

I SENTIERI DELLA VAL DI VARA

a cura di Enrica Salvatori





Coordinamento editoriale

Enrica Salvatori

Testi

Marco Della Croce e Amedeo Bacchi

Redazione

Selene Pellistri

Copertina

Copyright

Questo volume è pubblicato grazie al finanziamento del Ministero della Gioventù all'interno del progetto *Tra Monti. Itinerari tra generazioni lungo i crinali della Val di Vara*.

Volume finanziato nell'ambito del progetto "Giovani Energie in Comune", promosso dal Dipartimento della Gioventù - Presidenza del Consiglio dei Ministri, dall'Anci - Associazione Nazionale Comuni Italiani"

I edizione 2012

© 2012 - Felici Editore Srl
via Carducci 60 - 56010 Ghezzano (PI)
tel. 050 878159 - fax 050 8755897
www.felicieditore.it

ISBN: 978-88-6019-566-1

Fotocopie per uso personale del lettore possono essere effettuate nei limiti del 15% di ciascun volume/fascicolo di periodico dietro pagamento alla SIAE del compenso previsto dall'art. 68, comma 4, della legge 22 aprile 1941 n. 633 ovvero dall'accordo stipulato tra SIAE, AIE, SNS e CNA, CONFARTIGIANATO, CASA, CLAI, CONFCOMMERCIO, CONFESERCENTI il 18 dicembre 2000.

Le riproduzioni per uso differente da quello personale sopracitato potranno avvenire solo a seguito di specifica autorizzazione rilasciata dagli aventi diritto/dall'editore.

Le informazioni contenute in questo volume sono soggette a inevitabili e rapide variazioni, ragion per cui è impossibile evitare inesattezze, imprecisioni e anacronismi. In questo senso gli autori declinano ogni responsabilità per eventuali inconvenienti subiti dal lettore. Si declina inoltre ogni responsabilità anche per eventuali incidenti di qualsiasi natura verificatisi nel percorrere i sentieri descritti nella presente guida.

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte di questo volume può essere riprodotta, memorizzata o trasmessa in alcuna forma e con alcun mezzo (elettronico, meccanico, fotocopia o in altro modo), compresi cinema, radio, televisione, senza l'autorizzazione scritta dell'autore.

Indice

Introduzioni	5
Riccardo Barotti	7
Oriana Drovandi	11
Enrica Salvatori	13
Avvertenze	17
Regole e suggerimenti del CAI	18
Classificazione delle difficoltà	20
Val di Vara in generale	21
Aspetti geologici	27
Habitat e profilo botanico	30
Aspetti faunistici	35
Sentieri	39
Pieve di Zignago - Monte Dragnone - Pieve di Zignago	40
Foce del Castellaro - Monte Castellaro	47
Brugnato - Pieve di Zignago	50
Brugnato - Pieve di Zignago ("via di boeu")	55
Carro - Quattro Strade - Monte San Nicolao	59
Carro - Passo della Mola - Monte San Nicolao	66
Madrignano - Passo Alpicella	69
Passo Alpicella - Madrignano	75
Passo Alpicella - Valico dei Casoni	78
Ponte di Ramello - Beverone - Valico dei Casoni	86

Borghetto di Vara - Casale - Pignone	89
Termine di Roverano - Monte Pistone - Termine di Roverano	97
Pignone - Monte Castellaro - Monte Malpertuso	102
Località Selva - Monte Malpertuso	109
Corvara - Monte Malpertuso	113
Casella - Quaratica - Casella	120
Casella - Santuario di San Gottardo - Monte Gaginarà	125
Riccò - Casella - Passo della Cigoletta	127

Appendici	131
I comuni della Val di Vara coinvolti	133
Sport all'aperto	148
Manifestazioni ed eventi	154
Indirizzi utili	159



Intro
du
zioni



Nelle dense nebbie di una cruda crisi globale, contro ogni buona prospettiva di fuga che inviterebbe a cercare rifugio e salvezza nella difesa delle proprie peculiarità oltre il buio di omogeneizzazioni incalzanti, sotto la scure maldestra ed approssimativa di una retta, ma troppo passionale, volontà razionalizzante della spesa pubblica, sono stati gettati gli Enti locali, iniziando, come sempre nelle lotte elitarie, dall'attacco ai più deboli ed ai più lontani: nello specifico dai piccoli Comuni, vittime di convulse, ripetute manovre finanziarie recenti, anche ferragostane.

Con l'illusorio obiettivo di risparmiare risorse, si costringono Enti onorevolissimi, spesso arroccati a presidio di colli e montagne difficilmente accessibili, nel territorio nazionale più soggetto a rischio idrogeologico, a gestioni associate di servizi dalla dubbia economicità e certa inefficienza, che parrebbero ideate asetticamente a tavolino con abachi, squadre e righelli, minando l'ordinamento secolare dello Stato, in nome del contenimento di sprechi ancora ostentati, purtroppo, in altre più comode sedi, torri eburnee decisionali di elitario privilegio, senza neppure il minimo pudore richiesto dal buon gusto sociale.

Si stringono ed impongono dall'alto reti tra Enti a volte geograficamente vicini, ma culturalmente lontani, quindi privi di un comune patrimonio identitario che possa fecondare unioni fredde, sterili e quindi antieconomiche.

La costruzione di una solida identità condivisa, che allar-

ghi gli orizzonti oltre il Comune all'intera Valle, come oltre il quartiere alla città, o, in contesti sempre più aperti, oltre la singola nazione all'Europa, è la premessa fondamentale, in un percorso di lunga durata, per l'edificazione di una casa collettiva, in cui le famiglie possano partecipare ad alcune spese gestionali di condominio, riconoscendosi parte di un'unità funzionale più ampia e conservando nel contempo memoria delle proprie specificità nucleari.

La cultura, insomma, non deve considerarsi sovrastruttura, ma struttura portante di ogni processo politico, tanto più in un momento difficile come il presente. Del resto è proprio nei periodi di crisi che sono fioriti i movimenti culturali più splendidi della civiltà umana: contro le teorie classiche di ascendenza volterrana, ad esempio, la storiografia recente ha dimostrato come proprio la crisi economica del XV secolo sia stata culla dello sbocciare del Rinascimento italiano.

All'alba di un nuovo anno, ormai prossimo, questo vuole dunque essere il primo significato di cui possa farsi messaggero il progetto *Tra Monti*, nella sua prima pregiata manifestazione pubblica attraverso la stampa del presente volume.

Insieme il progetto è testimonianza della capacità e dell'intelligenza dei piccoli Comuni che in un *annus horribilis*, come questo 2011, sono riusciti, attraverso un finanziamento ministeriale, ad investire in cultura per abitante quanto pochi altri Enti hanno potuto fare.

I piccoli Comuni infine si sono affidati alle forze più energiche della società, troppo spesso dalla quest'ultima tenute in disparte, se non emarginate: i giovani, che con la propria intelligenza, il proprio entusiasmo e la propria disciplina hanno materializzato un anno di lavoro e studio in preziose opere reali e virtuali, che speriamo possano essere valido aiuto, nel tempo, a studenti e studiosi presenti e futuri.

Come per Davide vincere Golia, così per un piccolo Comune come Rocchetta di Vara è stato epico ideare, gestire e concludere un progetto complesso e profondo come *Tra*

Monti, concepito in poche notti di studio matto e disperatissimo, ma cresciuto in mesi di attività minuziosa e capillare. Il mio ringraziamento è dunque innanzitutto all'Assessore Oriana Drovandi, coordinatrice dell'impresa, quindi agli amici, agli Enti ed alle molte associazioni che hanno voluto condividere, in momenti diversi, un percorso tanto lungo ed impegnativo. Mi permetto di citare tra i primi almeno la prof.ssa Enrica Salvatori, la prof.ssa Monica Baldassarri; tra i secondi il Ministero della Gioventù, l'ANCI, la Comunità montana della Val di Vara. A tutti ed ognuno si estende la gratitudine di quanti sono e saranno convinti che conoscere il passato, lontano o recente, della propria famiglia come della propria terra, sia imprescindibile per sopravvivere al presente, costruendo un futuro degno della nostre piccole o grandi civiltà personali e collettive.

Riccardo Barotti

Sindaco del Comune di Rocchetta di Vara

L'ambizioso progetto *Tra Monti. Itinerari tra generazioni lungo i crinali della Val di Vara* è nato dal desiderio di creare uno strumento che fosse al tempo stesso guida e conoscenza della Val di Vara, utilizzabile da turisti e autoctoni per conoscere e apprezzare al meglio le peculiarità del nostro territorio.

Il ricorso ai giovani studenti quali incaricati della realizzazione del progetto ha accresciuto di valore il bel disegno già delineato in fase iniziale arricchendolo di freschezza e semplicità nelle linee e nella stesura materiale.

Al tempo stesso le professionalità altamente qualificate che hanno curato le varie fasi del progetto, dagli archeologi agli storici e agli esperti informatici, affiancate e dirette da un sapiente direttore d'orchestra quale la Professoressa Enrica Salvatori, hanno consentito il completamento del progetto nei tempi stabiliti e con l'unica proroga richiesta al 31/12/2011 resasi necessaria anche per i gravissimi eventi del 25 ottobre 2011.

Proprio in considerazione dell'accaduto, acquistano ancora più valore i rilievi archeologici fatti in luoghi che sono stati duramente colpiti, come Cassana nel comune di Borghetto, che oggi vede il suo territorio completamente stravolto e dove i rilievi avevano messo in luce cose ormai sepolte per sempre.

All'alluvione, che ha interessato ben cinque dei nove comuni partecipanti al progetto, è stato dato uno spazio all'interno degli studi anche se non prevedibile inizialmente, per-

ché i segni lasciati sul territorio e sul patrimonio culturale esistente saranno indelebili ed è quindi necessario tracciarne il passaggio anche se in modo marginale.

La realizzazione del progetto non è stata semplice, anche se tutti hanno effettivamente collaborato a superare le difficoltà che si sono presentate nel tempo. Oggi con soddisfazione posso affermare che aver avuto l'occasione di dare a tanti ragazzi la possibilità di dimostrare il loro valore è stato molto soddisfacente.

Sarebbe auspicabile poter valorizzare ora quanto è stato realizzato, utilizzandolo nell'ambito di progetti turistici che possano promuovere tutto il territorio e farlo conoscere al di fuori delle nostre comunità, offrendo anche l'occasione di nuove occupazioni per le giovani risorse emerse dal progetto.

Oriana Drovandi

Assessore del Comune di Rocchetta di Vara
Ricerca e valorizzazione del territorio

Il progetto *Tra Monti* è stato un inusuale e virtuoso esempio di reale comunicazione tra università ed enti del territorio, che si è trasformato in corso d'opera in un complesso di ricerche estremamente innovativo e d'avanguardia nel campo dei beni culturali.

Il primo importante passo è stato fatto dal Comune di Rocchetta di Vara che, nel presentare nel 2010 al Ministero della Gioventù il progetto *Tra Monti* – risultato poi l'anno successivo vincitore di un cospicuo finanziamento – ha costruito parte del dossier sulla base di una proposta di collaborazione presentata, in un periodo ancora anteriore al Comune stesso, da un archeologa dell'Università di Pisa, Monica Baldassarri, che poi è diventata uno dei pilastri della fase attuativa del progetto. Nel fare questa apparente operazione di “copiatu-
ra” il Comune ha in realtà agito con estrema intelligenza, sapendo riutilizzare in maniera efficace e fattiva un complesso di proposte che l'istituzione comunale da sola non sarebbe mai stata in grado di elaborare e men che meno attuare. In particolare si trattava, nella proposta originaria, di operare un censimento delle emergenze architettoniche e archeologiche conservatesi fino ai nostri giorni e fare una ricognizione archeologica a tappeto del territorio comunale, al fine di ricostruire percorsi di fruizione del territorio che coniugassero risultanze scientifiche ed esigenze di valorizzazione del patrimonio storico culturale della zona.

