminata é piacevole, il mare leggermente mosso e spumeggiante, sotto di noi non ci sono spiagge ma solo scogli, arriviamo così alle 10.50 alla conosciutissima cittadina di Bordighera. Il primo tratto di lungomare é poco attraente, mentre quello dopo la stazione ferroviaria, (anche qui la ferrovia corre davanti al mare) é più consono alla fama della località balneare, forse é il lungomare Argentina, inaugurato da Evita Peron. Il centro storico si trova a Bordighera alta ricca di ville e parchi, località prediletta dagli inglesi a tal punto che all'inizio del XX° secolo, superarono come numero gli stessi abitanti del posto. Ci sono le Chiese di Santa Maria, di San Bartolomeo degli Armeni del XV° secolo e quella sul mare di San Ampelio dell'XI° secolo.

C'è il Museo Bicknell, calchi di pitture preistoriche della valle delle meraviglie nelle Alpi Marittime. Importante il Municipio progettato da Charles Garnier, lo stesso che progettò l'Opéra di Parigi ed il Casinò di Montecarlo, dove si svolge la più importante rassegna internazionale degli artisti di fumetti e vignette satiriche. Alle 11.10 torniamo a percorrere l'ultimo tratto di questo cammino del Ponente, ormai sono pochi i chilometri che ci dividono da Ventimiglia. Percorriamo tutto il lungomare ed entriamo nel territorio di Vallecrosia, attraversiamo il torrente Nervia e ci troviamo a Ventimiglia, ancora un po' ed

alle 12.20 ci troviamo nel pieno centro del lunghissimo mercato settimanale, considerato da alcuni tra i più grandi d'Italia, in effetti é molto vasto e moltissimi i visitatori, in prevalenza francesi.

Da qui abbiamo una superba vista su tutta la costa verso occidente che fa un semicerchio fino al promontorio di Montecarlo.

La cittadina ha un centro medievale con le porte: Marina, Porta Nuova, Porta Nizza e Porta Canarda, quest'ultima a doppio arco gotico del XIII° secolo, accesso occidentale della città. Inoltre c'é la Loggia del Parlamento del XIV°-XV° secolo, la Cattedrale del X°-XIII° secolo con vicino il Battistero dell'XI° secolo, il Monastero delle Canonichesse Lateranensi del XVII secolo sulle rovine di un Castello medievale, la Chiesa di San Michele del XII° secolo e più su in alto, a quota 345 metri c'é Castel D'Appio.

Non arriviamo ai Balzi Rossi, nome dato alla spiaggia, con molte grotte sulla costa, che arrivano fino a Nizza. Fu uno dei primi territori abitati in Europa, furono ritrovate ossa umane risalenti a circa 250.000 anni fa, custodite appunto nel Museo preistorico dei Balzi Rossi.

Nel tardo pomeriggio prendiamo il treno per rientrare a casa, ci meravigliamo come in sole due ore arriviamo a Genova, mentre per lo stesso percorso in senso opposto abbiamo impiegato ben sette giorni, andando però a piedi!



SANREMO



CICLOPEDONALE GALLERIA DEI CICLISTI



VERSO OSPEDALETTI



OSPEDALETTI



VERSO BORDIGHERA

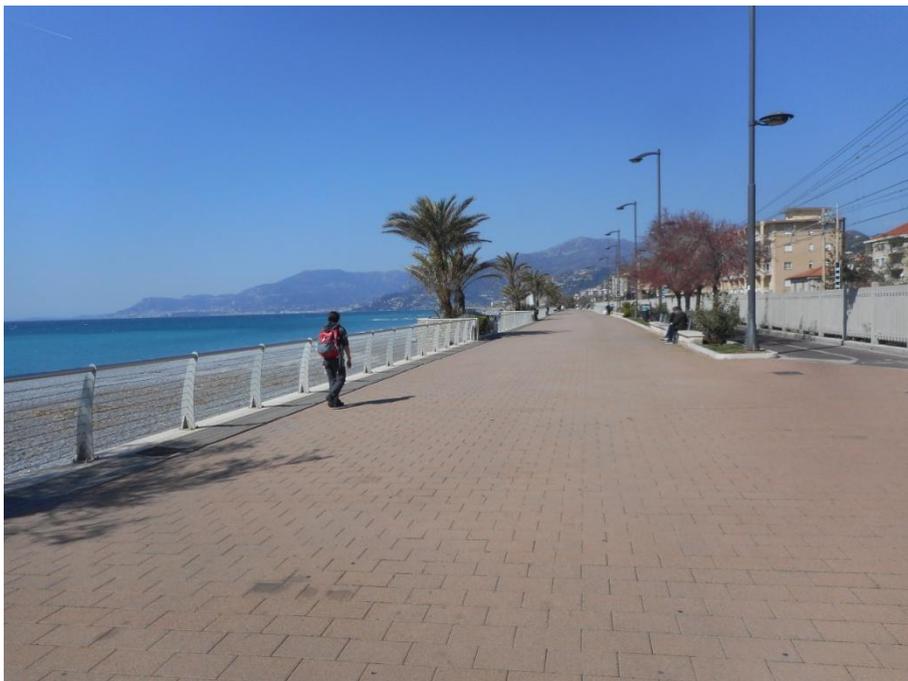


VERSO BORDIGHERA



BORDIGHERA

CHIESETTA DI S. AMPELIO



BORDIGHERA



VALLECROSIA



VERSO VENTIMIGLIA



VENTIMIGLIA



VENTIMIGLIA

STAZIONE

I N D I C E

INTRODUZIONE	1
– 1a TAPPA – GENOVA – ARENZANO	4
– 2a TAPPA – ARENZANO – SAVONA	13
– 3a TAPPA – SAVONA – FINALE LIGURE	23
– 4a TAPPA – FINALE LIGURE – ALASSIO	32
– 5a TAPPA – ALASSIO – IMPERIA/PORTO MAURIZIO	42
– 6a TAPPA – IMPERIA/PORTO MAURIZIO – SANREMO	51
– 7a TAPPA – SANREMO – VENTIMIGLIA	60
I N D I C E	69