A questo forte nucleo di ricerca, il Comune di Rocchetta di Vara ha poi unito la volontà di recuperare non solo le testi-

monianze di un passato lontano, ma anche e soprattutto le memorie degli abitanti più anziani della Valle, per costruire una sorta di ponte generazionale, di canale di trasmissione di ricordi, per un territorio che aveva subito, nel giro di poche decine d'anni, profonde trasformazioni, la maggior parte delle quali legate al fenomeno dell'abbandono.

A questo progetto il Comune è riuscito a collegare altri enti territoriali-amministrativi della Val di Vara, in particolare i comuni di Beverino, Borghetto di Vara, Brugnato, Calice al Cornoviglio, Carro, Pignone, Riccò del Golfo, Zignago. La "natura" del progetto stesso prevedeva poi, oltre che l'assegnazione della direzione scientifica a persone competenti, anche il coinvolgimento diretto di giovani del territorio in incarichi di tipo operativo, idonei anche a dar loro un certo grado di formazione.

A questo punto è entrata di nuovo in azione l'Università, nella persona della sottoscritta, che, incaricata di sovrintendere il progetto nel suo complesso, lo ha modulato e rivisto all'interno di una griglia di istanze e di linee guida proprie a più discipline collegate fra loro, in particolare la Storia, l'Archeologia, la Geografia e l'Informatica Umanistica. Il risultato è stato un complesso di ricerche interconnesse, che ha riguardato contemporaneamente:

- il censimento dei beni storico-archeologici della Valle;
- l'inserimento di questi dati in una mappa interattiva accessibile via web a tutti e capace di restituire in maniera dinamica i risultati dell'indagine;
- la realizzazione di video-interviste ad abitanti anziani della Valle fatta da un'équipe di giovani residenti e il loro inserimento in un sito web di tipo 2.0;
- la creazione di una biblioteca digitale con la bibliografia relativa alla Val di Vara;
- l'elaborazione di percorsi *trekking* di carattere storico-naturalistico;
- l'inserimento di tutti questi materiali in un sito web di

tipo 2.0 in cui fosse possibile una navigazione semplice, una facile modifica del contenuto e la partecipazione attiva della popolazione al sito stesso tramite l'inserimento dati o la valutazione dei materiali già presenti.

Proprio nel periodo centrale del progetto si è verificato un evento catastrofico per la Val di Vara, l'alluvione del 25 ottobre 2011. Un progetto come il nostro che – come si è cercato di spiegare – intendeva rendere effettivamente pubblica e condivisa la storia di un territorio e di una comunità, non poteva non considerare rilevante un evento che ha riguardato larga parte della Valle e che sarà considerato determinante per molti anni a venire. È risultato quindi immediatamente chiara l'importanza di operare una raccolta organizzata della documentazione relativa all'alluvione. In particolare poteva risultare più che realizzabile una raccolta del materiale fotografico e audio/video ad essa relativo tra quanti – abitanti, protezione civile, volontari – avevano spontaneamente documentato l'accaduto e gli interventi di soccorso e ricostruzione. A questo fine è stata aperta una sezione apposita del sito, costruita più o meno come quella delle video-interviste ed è stata avviata una campagna informativa per la raccolta del materiale. Campagna che, mentre sto scrivendo (dicembre 2011), è ancora in corso.

Infine, a compimento del progetto, è stato pubblicato un volume diviso in due tomi. Il primo contiene saggi scientifico-divulgativi sulla storia della Valle (*Tra monti. Storia e territorio della Val di Vara*); il secondo – quello che qui si presenta – contiene la descrizione di una serie di sentieri e percorsi nella Val di Vara scelti da un lato per il loro valore paesaggistico, dall'altro per il fatto di toccare abitati e strutture interessanti dal punto di vista culturale. I testi sono di Marco Della Croce e Amedeo Bacchi, che hanno avuto la collaborazione attiva del CAI della Spezia.

Come si può ben comprendere i due tomi vanno di pari

passo: il primo presenta risultati di ricerca, il secondo usa questi risultati per valorizzare pienamente il territorio della Val di Vara nella sua potenziale offerta per un turismo consapevole e intelligente.

Enrica Salvatori

Avvertenze

I sentieri descritti in questo libro sono, di fatto, privi di difficoltà insormontabili. Questo non vuol dire che siano adatti a tutti.

La natura impervia di alcuni di essi e i dislivelli talvolta molto significativi esigono infatti, per chi volesse affrontarli in maniera sicura, un buon grado di allenamento e un'attrezzatura consona. Sono d'obbligo, quindi, le scarpe da *trekking*, un cappello e gli occhiali da sole (specie nei mesi più caldi), uno zaino con all'interno degli indumenti impermeabili, un'adeguata riserva d'acqua, orari degli autobus a disposizione, il telefonino per eventuali emergenze e, soprattutto, una cartina ufficiale dei sentieri (minimo in scala 1:25000).

Con tali accorgimenti, camminare su questi sentieri (generalmente percorribili tutto l'anno, anche se i periodi migliori restano la primavera e l'autunno) si rivelerà sicuramente una magnifica esperienza. Chi ama il *trekking*, infatti, in qualche maniera fa e consuma cultura, anche se da un punto di vista non convenzionale. Una giornata passata sulle mulattiere della Val di Vara ci insegna sempre qualcosa di più sugli aspetti storici e geografici di questi luoghi, ci mette in contatto con gli straordinari aspetti geologici, botanici e zoologici esistenti, ci fa incontrare e conoscere persone nuove, ci fa scoprire la cucina e i modi di vivere degli abitanti dei paesi che visitiamo, ci regala, infine, meravigliosi panorami e imperdibili occasioni di riflessione.

Regole e suggerimenti del CAI

Per le tue escursioni in montagna, scegli itinerari in funzione delle tue capacità fisiche e tecniche, documentandoti adeguatamente sulla zona da visitare. Se cammini in gruppo prevedi tempi di percorrenza in relazione agli escursionisti più lenti.

Provvedi ad un abbigliamento ed equipaggiamento consono all'impegno e alla lunghezza dell'escursione e porta nello zaino l'occorrente per eventuali situazioni di emergenza, assieme ad una minima dotazione di pronto soccorso.

Di preferenza non intraprendere da solo una escursione in montagna e, in ogni caso, lascia detto a qualcuno l'itinerario che prevedi di percorrere, ravvisandolo del tuo ritorno.

Informati sulle previsioni meteo e osserva costantemente lo sviluppo del tempo.

Nel dubbio torna indietro. A volte è meglio rinunciare che arrischiare l'insidia del maltempo o voler superare difficoltà di grado superiore alle proprie forze, capacità, attrezzature. Studia preventivamente itinerari alternativi di rientro.

In caso di incidente chiama il Soccorso Alpino seguendo le poche e chiare regole, indicando: il tuo nome e il tuo numero di telefono, cosa è successo, quando, genere delle ferite, esattamente dove, altitudine, condizioni meteo, ostacoli nella zona (cavi, fili, ecc.).

Non esitare a farti aiutare da una persona esperta.

Fai attenzione a indicazioni e segnaletica che trovi sul percorso.

E comunque:

- Riporta a valle i tuoi rifiuti.
- Rispetta la flora e la fauna.
- Evita di uscire inutilmente dal sentiero e di fare scorcio.
- Rispetta le culture e le tradizioni locali ricordandoti che sei ospite delle genti di montagna.

Classificazione delle difficoltà

T. Sentiero Turistico: itinerario con percorsi evidenti, su strade, mulattiere, comodi sentieri generalmente in bassa quota. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

E. Sentiero Escursionistico: itinerario che si svolge generalmente su sentieri anche a quote elevate. Possono essere esposti, su pendii erbosi o detritici, su tratti nevosi, con passaggi attrezzati non impegnativi. Richiedono allenamento, senso dell'orientamento e conoscenza della montagna.

EE. Sentiero per Escursionisti Esperti: itinerario che comporta passaggi rocciosi di facile arrampicata, o attraversamento di canali nevosi, tratti aerei o esposti, passaggi su terreno infido. Richiedono equipaggiamento e preparazione adeguati, esperienza, assenza di vertigini.



Val
di Vara
in gene
rale





Cartina della Val di Vara (© Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Compresa interamente nella provincia della Spezia, la Val di Vara deve il suo nome al fiume che l'attraversa, il più lungo della regione. Il Vara nasce infatti sulle pendici meridionali del monte Zatta e si sviluppa per quasi 60 Km fino alla confluenza col fiume Magra, in località Fornola, nel comune di Vezzano Ligure. I suoi numerosi affluenti, quasi tutti a regime torrentizio, incidono delle piccole valli secondarie sia verso costa che in direzione dell'entroterra. I più importanti sono il Borsa, il Torza, il Rio Colla, il Gottero, il Mangia, il Gravegnola e il Chicciola.

La Val di Vara è disposta secondo un orientamento nord-ovest/sud-est, parallelamente al profilo costiero delle Cinque Terre e della riviera spezzina. Confina a nord con la Valle del Taro, lungo il tratto di spartiacque padano-tirrenico compreso tra i due più importanti nodi orografici e idrografici dell'estremo levante ligure, il monte Gottero (1639 m) e il monte Zatta (1404 m), da cui si distaccano due spartiacque secondari: dal primo origina una dorsale che ha andamento parallelo alla linea costiera e che termina nella piana di Sarzana, alla confluenza del Vara e del Magra. Dal secondo se ne distacca un'altra in direzione sud-est e che termina a Portovenere. Altri monti importanti sono il monte Passo del Lupo (1501 m) e il monte Porcile (1249 m).

Il clima della Val di Vara è di tipo mediterraneo-montano ed è caratterizzato da precipitazioni medie abbondanti, pari a circa 1700 mm all'anno, con un massimo relativo in prima-

vera e uno assoluto in autunno, generalmente in novembre. Le temperature sono moderate, con valori invernali non eccessivamente bassi ed estati fresche.

La Val di Vara è la più grande vallata della Liguria ed è tra le prime in Italia per indice di boscosità. È infatti occupata per il 61% da boschi cedui e boschi ad alto fusto, da praterie e pascoli (16%), da coltivi (10%), da formazioni fluviali (7%) e da vegetazione di tipo arbustivo (4%).

Il suo territorio si estende per 545 km² (rappresenta quasi i 2/3 della superficie totale della provincia spezzina) e coinvolge una popolazione complessiva di oltre 30.000 persone. Una bassa densità di antropizzazione, dunque, in un'area suddivisa, da un punto di vista amministrativo, in quindici comuni: Beverino, Bolano, Borghetto di Vara, Brugnato, Calice al Cornoviglio, Carro, Carrodano, Follo, Maissana,



Le Apuane viste dal monte Cornoviglio (foto Bacchi)



La confluenza del Vara nella Magra (foto Bacchi)

Pignone, Riccò del Golfo di Spezia, Rocchetta di Vara, Sesta Godano, Varese Ligure e Zignago.

Storicamente, la sua particolare posizione geografica, incastonata tra la Riviera di Levante, il Genovesato, il Parmense e la Lunigiana, ha da sempre conferito alla Val di Vara un'importanza enorme da un punto di vista delle vie di comunicazione e degli scambi commerciali. Numerose sono infatti le direttrici che da secoli mettono in comunicazione il mare con l'entroterra, grazie anche alla presenza di numerosi valichi e selle, come i passi del Bracco, di Velva, del Biscia, delle Cento Croci e del Rastrello. La più importante è sicuramente la via consolare chiamata *Aemilia Scauri*, sul cui tracciato verrà poi impostandosi in età medievale e moderna la via Aurelia, tutt'ora l'itinerario di fondovalle di maggior importanza dell'intero comprensorio. Lungo questa direttrice sono sorti

e si sono consolidati nel corso dei secoli i più importanti insediamenti della valle.

Di grande importanza storica, infine, anche la *Strada Reggia*, una delle numerose “*vie del Sale*” esistenti, che coincide sostanzialmente con il percorso di crinale facente parte della porzione orientale dell’*Alta Via dei Monti Liguri*.

In funzione delle sue caratteristiche geomorfologiche, la Val di Vara può essere suddivisa in due grandi aree territoriali:

- a. Alta e Media Val di Vara: la fascia più in quota coincide in gran parte col crinale appenninico ed è di fatto disabitata, caratterizzata da grandi superfici dedite al pascolo che costituisce la risorsa principale dell’area. L’area di fondovalle, un tempo caratterizzata quasi esclusivamente da coltivazioni di tipo familiare, ha vi-



La Val di Vara, vista dal monte San Nicolao (foto Bacchi)

sto negli ultimi anni una forte contrazione demografica. La riduzione della popolazione è però coincisa con una trasformazione del tessuto economico, oggi dedito principalmente all’agricoltura e all’allevamento con metodi biologici.

- b. Bassa Val di Vara: è l’area maggiormente abitata ed è caratterizzata da un sistema viario molto sviluppato e da un tessuto economico che varia dall’agricoltura intensiva ad attività manifatturiere, dal commercio al terziario.

Aspetti geologici

La Val di Vara si sviluppa sostanzialmente secondo un asse parallelo al profilo costiero all’interno di una depressione creata in seguito ai movimenti tettonici che hanno deter-



Fenomeni franosi mettono in evidenza la stratificazione delle rocce (foto Bacchi)



Affioramenti rocciosi nei pressi del Bracco (foto Bacchi)

minato la formazione dell'Appennino settentrionale. Nel Giurassico superiore (150 milioni di anni fa) tutta l'area era infatti compresa all'interno di un grande bacino marino denominato Oceano ligure-piemontese, sui cui fondali formati da rocce come i basalti e le ofioliti, per decine di milioni di anni si sono accumulati sedimenti silicei (diaspri), carbonatici (calcarei) e argillosi.

Il movimento di avvicinamento della placca europea con quella africana, e il conseguente corrugamento della crosta terrestre, iniziato nel Cretaceo superiore (circa 90 milioni di anni fa), hanno portato alla formazione e all'emersione prima della catena alpina e in seguito di quella appenninica.

A questa fase ne è poi seguita una successiva, iniziata nel Pliocene superiore (4 milioni di anni fa), caratterizzata da una fase di distensione della crosta terrestre con la conseguente



Ofioliti (foto Bacchi)

formazione di una depressione al cui interno si è impostato il corso del fiume Vara.

L'attuale configurazione della vallata si sarebbe raggiunta nell'Olocene (circa 10.000 anni fa), in seguito al sollevamento delle alture che chiudono a nord il golfo di la Spezia e ad un probabile episodio di cattura fluviale da parte di un affluente di destra del Magra, fenomeni in seguito ai quali il Vara dopo aver deviato bruscamente verso est nei pressi di Padivarma defluisce poi nella piana del fiume Magra.

Le rocce che oggi affiorano nel comprensorio della vallata sono quindi il prodotto del lungo e per certi versi caotico processo di formazione dei rilievi in questo settore dell'Appennino. Le tipologie di rocce prevalenti possono essere così sommariamente individuate:

1. le ofioliti o "pietre verdi", che formavano il fondale

dell'antico bacino oceanico e che hanno i loro affioramenti più caratteristici nella zona tra Carro e Maissana, nel Bracco e nei dintorni di Rocchetta Vara e Zignago (monte Dragnone).

2. le arenarie, che costituiscono l'ossatura delle due dorsali che delimitano i due lati della Val di Vara e il maggior rilievo della zona, il monte Gottero.
3. i calcari, che ai giorni nostri affiorano prevalentemente nella bassa Val di Vara, alle spalle della Spezia.
4. i diaspri, rinvenibili soprattutto nella parte alta della vallata (famosa la cava preistorica della Valle del Lagorara) e nella zona di Rocchetta Vara.

Habitat e profilo botanico

In Val di Vara sono presenti *habitat* molto differenti fra loro, che contribuiscono a rendere questo territorio particolarmente vario e complesso da un punto di vista naturalistico. Una biodiversità che viene in primo luogo garantita dalla presenza dei numerosi corsi d'acqua presenti e dal secolare lavoro dell'uomo che, nel corso del tempo, ha saputo mantenere un giusto equilibrio tra antropizzazione e rispetto del territorio.

Partendo dal crinale e scendendo verso il fondovalle possiamo suddividere il territorio in almeno sette ambienti naturalistici differenti.

1. **prateria:** presente alle quote più alte è una formazione quasi sempre di origine artificiale, frutto di antichi disboscamenti finalizzati alla creazione di territori adatti al pascolo, un tempo risorsa fondamentale dei comuni dell'Alta Val di Vara. Il prato, laddove la vegetazione di tipo arbustivo non ha ancora riconquistato lo spazio originario, è popolato da piante che resistono a forti sbalzi termici diurni e stagionali, tra cui la Costolina Appenninica (*Robertia taraxacoides*), la Poligala Falso-

Bosso (*Polygala chamaebuxus*), il raro Fiordaliso Unifloro (*Centaurea uniflora*) e alcuni esemplari di orchidee.

2. **pineta:** si alterna alla prateria alle quote più alte, ma è presente soprattutto sulle pendici delle montagne. Pur non essendo nativa di queste zone, la sua presenza è dovuta alle politiche di rimboschimento di aree abbandonate, spesso soggette a fenomeni erosivi, avviate in Val di Vara a partire dagli anni Trenta del secolo scorso. Gli esemplari più numerosi sono il Pino Silvestre (*Pinus sylvestris*), il Pino Strobo (*Pinus strobus*) e soprattutto il Pino Nero (*Pinus nigra*), ma non sono rare anche altre conifere, come l'Abete Bianco (*Abies alba*), l'Abete Rosso (*Picea excelsa*) e il Larice (*Larix decidua*). Il sottobosco della pineta, invece è naturalmente povero e caratterizzato da una scarsa capacità di rinnovamen-



Betulle (foto Bacchi)

to. Si segnala la presenza, soprattutto nelle rupi e nelle pietraie, della Borracina di Mondovì (*Sedum Monregalense*). Pinete diffuse si trovano a Veppo, Suvero, Calice al Cornoviglio e Zignago.

3. **faggeta:** occupa i rilievi ad altitudini superiori ai 7-800 metri e generalmente nei versanti esposti a nord. Si tratta di un *habitat* estremamente adatto a questa zona, grazie alla presenza costante di temperature medio-basse e di un elevato tenore di umidità atmosferica. Prova ne è che, laddove è stata distrutta per fare posto ai pascoli, quando il carico di bestiame diminuisce la faggeta tende a ritornare. Oltre il Faggio (*Fagus sylvatica*), questo tipo di bosco comprende anche altri alberi, come il Maggiociondolo delle Alpi (*Laburnum alpinum*), l'Acero di Monte (*Acer pseudoplatanus*) e numerose spe-



Felci vicino al torrente pignone (foto Della Croce)

cie arbustive, come il Mirtillo Nero (*Vaccinium myrtillus*), l'Erica Carnicina (*Erica carnea*) e il Sambuco Rosso (*Sambucus racemosa*). Nel sottobosco ritroviamo il Bucaneve (*Galanthus nivalis*), la Felce Aquilina (*Pteridium aquilinum*), la Ginestra Spinosa (*Genista spinosa*) e la Ginestra dei Carbonai (*Cytisus scoparius*). Estese faggete si trovano nei versanti settentrionali del monte Zatta e del Gottero e tra il monte Cornoviglio e il passo del Rastrello.

4. **castagneto:** normalmente presente tra i 200 e i 1000 metri, è l'*habitat* territorialmente più esteso della Val di Vara, anche se nell'ultimo secolo la sua area si è drasticamente ridotta a causa di disboscamenti finalizzati all'ottenimento di legna da ardere o destinata alle costruzioni. Pur essendo una pianta indigena, sopravvissuta anche alle glaciazioni del Quaternario, la sua diffusione nella zona è da attribuire all'uomo che la ha coltivato sia per i frutti che per il legno dovunque le caratteristiche del suolo e climatiche lo hanno permesso. Fino all'ultima guerra tutti i castagneti della zona erano costituiti da castagni da frutto (*Castanea sativa*), poi le mutate condizioni socio-economiche ne hanno comportato l'abbandono. Il castagno da frutto sopravvive ancora nei comuni di Carro e di Maissana, altrove quasi tutti i castagneti sono cedui e tendono a tornare al cerreto-carpinetto da cui derivano. Nel sottobosco si ritrovano piante di Corbezzolo (*Arbutus unedo*), di Eliscriso (*Helichrysum italicum*), di Erica Arborea (*Erica arborea*), di Agrifoglio (*Ilex aquilinum*) e di Brugo (*Calluna vulgaris*).
5. **bosco misto montano:** questo *habitat* si situa in una fascia altitudinale compresa tra i 5-600 e i 1000 m. Gli alberi tipici di questa associazione sono il Cerro (*Quercus cerrus*), la Robinia (*Robinia pseudoacacia*), il Frassino maggiore (*Fraxinus excelsior*), il Carpino bianco (*Carpi-*



Castagneta (foto Della Croce)

nus betulus), il Sorbo Montano (*Sorbus aria*) e il Sorbo degli Uccellatori (*Sorbus Aucuparia*). Un tempo questo ambiente era molto esteso per via delle condizioni ambientali estremamente favorevoli. Per secoli l'uomo ha cercato di trasformare questo tipo di bosco in castagneto o in pascolo. Oggi, invece, questi boschi sono per lo più relegati lontano dai centri abitati o là dove il substrato calcareo non permette la crescita del castagno. Tra le piante del sottobosco ricordiamo numerosi esemplari di muschi, di felci e di rovi.

6. **querceto:** è l'ambiente che si ritrova su quasi tutte le pendici collinari e montane della Val di Vara fino a una quota che, di norma, non supera i 500 metri di altezza. I pendii meglio esposti al sole sono in gran parte dominati dalla Roverella (*Quercus pubescens*) e dal Leccio (*Quercus ilex*), mentre le zone più fresche e ombro-

se sono occupate da boschi misti in cui prevalgono il Cerro (*Quercus cerris*), il Carpino nero (*Ostrya carpinifolia*), l'Acero (*Acer campestre*), l'Olmo (*Ulmus minor*), il Nocciolo (*Corylus avellana*) e il Maggiociondolo (*Laburnum anagyroides*). Nel sottobosco spiccano esemplari di Anemone trifoliato (*Anemone trifolia*), di Scilla Silvestre (*Scilla bifolia*) e di orchidee spontanee. Querceti significativi si trovano nei comuni di Zignago e di Calice al Cornoviglio.

7. **foresta alluvionale:** è l'habitat che prevale sul fondo valle, lungo le rive del fiume Vara e dei suoi numerosissimi affluenti a regime torrentizio. In questo ambiente prevalgono esemplari di Ontano (*Alnus Glutinosa*), di Salice Rosso (*Salix purpurea*), di Salice Ripaiolo (*Salix eleagnos*), di Pioppo Bianco (*Populus Alba*) e di Pioppo Nero (*Populus Nigra*). Il ricco sottobosco comprende l'Inula (*Inula viscosa*), il Ceratofillo (*Ceratophyllum demersum*), il Millefoglio d'Acqua (*Myriophyllum verticillatum*), varie specie di felci, tra cui la Scolopendria (*Phyllitis scolopendrium*) e Polipodi vari, muschi, canneti ed epatiche.

Aspetti faunistici

La scarsa antropizzazione della zona e la buona conservazione di habitat naturalistici estremamente diversi fra loro ha reso la Val di Vara un vero e proprio "paradiso" da un punto di vista faunistico.

Tra i carnivori si trovano il Lupo (*Canis lupus*), il Cinghiale (*Sus scrofa*), la (*Vulpes vulpes*), la (*Martes foina*), la (*Mustela nivalis*) e il Tasso (*Meles meles*). Grande presenza anche di specie insettivore, come la (*Talpa europaea*) e il (*Erinaceus europaeus*), e di roditori, come lo (*Sciurus vulgaris*), il (*Glis glis*) e il (*Muscardinus avellanarius*). Tra i chiroterteri si rilevano il mi-

nore (*Rhinolophus hipposideros*), il Pipistrello nano (*Pipistrellus pipistrellus*) e la Nottola (*Nyctalus noctula*).

Di grande importanza è l'avifauna, anche perché il comprensorio del Vara - assieme a quello della vicina Magra - si sviluppa lungo alcune tra le principali direttrici migratorie italiane. Alle quote più alte non è raro scorgere diverse specie di rapaci, tra cui l'Aquila Reale (*Aquila chrysaetos*), il Gheppio (*Falco tinnunculus*), il Gufo (*Asio otus*), il Barbagianni (*Tyto alba*), la Civetta (*Athene noctua*) e l'Allocco (*Strix aluco*). Tra gli altri uccelli presenti nella valle da segnalare la Pernice Rossa (*Alectoris rufa*), il Cuculo (*Cuculus canorus*), il Picchio Muraiolo (*Tichodroma muraria*), il Picchio Rosso (*Dendrocopos major*), l'Usignolo (*Cuculus canorus*), la Foglaga (*Fulica atra*), l'Airone Cinerino (*Ardea cinerea*), il Cavaliere d'Italia (*Himantopus himantopus*) e l'Alzavola (*Anas crecca*).

Tra gli anfibi vanno segnalati la Salamandra Pezzata (*Sa-*



Un airone cenerino (© Archivio fotografico della Provincia della Spezia)



Mucche nei pressi di Zognago (© Archivio fotografico della Provincia della Spezia)



Un'Aquila Reale (© ANPS)

lamandra salamandra), la Salamandrina (*Salamandrina perspicillata*), il Tritone Alpêtre (*Mesotriton alpestris*), la Comune (*Hyla arborea*) e il (*Speleomantes ambrosii*), particolarmente diffuso nelle zone carsiche intorno a Riccò del Golfo di Spezia e Pignone.

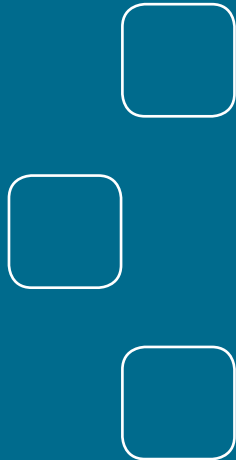
Tra i rettili invece ricordiamo il Comune (*Tarantola mauritanica*), la (*Podarcis muralis*), l' (*Anguis fragilis*) e il (*Coluber viridiflavus*).



Un cinghiale (foto Siwild)



Sen
tie
ri



Pieve di Zignago (632 m) - Monte Dragnone (1010 m) - Pieve di Zignago (632 m)

Lunghezza 6 km

Tempo di percorrenza 3,00 ore

Dislivello 378 m

Difficoltà E

Segnavia 18/NO

Si tratta di un percorso ad anello molto bello, soprattutto da un punto di vista naturalistico e per i grandiosi scorci panoramici. La salita si sviluppa lungo le pendici del monte Dragnone, completamente coperta da una folta pineta, fino alla cima dove sorge un santuario ottocentesco.

Il sentiero inizia alla sinistra del campanile della chiesa parrocchiale di San Pietro Apostolo, a Pieve di Zignago (628 m), sotto forma di una stradina asfaltata che taglia in leggera salita il borgo. Dopo aver superato alcune villette, la strada si trasforma in un'ampia sterrata, contraddistinta dal classico segnavia bianco-rosso del CAI.

Dopo aver superato una modesta edicola votiva sulla nostra sinistra, ci addentriamo in un folto bosco misto, popolato da esemplari di Cerro, Roverella, Carpino Nero, Castagno e Acero Campestre, ciò che rimane della foresta originale che un tempo ricopriva tutta la zona. A un certo punto ci imbattiamo, sulla destra, su una grande formazione rocciosa isolata, chiamata *Zampa du Diavù*, oggetto di una leggenda popolare.

Dopo pochi passi la sterrata comincia a salire, prima dolcemente, poi in maniera più decisa, lungo il contrafforte sud-



Zignago-Dragnone



Segnavia (foto, Della Croce)

occidentale del monte Dragnone. Ai lati ci accompagna una vegetazione arbustiva ricca di piante di Elicriso, Ginestra Spinosa e Ginestra dei Carbonai. Sulla sinistra, verso ovest, laddove la vegetazione lo consente, la vista spazia sulle sottostanti valli dello Zignago, attraversati dal torrente Mangia, caratterizzati da ampie aree destinate al pascolo.

Ben presto il bosco misto lascia spazio alla pineta che avvolge quasi completamente il monte Dragnone fino alla vetta. Si tratta di un bosco costituito esclusivamente da alti alberi di Pino Nero, una pianta dalla chioma di un intenso verde scuro e dalla corteccia grigio chiara. Il bosco è frutto di un rimboschimento operato, negli anni Cinquanta del secolo scorso, dal Corpo Forestale dello Stato.

Dopo qualche minuto arriviamo su uno spiazzo (747 m), su cui sorgono i resti di una piccola *Palestra nel Verde*, ci troviamo di fronte a un bivio. Davanti a noi c'è il sentiero n. 18, che conduce al monte Castellaro (e, da qui, sull'Alta Via dei



Cima del Dragnone (foto Della Croce)

Monti Liguri), ma che noi per il momento ignoriamo (lo percorreremo, in senso contrario, al ritorno). Svoltiamo invece a destra dove si distacca una mulattiera più stretta e molto ripida. Un segnale, dopo pochi passi, indica che la cima del monte Dragnone è a quaranta minuti di cammino.

L'ascesa si fa via via più impegnativa e procede seguendo ampi tornanti che risalgono le pendici sotto la pineta. Durante la salita, ai lati della sterrata non è infrequente imbattersi in ordinati depositi di tronchi tagliati, a testimonianza che in questa zona la produzione di legname è un'importante risorsa economica. Da notare che in questo tratto non c'è traccia di segnavia.

Dopo una trentina di minuti di cammino, improvvisamente il bosco scompare e lascia spazio a un ambiente aspro e roccioso, da dove si gode un magnifico colpo d'occhio sul vicino monte Castellaro e, più a nord, sui maestosi contrafforti

del monte Gottero. Ancora pochi passi e siamo sulla vetta del monte Dragnone (1012 m), dove, su una modesta spianata erbosa, sorge un piccolo santuario. Qualche minuto per godere lo splendido panorama che spazia a 360 gradi su tutta l'Alta e Media Val di Vara, quindi ripartiamo, prendendo la mulattiera che scende lungo il versante settentrionale del monte.

Il percorso, a cui si accede dopo aver superato un piccolo cancello, coincide



Stazione della via crucis (foto Della Croce)



Santuario del monte Dragnone (foto Della Croce)



Zampa du diavu (foto Della Croce)



Monte Dragnone (foto Della Croce)

con la *via Crucis* (durante il cammino incontriamo infatti le consuete quattordici stazioni, caratterizzate da moderni bassorilievi che illustrano la passione di Cristo) e procede lungo una ripida discesa con un andamento a zig zag. L'ambiente, inizialmente aspro e roccioso, ritorna a essere, via via che scendiamo, quello della pineta. Dopo una decina di minuti arriviamo alla Foce del Castellaro (865 m), ai piedi del monte omonimo, dove sorge una cappelletta utilizzabile anche come riparo.

Un attimo di sosta, poi riprendiamo in senso inverso il sentiero n. 18, proveniente da Pieve di Zignago. Dopo qualche minuto di discesa ci troviamo a superare, con un secco saliscendi, un ampio fronte franoso. Lasciata alle spalle la pietraia, incontriamo nuovamente una sterrata che, dopo aver attraversato un'area boschiva mista, sbuca nello spiazzo da cui si distacca la mulattiera che sale alla vetta del monte Dragnone. Riprendiamo così la carrareccia che avevamo percorso all'inizio del nostro cammino e, dopo una ventina di minuti, ci ritroviamo a Pieve di Zignago.

Foce del Castellaro (865 m) - Monte Castellaro (945 m)

Lunghezza 0,5 km

Tempo di percorrenza 15 minuti

Dislivello 80 m

Difficoltà T/E

Segnavia NO

È un sentiero semplice e poco impegnativo, che origina in località Foce di Castellaro (865 m), alla confluenza del sentiero n. 18, proveniente da Pieve di Zignago, con l'inizio della *via Crucis* che risale del monte Dragnone. Affrontiamo la mulattiera che taglia il fianco orientale del monte Castellaro, un rilievo brullo e roccioso. Dopo poco ci troviamo alla sella di Casa Castellaro (906 m), un piccolo insediamento abitativo che sorge ai margini della strada che collega Suvero alla sella delle Quattro Strade, dove passa l'Alta Via dei Monti Liguri. Noi però ignoriamo la rotabile e cominciamo a inerpicarci seguendo un sentierino che in pochi minuti ci porta sulla cima rocciosa del monte Castellaro (945 m), dove sorgono i resti di antiche fortificazioni. Da qui si scende fra erba e rocce verso sud-est fino a tornare alla Foce del Castellaro.

La Zampa du Diavou

A lato della sterrata che taglia il monte Dragnone - a dieci minuti di cammino da Pieve di Zignago - nonostante la folta vegetazione, si distingue con facilità un enorme masso isolato nella quale la forma e la deformazione degli strati ricordano vagamente il calco di uno zoccolo e che la tradizione popola-

re ha ribattezzato col nome di *Zampa du Diavu*. La leggenda vuole che in un passato felice gli abitanti dello Zignago e le anime dei beati si ritrovassero per ballare assieme sulla cima del monte. Il diavolo, indispettito da questo connubio, colpì la montagna causando un'enorme frana che dette origine al vicino borgo di Sassetta. L'intervento del Maligno sarebbe riscontrabile proprio sulla *Zampa du Diavu*, sulla cui superficie sarebbe rimasta impressa l'impronta della sua terribile zampata.

Il santuario della Madonna del Dragnone

Per secoli il Dragnone è stata considerata una montagna sacra dalle popolazioni locali. Come in altre zone dell'Appennino settentrionale, le popolazioni preistoriche ritenevano che i rilievi costituiti da ofioliti – per il colore scuro, la maggior resistenza all'erosione rispetto alle rocce circostanti e la difficoltà ad essere utilizzati come terreni agricoli – avessero caratteristiche soprannaturali. L'attuale struttura del santuario che sorge sulla vetta del monte Dragnone è il frutto di un restauro avvenuto nel 1856. L'edificio presenta un'unica navata e il presbiterio con l'altare, in cui è conservata l'immagine della Madonna. Ai lati sorgono due altari minori, dedicati rispettivamente a sant'Anna e a San Giovanni Battista. L'opera di maggior pregio è una statua in marmo di un artista anonimo, risalente al XIX secolo, raffigurante la Madonna col Bambino. Le prime notizie certe del santuario risalgono a un documento del XVI secolo in cui si attesta la presenza di un edificio religioso sulla vetta del monte Dragnone. La tradizione, tuttavia, vuole che il primo insediamento sia stato opera dei monaci di San Colombano di Bobbio che, fuggiti dalla città di Luni per cause ignote, si rifugiarono nella zona dello Zignago dove diffusero il culto religioso e i primi rudimenti di agricoltura alla popolazione. Il santuario sarebbe stato edificato in seguito a un evento miracoloso: secondo la leggenda, infatti, la Madonna sarebbe comparsa proprio sul-

la vetta a una pastorella muta alla quale, grazie alla sua fede, fu restituita la parola.

Il Castellaro di Zignago

Il toponimo "Castellaro" individua un sito posto sulla sommità di un rilievo situato tra il monte Dragnone e il monte Fiorito. Scavi condotti a più riprese hanno portato alla luce resti risalenti a tre periodi distinti. Il primo, tra il XVI e l'XI secolo a.C., ha restituito i resti di una capanna e numerosi frammenti di ceramica appartenenti alla tarda età del Bronzo. A questi primi abitanti è probabilmente dovuta la creazione della spianata sulla cima ottenuta livellando le asperità e irregolarità delle rocce con inserimenti di strati di argilla ricavati dai terreni circostanti. Abbandonato intorno al 1000 a.C., il sito è stato poi riutilizzato tra il VI e il VII secolo dai Bizantini, che vi eressero un castello e una torre di vedetta. Qualche secolo dopo, tra l'XI e il XIII secolo i Signori di Vezzano ricostruirono una fortificazione che serviva da controllo dei loro vasti domini feudali, estesi a tutta la bassa e media Val di Vara. L'espansione genovese nell'area, segnando la fine del loro dominio, comportò il definitivo abbandono del sito nel XIII secolo.

Come raggiungere il sentiero

Pieve di Zignago: dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a destra la strada provinciale n. 7, si supera il vicino paese di Brugnato per arrivare, dopo circa 5 Km, nel centro abitato di Rocchetta di Vara. All'altezza della farmacia si prende, a sinistra, la strada provinciale n. 5 che, dopo poco meno di 6 Km, arriva a Pieve di Zignago.

Pieve di Zignago è anche servita da autobus con le autolinee ATC (orario: <http://www.atcesercizio.it>).

Brugnato (114 m) - Pieve di Zignago (632 m)

Lunghezza 7,5 km

Tempo di percorrenza 2 ore

Dislivello 518 m

Difficoltà E

Segnavia 18

Questo è un bel sentiero di crinale che risale un contrafforte secondario della Val di Vara ripercorrendo l'antica *via della Reigada*, un tracciato che per secoli ha rappresentato l'unico



Antica via della Reigada (foto Siwild)



Brugnato-Zignago (© Bacchi)



Serò (foto Bacchi)

collegamento tra Serò, piccola frazione del comune di Zignago, e Brugnato, nel fondovalle della vallata. Questa mulattiera era, a sua volta, un segmento di un più ampio itinerario, noto nel medioevo come *via de Pontremolo*, che collegava Levanto a Pontremoli. Non solo, ma la *Reigada* è anche uno dei simboli della guerra di Liberazione del circondario, in quanto fu percorsa dalle brigate partigiane in lotta contro i nazi-fascisti.

Per trovare l'attacco del sentiero, poco prima di entrare nel paese di Brugnato (114 m) dobbiamo risalire la destra idrografica del torrente Chiciola fino al secondo ponte, chiamato ponte Quattrocchi. L'imbocco si trova presso alcune case indipendenti di recente costruzione a lato della strada asfaltata che, aggirando Brugnato si immette nuovamente sulla strada provinciale n. 7, diretta a Rocchetta di Vara.

Superati alcuni tratti in salita piuttosto stretti e a rischio di infrascamento, gettiamo uno sguardo alle sottostanti valli del Mangia e del Gravegnola. Davanti a noi, in lontananza, si stagliano i caratteristici profili del monte Dragnone, col suo santuario visibile sulla vetta, e del monte Gottero, lungo l'Alta Via dei Monti Liguri. Procediamo in avanti, guadagnando rapidamente quota finché, in località Il Monte (606 m), raggiungiamo un viottolo pianeggiante che attraversa praticelli erbosi e che ci porta, in pochi minuti di cammino, all'ingresso del borgo medievale di Serò (575 m).

Qui una sosta è d'obbligo, sia per ammirare il magnifico panorama, che spazia dall'Appennino Ligure e Tosco-Emiliano alle alpi Apuane, fino al golfo della Spezia, sia per apprezzare la tipica architettura rurale ligure e la bellissima piazza del paese su cui sorge la chiesa di San Martino Vesco-



Tratto del sentiero (foto Bacchi)



Resti del villaggio medievale di Pieve di Zignago (foto Bacchi)

vo, recentemente restaurata, di cui si hanno notizie a partire dal Quattrocento.

Dopo il riposo proseguiamo, oltrepassando il nucleo storico del borgo. Appena fuori dal paese iniziamo a percorrere un tratto della strada asfaltata che conduce alla poco distante Pieve di Zignago. Ben presto, però, la abbandoniamo per imboccare, sulla nostra sinistra, un'ampia mulattiera che si distacca dalla rotabile in corrispondenza di una piccola cappella.

In breve il sentiero si apre fino a diventare un'ampia sterrata che, dopo essere corsa a valle della cima del monte Zignago (723 m), transita ai margini dell'area archeologica (attualmente piuttosto abbandonata e invasa dalla vegetazione) che ospita l'omonimo villaggio medievale. Dal sito archeologico in pochi minuti di cammino, su una stradina asfaltata e in parte recintata, arriviamo al crocevia stradale davanti al quale sorge il paese di Pieve di Zignago (628 m).

Brugnato (114 m) - Pieve di Zignago ("via di boeu") (632 m)

Lunghezza 9 km

Tempo di percorrenza 3 ore

Difficoltà E

Segnavia 18/a

Da via Macero, nella parte occidentale di Brugnato, risaliamo la strada per circa 200 m, tra villette e *bungalow*. Arrivati a un bivio, lasciamo la via principale e ci incamminiamo, sulla destra, lungo via Bozzolo, una carrozzabile che conduce al paese omonimo e che sale fino a un incrocio che porta a un piccolo cimitero (232 m). Ignoriamo sulla sinistra la stradina per Bozzolo e, all'altezza di una piccola maestà dedicata a Sant'Antonio, prendiamo una rotabile piuttosto stretta che corre tra orti e prati erbosi. Lasciato sulla nostra sinistra l'agriturismo Il Casale, proseguiamo fino a una selletta (290 m), trascurando la diramazione sulla nostra sinistra. Da qui cominciamo a scendere, mentre il sentiero poco dopo perde l'asfalto, trasformandosi in una sterrata che si sviluppa in un ambiente caratterizzato da una vegetazione a tratti bassa e rada, composta prevalentemente da pini marittimi e da qualche castagno. Incrociamo l'antica *via du vin*, proveniente dal paese di Mangia e proseguiamo iniziando a risalire il crinale davanti a noi sulla *via di boeu*, così chiamata perché attraverso essa gli abitanti dello Zignago conducevano i loro buoi al mercato. Il sentiero prosegue lungo la dorsale di costa Tramonte finché, dopo un traliccio dell'alta tensione, comincia a salire fino a raggiungere il crinale, dove interseca il sentiero n. 8, noto come *via da Tramunte*, anch'esso proveniente dal comprensorio di Mangia.

L'ascesa continua su una pista forestale all'interno di una fitissima pineta fino alla vetta della costa Taramaschi (547 m), dove la mulattiera si trasforma in una sterrata più agevole. Da qui in poi procediamo in falsopiano, ignorando una deviazione sulla sinistra, fino ad aggirare il monte Zignago (723 m) lungo il contrafforte settentrionale. Infine si scende fino al crocevia stradale di Pieve di Zignago (628 m).

La "via de Pontremolo"

Nel XIII secolo Genova permise la costruzione nel borgo di Levanto di un porto-canale ricavato dragando la foce del torrente Cantarana. Il piccolo scalo era in grado di accogliere naviglio di modesto tonnellaggio e fu centro di transito essenzialmente per prodotti locali (vino, olio e marmo rosso di Levanto). Uomini e merci dopo aver raggiunto Brugnato salivano alle "foci" attraverso itinerari multipli, a seconda della destinazione. Il più veloce e diretto per Pontremoli transitava per Zignago e poi attraverso la sella tra il monte Dragnone e il monte Castellaro raggiungeva lo spartiacque Vara-Magra alla foce di colle Fiorito. Lo scalo di Levanto fu attivo per tutto il Cinquecento quando l'assenza di manutenzione ne provocò il progressivo interrimento.

Il villaggio medievale di Pieve di Zignago

I resti del villaggio medievale di, 400 metri circa a ponente della Pieve di Zignago, sono collegati al paese con stradina asfaltata e facilmente raggiungibili a piedi. Diversamente da quella del vicino monte Castellaro, forse anche per la miglior conservazione delle strutture, l'amministrazione comunale ha valorizzato quest'area, anche a fini turistici, organizzando un breve percorso guidato con cartelli esplicativi che illustra-

no le caratteristiche e la funzione di ciascuno dei sei elementi che la compongono. Fondato nel XIII secolo sui resti di un primo nucleo abitato risalente all'età tardo-antica (VI-VII secolo), l'insediamento medievale di monte Zignago ebbe vita breve. Dopo averlo sottratto ai Signori di Vezzano, nel 1276 il Comune di Genova procedette alla demolizione del castello signorile. Nel secolo successivo le case ancora abitate vennero incendiate e la popolazione dispersa nel territorio circostante.

Il Pino Nero

A partire dalla fine del XIX secolo fu perseguita una massiccia politica di rimboschimento delle pendici di molti monti della Val di Vara. Un'iniziativa che durò almeno fino alla seconda metà del XX secolo e che vide il Pino Nero (*Pinus nigra*) prevalere nettamente su altre piante come specie capace di colonizzare i terreni con le caratteristiche chimiche tipiche di questa zona. Le aree destinate a questi rimboschimenti furono scelte perché da molto tempo prive di copertura vegetale, aree incolte e improduttive, ovvero pascoli degradati e soggetti a fenomeni erosivi. Nell'immediato l'obiettivo di questi rimboschimenti era la difesa migliore nel caso di precipitazioni particolarmente intense e violente. Nel lungo periodo questa pratica poteva favorire la formazione di un substrato di materia organica grazie al quale si sarebbe potuto col tempo sostituire queste pinete con boschi misti di caducifoglie, o di faggete nelle zone più elevate. Alcune di queste pinete - come quelle di Veppo, di Suvero e di Zignago - sono ormai diventate un elemento di richiamo turistico locale.

Come raggiungere il sentiero

Brugnato dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a destra la strada provinciale n. 7 e la si percorre

per circa 300 m, si supera il vicino paese di Brugnato per arrivare, dopo circa 5 Km, nel centro

Pieve di Zignago: superato il paese di Brugnato si arriva, dopo circa 5 Km, nel centro abitato di Rocchetta di Vara. All'altezza della farmacia si prende, a sinistra, la strada provinciale n. 5 che, dopo poco meno di 6 Km, arriva a Pieve di Zignago.

Brugnato e Pieve di Zignago sono anche servite da autobus con le autolinee ATC (orario: www.atcesercizio.it).

Carro (418 m) - Quattro Strade (560 m) - Monte San Nicolao (847 m)

Lunghezza 9 km

Tempo di percorrenza 3 ore

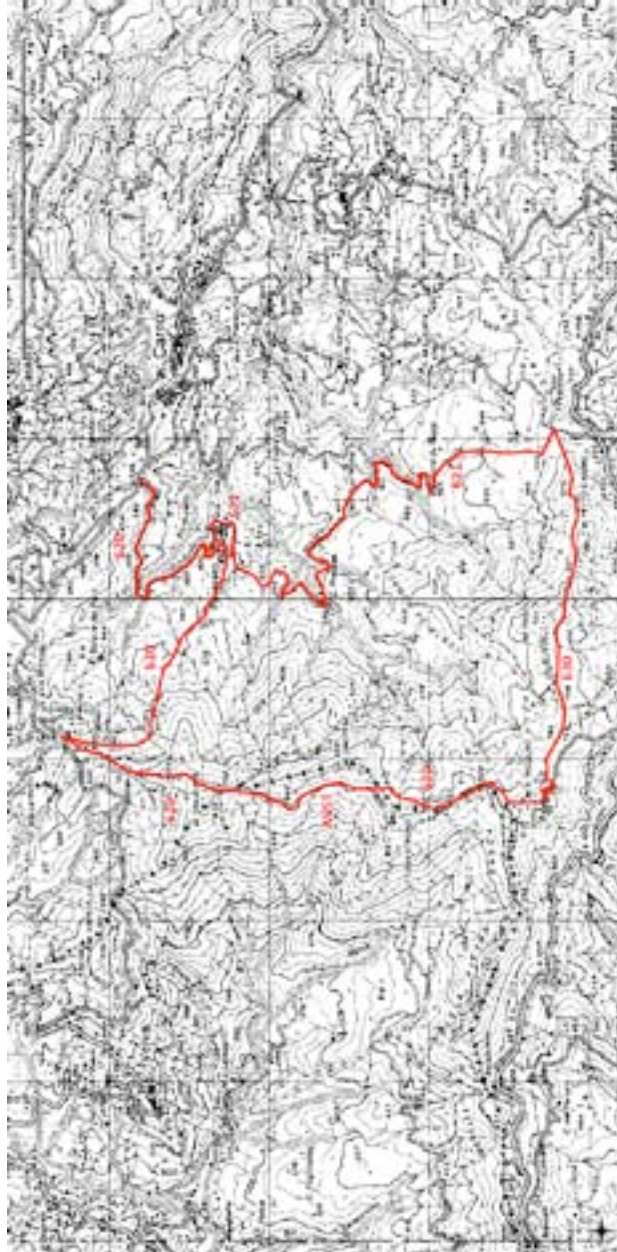
Dislivello 429 m

Difficoltà E

Segnavia 620-621-630-AV5T

Si tratta di un percorso estremamente suggestivo, contrassegnato da un'ottima segnaletica (un dettagliato pannello illustrativo della fitta rete sentieristica del comune di Carro è posto all'inizio dell'itinerario) e privo di dislivelli particolarmente impegnativi. L'itinerario è di grande interesse naturalistico, geologico e archeologico. Lungo il cammino c'imbattiamo infatti in un sito di importanza comunitaria (S.I.C.), in alcuni significativi affioramenti di rocce e in numerosi resti di edifici medievali di notevole importanza. Il tutto contraddistinto da panorami e colpi d'occhio davvero eccezionali che spaziano dalle alpi Apuane al mar Ligure.

Il sentiero comincia in corrispondenza del bivio per Pavareto, una piccola frazione di Carro (418 m), lungo la strada che conduce al passo della Mola, e si svolge, per i primi 2 km, interamente sull'asfalto. Superata, dopo poco più di 20 minuti di cammino, la biforcazione per Pavareto (430 m), dove si stacca anche il sentiero n. 620 che sale direttamente al passo della Mola (636 m), proseguiamo per quasi un chilometro (segnavia n. 621) su una strada sostanzialmente pianeggiante, scavalcando alcuni piccoli corsi d'acqua grazie a dei piccoli ponti in pietra.



Carro-San Nicolao (© Bacchi)



Tratto del sentiero (foto Bacchi)

Dopo aver superato alcune case isolate, proseguiamo su un'ampia carrareccia sterrata con un percorso a mezzacosta che si sviluppa in falsopiano, fino ad incontrare, in località Casa Pian Romè, gli attrezzi fissi di *Policrosalus*, una specie di percorso nel verde che ci invita a esercitare le nostre capacità atletiche. Ognuno di questi attrezzi è contraddistinto da un colore differente (che va dal giallo al marrone) che indica gradi di difficoltà crescenti.

Proseguiamo. Ancora pochi minuti e ci troviamo in località Casun du Risso (400 m). I *casun* sono degli edifici rurali un tempo adibiti all'essiccazione delle castagne. Qui la sterrata si restringe a mulattiera e prende a salire decisamente, inoltrandosi in un bosco di castagni dove la traccia del sentiero si fa più incerta, e in circa mezz'ora ci conduce al bivio delle Quattro Strade (560 m), un crocevia di sentieri sul crinale del



Piccole cascate (foto Bacchi)

lungo sperone che, staccandosi dal monte San Nicolao, divide le valli dei torrenti Tranbucco e Malacqua. Qui il sentiero n. 622, proveniente dal borgo di Ziona (386 m), si trasforma nel n. 630, una mulattiera che risale il contrafforte, transitando vicino alla cima del monte Petto d'Asino (720 m).

Saliamo di quota su una pista il cui fondo è prevalentemente roccioso, mentre il bosco circostante, che tende via via a diradarsi, è costituito quasi esclusivamente da pini marittimi, una specie che, come tutte le conifere, si adatta facilmente ai substrati ofiolitici che affiorano lungo il cammino.

Dopo circa un'ora circa di ascesa finalmente incrociamo, sul crinale, la strada asfaltata (segnavia n. 620) che coincide con l'Alta Via delle Cinque Terre (segnavia n. AV5T), un lungo sentiero che si stacca dall'Alta Via dei Monti Liguri (AVML), sul monte Zatta (1404 m), per terminare nei pressi



Sentiero di crinale (foto Bacchi)



Casun du Rissu (foto Bacchi)



Strutture perimetrali dell'antico Ospitale sul monte San Nicolao (foto Bacchi)

del monte Bardellone (675 m), sulle alture di Levante. C'è da dire che alcuni lo fanno invece finire a Porto Venere, considerando il sentiero n. 1 delle Cinque Terre come la naturale prosecuzione dell'AV5T.

Al crocevia voltiamo dunque a destra e percorriamo la strada asfaltata che, dopo alcuni tornanti, ci porta a transitare davanti alla segnalazione di una sorgente raggiungibile con una breve deviazione di poche decine di metri. Una breve sosta, quindi proseguiamo passando a fianco dei ripetitori posti sulla cima del monte San Nicolao (847 m). Qui il panorama è magnifico: la vista spazia infatti a 360 gradi, dalla costa ligure di ponente alla Corsica e le isole dell'arcipelago toscano, dalle alpi Marittime alle alpi Apuane, fino allo spartiacque principale dell'Appennino tosco-emiliano.

Da qui andiamo ancora avanti per alcune centinaia di metri finché scorgiamo, sulla nostra sinistra e sopra un piccolo



Strutture perimetrali della chiesa sul monte San Nicolao (foto Bacchi)

ripiano di versante, le strutture in pietra dell'area archeologica del monte San Nicolao di Pietra Colice (792 m). Si tratta delle strutture perimetrali della chiesa e dell'Ospitale (o *Spedale*), due inequivocabili testimonianze dell'importanza di quest'area dal punto di vista delle comunicazioni tra la Liguria e l'Italia centrale.

Carro (418 m) - Passo della Mola (636 m) - Monte San Nicolao (847 m)

Lunghezza 7 km

Tempo di percorrenza 2 ore

Dislivello 429 m

Difficoltà E

Segnavia 620

Il sentiero origina, come il precedente, in corrispondenza del bivio per Pavareto, una piccola frazione di Carro (418 m), lungo la strada che conduce al passo della Mola (636 m), e si svolge, per i primi 2 km, interamente sull'asfalto. Dopo circa 20 minuti di cammino perveniamo alla biforcazione per Pavareto (430 m), dove si stacca anche il sentiero n. 621 che termina, più a sud, al bivio delle Quattro Strade (560 m). Da qui cominciamo a risalire il sentiero n. 620, una mulattiera il cui transito può essere ostacolato da frequenti periodi di infrascamento. Transitiamo sotto le pendici meridionali della Sorgente del Pero (664 m) e, dopo poco meno di un'ora di cammino, giungiamo al passo della Mola (636 m), dove ha origine il sentiero n. 623, che si sviluppa lungo una direttrice nord-orientale e che termine sul monte Vagie (620 m), e dove ha origine, in direzione opposta, il già descritto n. 620. Camminiamo dunque verso sud su una sterratina che, dopo circa mezz'ora, si restringe e, tra rocce e rada vegetazione, transita lungo le selle che sorgono sotto i versanti dei panoramici monti Traversa (834 m), Groppi (869 m) e Stronzi (851 m), fino ad arrivare all'area archeologica del monte San Nicolao di Pietra Colice (792 m).

L'area archeologica di San Nicolao in Pietra Colice

A circa 800 m di quota, in un ripiano a nord del monte San Nicolao riparato dalle intemperie, è possibile osservare i resti archeologici di un insediamento medievale. Qui sorgeva infatti uno dei più grandi ospitali d'Europa, una struttura in cui viandanti, mercanti e pellegrini potevano rifocillarsi e trovare rifugio. Da qui, infatti, passava la più importante via di comunicazione della Liguria nota come Via Aurelia, dove nel punto più alto si incrociava con la "Via della Pietra Spaccata" diretta verso il parmense. A partire dal Mille, in effetti, gli *ospitalia* costituivano di fatto l'aspetto fondamentale della struttura organizzativa della viabilità medievale, soprattutto laddove esistevano, come in questa zona, aree di passaggio obbligato. Le istituzioni - religiose o politiche - decidevano infatti l'edificazione di queste strutture di servizio non solo come punti di ristoro, ma anche - e soprattutto - come efficaci e potenti organi di controllo del territorio. Di pianta quadrangolare (120 mq circa), organizzato in grandi sale dal pavimento in terra battuta, la struttura suggerisce una fase costruttiva originale risalente quasi sicuramente al XIV secolo. Gli scavi archeologici hanno portato al rinvenimento di monete d'argento provenienti soprattutto dalla zona di Bologna e Firenze. La costruzione dell'ospedale e della chiesa è stata in entrambi i casi attribuita, secondo le fonti scritte, ai Conti di Lavagna.

Accanto ad essa sorgono i resti di una chiesa romanica dedicata, appunto, a San Nicolao, protettore dei viandanti. L'edificio, costruito in pietra calcarea e a forma di "Tau" (croce latina commissa) è dotato di un'unica navata e di un transetto triabsidato, è documentato a partire dal XIII secolo. Gli scavi hanno permesso di ritrovare cocci di ceramica grezza e oltre 30 tombe nell'area cimiteriale retrostante alla chiesa, distinte in quattro fasi cronologiche risalenti tra il XIII e il XIV secolo. In due di esse sono state ritrovate anche le cinture con

appeso lo stiletto e la piccola borsa in cuoio, prova evidente della frequentazione di quest'area da parte di molti mercanti.

L'intero complesso sembra che sia stato abbandonato tra la fine del XIV secolo e l'inizio del XV, concludendo così una storia plurimillennaria. In questo avvallamento, infatti, sono stati individuati anche dei resti molto più antichi. Recenti scavi hanno infatti portato alla luce alcune buche di palo e piccole fosse, che suggeriscono la presenza di una capanna con basamento in pietra, schegge di diaspro, selce e quarzo e frammenti ceramici tutti risalenti a un periodo compreso tra il 2500 e il 2200 a.C., mentre alcune datazioni al radiocarbonio fanno risalire alcuni reperti addirittura al 4000 a.C., prove evidenti di una continuità di frequentazione di questa importante area montuosa tra la Preistoria e il Medioevo.

Come raggiungere il sentiero

Carro: dall'uscita del casello Carrodano-Levanto dell'Autostrada A12 si prende, sulla destra, la Strada Provinciale n. 566 dir per quasi 4 Km fino al paese di Cà di Vara. Da qui si svolta a sinistra e si prende la strada provinciale n. 566 per quasi 5 Km finché, arrivati a ponte Santa Margherita, si svolta a sinistra sulla strada provinciale n. 50. La si percorre per quasi 5,5 Km fino a Carro.

Carro è servita da autobus con le autolinee ATC (orario: www.atcesercizio.it).

Madrignano (468 m) - Passo Alpicella (710 m)

Lunghezza 5 km

Tempo di percorrenza 3 ore

Dislivello 242 m

Difficoltà E

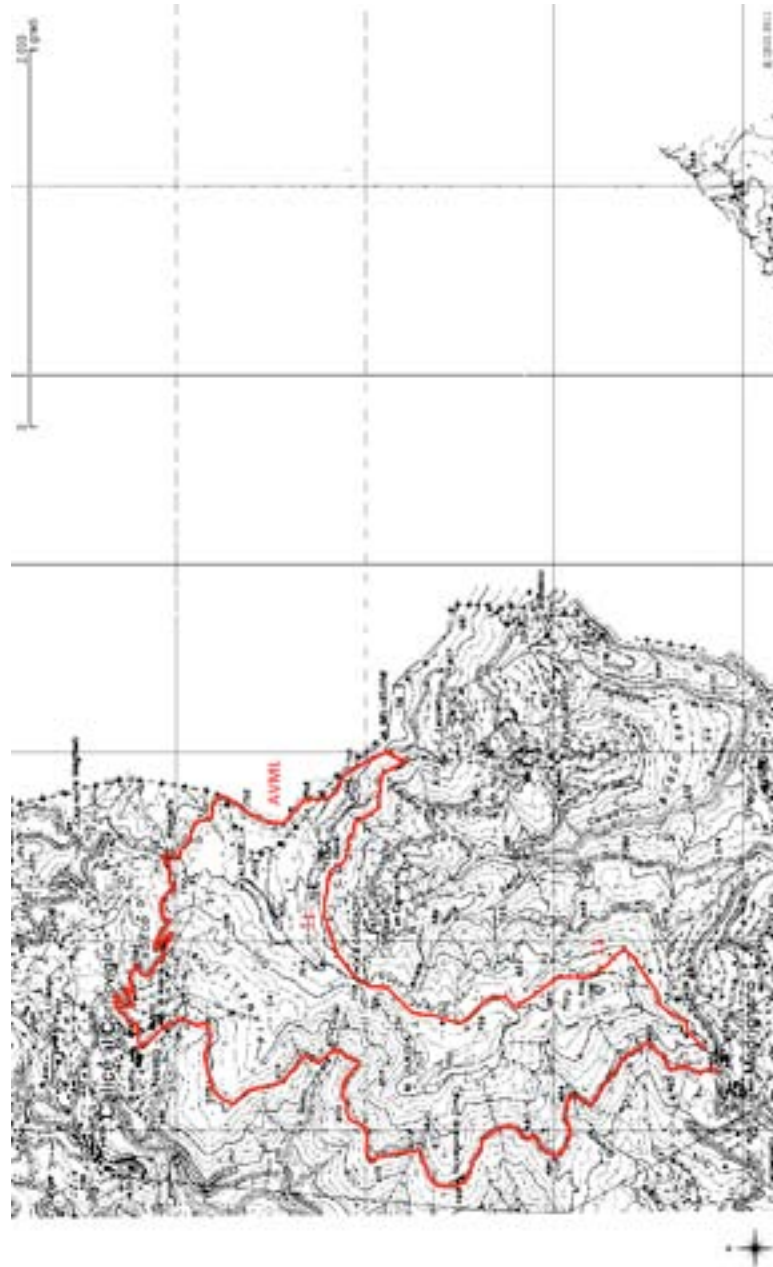
Segnavia 11/AVML

Si tratta di un percorso che collega il piccolo paese di Madrignano con l'Alta Via dei Monti Liguri, nei pressi di Calice al Cornoviglio. L'itinerario attraversa ambienti naturalistici di grande importanza e consente all'escursionista di godere di strepitosi panorami sul golfo della Spezia, sulla Toscana, sulle alpi Apuane e sull'intera valle del Vara. Il sentiero rappresenta anche un importante tratto di raccordo fra la bassa Val di Vara e l'Alta Via dei Monti Liguri.

La mulattiera prende il via dal borgo di Madrignano (468 m), più precisamente alle spalle delle rovine del castello, in prossimità del parcheggio. In alternativa, possiamo cominciare più in basso, al Piano di Madrignano (50 m) e risalire fino a Madrignano affrontando ripidi viottoli, attraverso i nuclei abitati di Chiosa (101 m) e di Valdonica (356 m).

Dal castello, che sorge in un poggio molto panoramico, cominciamo a salire lungo una ripida mulattiera (contrassegnata come sentiero n. 11), guadagnando rapidamente quota. Il cammino, che inizialmente si inerpica tra fasce terrazzate, in gran parte non più coltivate da anni, si inoltra in un bosco costituito prevalentemente da castagni.

Terminato il primo tratto di salita, il percorso segue un tracciato pianeggiante, che in alcuni punti si svolge su uno



Madignano-Alpicella-Calice (© Bacchi)



Castello di Madignano (foto Bacchi)

stretto sentierino delimitato da rovi e ginestre. Superato un antico edificio in pietra, ci imbattiamo in una varietà d'ambienti davvero sorprendente: si passa, infatti, da *habitat* dominati dal castagneto ad altri dove è il Pino Marittimo a farla da padrone. Eliche, ginestre, felci, corbezzoli e rovi costituiscono gran parte dei rigogliosi sottoboschi. Tra un bosco e un altro, inoltre, non è raro imbattersi in ampi tratti in cui la vegetazione si dirada all'improvviso, regalandoci, nelle giornate particolarmente terse, suggestivi scorci sulla valle del Magra, sul golfo della Spezia, fino alla Corsica e alle isole settentrionali dell'arcipelago toscano.

In questa parte del percorso il sentiero si sviluppa sotto una castagneta in località Costa dei Porri, lungo i contrafforti orientali del monte Falò (704 m) e, grazie a una sella (654 m) che li unisce, del monte Ciliegia (760 m). Ci troviamo al di sopra del piccolo borgo di Bruscarolo (516 m).



Rifugio Associazione Nazionale Alpini (foto Bacchi)

Da qui in poi attraversiamo prati recintati, un tempo adibiti a pascolo, mentre il sentiero si trasforma in una comoda pista sterrata che, dopo essere transitata sotto una pineta, raggiunge un crocevia noto come Foce Carzachi (703 m), una piccola sella dalla quale si dirama un sentiero che punta direttamente alla cima del monte Alpicella (828 m). Lo ignoriamo e proseguiamo, sempre in piano, su una carrareccia che passa sotto una bella pineta in direzione nord-est. Questo bosco di oltre cento ettari, popolato da magnifici esemplari di Pino nero e Abete Bianco alti oltre trenta metri (ma anche di Acero, Quercia rossa e Orniello), non è di origine naturale, ma frutto di ripetuti rimboschimenti avvenuti negli anni Trenta per arginare avanzati processi erosivi.

Oltrepassato il tratto alberato raggiungiamo alcune isolate abitazioni e un agriturismo, in località Bora del Saggio (728 m), sormontato da zone adibite a pascolo. Più avanti,



Il bosco di betulle (foto Bacchi)

superato un cancello, perveniamo all'incrocio con la strada che scende a Bruscarolo. Qui lo scenario è di straordinaria bellezza: il nostro sguardo può infatti spaziare dalle valli del Magra a quelle del Vara, dall'Appennino tosco-emiliano al litorale versiliese.

Da questo punto riprendiamo a salire dolcemente, questa volta in direzione nord-ovest, fino ad immetterci sull'ampia carrabile sterrata (che presenta tratti alternati asfaltati) dove transita l'Alta Via dei Monti Liguri. Poco dopo incontriamo un altare che ricorda la fucilazione di alcuni partigiani da parte delle truppe nazifasciste. Quindi incrociamo una mulattiera, contrassegnata come AV2, che sale alla vetta del monte Alpicella (828 m), dove sorge un rifugio escursionistico gestito dall'Associazione Nazionale Alpini (in realtà non è presidiato, per accedervi bisogna preventivamente telefonare al n. 0187-20.108).



Castello di Calice (foto Bacchi)

Proseguendo lungo la direttrice principale raggiungiamo, dopo pochi minuti di cammino, il passo Alpicella (710 m), un antico valico di confine, presso il quale sorgono i resti di alcuni *casoni* (edifici un tempo usati dai pastori durante gli alpeggi estivi).

Passo Alpicella (710 m) - Madrignano (468 m)

Lunghezza 4 km

Tempo di percorrenza 1,5 ore

Dislivello 242 m

Difficoltà E/T

Segnavia AVML/NO

Dal passo Alpicella (710 m) si scende lungo i tornanti asfaltati della carrozzabile che conduce a Calice al Cornoviglio (402 m) fino a raggiungere, poco prima del paese, la frazione di Nasso di Sotto (467 m). Facendo una breve deviazione, proseguendo lungo una carrozzabile e una mulattiera, è possibile raggiungere il castello medioevale che ospita una foresteria. Tornati a Nasso di Sotto, in corrispondenza dei margini di una piazzola con pensilina, si origina sulla sinistra (sulla destra se si proviene dal castello) una mulattiera non segnata che, allargandosi via via a sterrata, aggira a mezzacosta i contrafforti orientali del monte Ciliegia (760 m). Il percorso si sviluppa all'interno di un castagneto (fonte del rinomato miele di Calice) e in circa un'ora e mezzo di piacevole cammino ci riporta a Madrignano (468 m).

Il castello di Madrignano

Citato già in un diploma di Ottone I del 963, il castello di Madrignano e il relativo borgo furono a lungo contesi nel Medioevo tra le famiglie feudali che si disputavano il controllo del territorio, fino alla sua distruzione avvenuta ad opera dei

genovesi nel 1416. Ricostruito e passato in via definitiva ai Malaspina, dopo l'unità d'Italia fu adibito a prigione e caserma fino al 1920, quando in seguito al terremoto che colpì la Lunigiana fu gravemente danneggiato e abbandonato. Al momento è in corso il recupero e il restauro della struttura. Edificato a 460 m di quota, sullo sprone di un contrafforte che si dirama dalla dorsale Vara-Magra pochi km a monte della confluenza del Vara nel Magra, il possesso del castello di Madrignano garantiva un controllo pressoché totale sulla viabilità: sulla sinistra del fiume fino alla fine del XVII secolo transitava infatti l'Aurelia, per secoli la più importante arteria di collegamento terrestre tra Genova, la Toscana e l'Italia centrale.

Il castello di Calice al Cornoviglio

L'imponente castello Doria Malaspina di Calice al Cornoviglio, la cui data di edificazione risale al XII secolo, così come quello di Madrignano, nel corso del Medioevo passò più volte di mano tra le varie famiglie feudali che si contendevano il territorio. Nel 1555 venne poi ceduto ad Andrea Doria dall'imperatore Carlo V, per poi diventare, nel 1772, di proprietà del Granduca di Toscana. Costruito su un'altura a circa 400 m di quota, il castello domina tutta la valle del torrente Usurana, affluente di sinistra del Vara. Ancora intatto e ottimamente conservato, ha pianta a forma trapezoidale ed è contraddistinto dalla presenza di un unico torrione cilindrico. Ospita un piccolo museo, una pinacoteca, ed è sede del Centro di Servizio Territoriale dell'Alta Via dei Monti Liguri.

All'interno esiste una foresteria con sei posti letto e uso cucina (per informazioni tel. 335 71.93.323 - 0187 93.62.37).

Il bosco della Bandita

A pochi minuti di cammino dal passo Alpicella (710 m), in località Bandita di Vallecchia, ci imbattiamo in un magnifico boschetto di betulle autoctone, all'interno di un bosco ceduo di castagni, cerri e carpini neri. È un fenomeno del tutto unico in Liguria, sia per la relativa vicinanza di questi particolari alberi al mare, sia per la loro localizzazione, la più meridionale riscontrata in Italia. Il bosco della Bandita fa quasi sicuramente parte, infatti, di un *habitat* risalente all'ultima glaciazione.

Come raggiungere il sentiero

Castello di Madrignano: dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a sinistra la strada per Borghetto di Vara, si supera il paese e si percorre la Strada Statale n. 1 Aurelia in direzione La Spezia. Dopo circa 8 Km, in località Padivarma, si attraversa il fiume Vara e si prosegue in direzione di Ceparana sulla Strada Provinciale n. 10, fino a Piano di Madrignano. Da qui, girando a sinistra sulla Provinciale n. 20, si arriva al Castello di Madrignano.

Calice al Cornoviglio: stesso itinerario precedente fino all'imbocco della Strada Provinciale n. 10, che va percorsa per circa 3 Km dopodiché, in località Martinello, si svolta a sinistra sulla Provinciale n. 8 che, dopo circa 7 Km, sale a Calice al Cornoviglio.

Le due località sono servite da autobus con le autolinee ATC (orario: www.atcesercizio.it).

Passo Alpicella (710 m) - Valico dei Casoni (992 m)

Lunghezza 8,5 km

Tempo di percorrenza 2,30 ore

Dislivello 282 m

Difficoltà T/E

Segnavia AVML

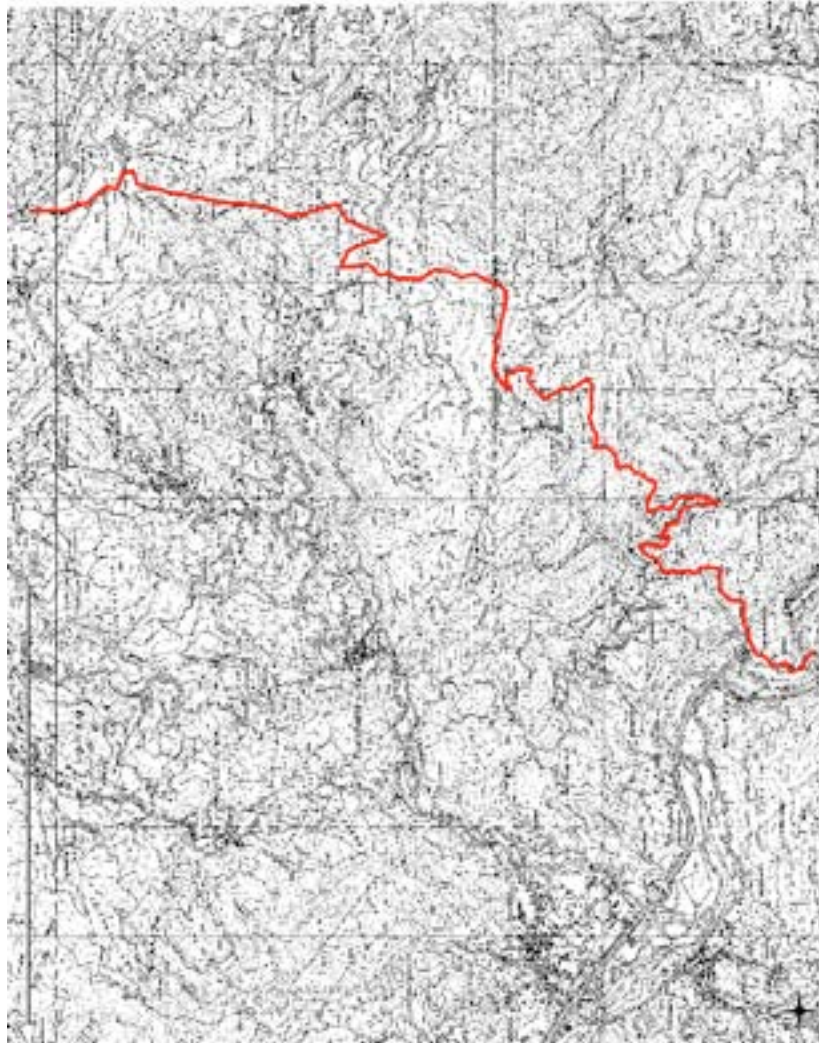
Questo sentiero costituisce una delle tappe più orientali dell'Alta Via dei Monti Liguri (AVML). È una tappa priva di difficoltà, che si sviluppa su piste ampie e comode lun-



Il sentiero sul crinale (foto Bacchi)



Alpicella-Casoni (© Bacchi)



Ponte Ramello-Casoni (© Bacchi)

go l'ampio spartiacque fra il Vara e il Magra, in un ambiente duplice. Il versante meridionale, infatti, è relativamente povero di vegetazione ad alto fusto e presenta vaste superfici un tempo destinate al pascolo, oggi in gran parte abbandonate e invase da una vegetazione prevalentemente arbustiva. Le pendici settentrionali sono invece occupate da ampie aree la cui vegetazione è prevalentemente di tipo submontano, dove sono frequenti boschi di cerri, betulle e carpini neri. Proprio a causa di questa varietà, a partire dal monte Cornoviglio in direzione nord-ovest, questa zona costituisce un Sito di Interesse Comunitario (S.I.C.).

Iniziamo il nostro itinerario percorrendo circa 300 m sulla sterrata che, seguendo lo spartiacque, arriva al Passo Alpicella (740 m) e si immette sulla strada provinciale n. 27 che sale dalla frazione di Santa Maria. Dopo alcuni minuti di cammino in salita sulla strada asfaltata raggiungiamo un bivio. Si segue la strada, sempre asfaltata, che a sinistra si dirige in direzione del monte Pietre Bianche (825 m). Il toponimo trae origine dalla presenza dall'affioramento di rocce calcareo-marnose di tonalità grigiastra che punteggiano il terreno.

Lasciamo a levante la modesta cima del monte Pietre Bianche, per incamminarci, prima su un tratto ancora asfaltato (per 1 km circa), e poi su un'ampia sterrata. Da qui inizia,



Cappelletta (foto Bacchi)



Panorama sulla valle (foto Bacchi)



Passo Alpicella (foto Bacchi)

con la vista sulla valle del torrente Usurana e sul castello di Calice al Cornoviglio che la domina, il tratto panoramico più suggestivo del percorso. Questa parte è completamente priva di arborea, fatto che d'estate rende il transito piuttosto difficoltoso.

Arrivati all'altezza dell'acquedotto che serve il comprensorio di Calice, con una breve deviazione di alcune centinaia di metri lungo il sentiero (non segnalato) che si stacca verso levante e si inoltra nella pineta del monte Ferro (950 m), si possono raggiungere il piccolo bosco di betulla bianca ai quali si è fatto riferimento nella descrizione del sentiero Madrignano-Passo Alpicella.

Ritorniamo quindi sulla direttrice principale, valicando la piccola sella settentrionale del monte Ferro (926 m). Proseguiamo per alcune centinaia di metri lungo un tracciato che si snoda sul versante occidentale (quello cioè che si affaccia



Tratto del sentiero (foto Bacchi)



Alta via dei Monti Liguri (foto Bacchi)

sulla Val di Magra), finché perveniamo al bivio delle Nove Fontane (985 m). poche centinaia di metri si giunge al punto dove, a destra, sale il percorso segnato per la vetta del Monte Cornoviglio (1162 m), che costituisce un vero e proprio balcone naturale, dal quale la vista spazia su Val di Vara, la Lunigiana, il golfo della Spezia e le Alpi Apuane.

Un attimo di pausa, quindi riprendiamo a camminare lungo la sterrata in salita che, con alcuni tornanti, aggira proprio le pendici meridionali del monte Cornoviglio e si posiziona stabilmente sul versante marittimo. Si continua sulla comoda sterrata che, con alterni e blandi saliscendi, per circa 4 km corre lungo le pendici meridionali rispettivamente del monte Borra di Portumaggio (1106 m) e del monte Coppigliolo (1139 m), passando attraverso il della Conchetta (1062 m). La vista spazia sulla valle sottostante e, soprattutto, sulla monumentale pineta di Suvero (la più grande della Liguria).

Affrontiamo l'ultimo tratto, superando la sella di San Genesio (1042 m) e arrivando così su una asfaltata che ci conduce in prossimità della *trattoria dei Cacciatori*, che sorge proprio sul valico dei Casoni (992 m).

Ponte di Ramello (78 m) - Beverone (694 m) - Valico dei Casoni (992 m)

Lunghezza 13,5 km
Tempo di percorrenza 5 ore
Dislivello 914 m
Difficoltà E
Segnavia SI/AVML

Questo è un itinerario di raccordo che collega, lungo una dorsale secondaria della Val di Vara, la via Aurelia con l'Alta Via dei Monti Liguri. Dal ponte di Ramello (78 m), in prossimità dell'abitato di Stagnedo, prendiamo a risalire la strada asfaltata per circa 4 Km: attraversiamo, nell'ordine, i nuclei abitati di Ramello (112 m), di Manzile Quadreghini (275 m) e di Fornello (345 m), fino ad arrivare al crocevia dove sorge la cappella della Madonna Pellegrina (358 m). Qui proseguiamo sulla stretta pista sterrata che, per altri 4 Km, rimonta un dorsale coperta da un'estesa pineta e che ci porta al cimitero della frazione Beverone (694 m). Una breve visita alla locale chiesa cinquecentesca, intitolata a San Giovanni decollato e posta su un poggio molto panoramico, quindi torniamo sui nostri passi e riprendiamo il cammino fino al bivio (655 m), a nord del paese. Da qui proseguiamo per circa 2,5 Km, aggirando a levante - con un percorso a saliscendi - il monte Tevan (719 m), tra strade asfaltate e mulattiere, fino a pervenire alla foce di Veppo (695 m), che è attraversata da una strada provinciale. Al crocevia prendiamo una strada cementata che poi diventa una carrareccia che risale un ripido crinale da cui si godono magnifici panorami sulle valli sottostanti.

Più avanti costeggiamo un'ampia e folta pineta aggirando, a levante, il monte Bastia (815 m) e proseguendo lungo il crinale fino alla sella del Campaccia (945 m). Ci immettiamo così sulla strada asfaltata che, dopo aver attraversato gli abitati di Case Ghiacciarna (959 m) e di Casa Nuova (966 m), perviene finalmente al valico dei Casoni (992 m).

L'Alta Via dei Monti Liguri

L'Alta Via dei Monti Liguri (AVML o più semplicemente *Alta Via*) è un itinerario escursionistico lungo circa 442 km che si sviluppa lungo lo spartiacque che delimita il versante costiero della Liguria. L'AVML si affaccia da un lato verso il mare e dall'altro verso la pianura Padana e l'arco alpino. Nata ufficialmente nel 1983 da un progetto congiunto del Centro Studi Unioncamere Liguri, del Club Alpino Italiano e della Federazione Italiana Escursionismo, l'*Alta Via*, che sviluppa lungo la direttrice levante-ponente, è convenzionalmente suddivisa in 44 tappe di diversa lunghezza e difficoltà e raggiunge il suo punto di massima quota con il monte Saccarello (2201 m). I punti estremi dell'itinerario sono costituiti a oriente da Ceparana, nella piana di Sarzana, e a occidente da Ventimiglia. Il sentiero, che è segnalato da un segnavia rosso-bianco-rosso con la scritta nella parte bianca, attraversa il Parco naturale regionale dell'Aveto, il Parco regionale delle Capanne di Marcarolo, il Parco naturale regionale delle Alpi Liguri e il Parco naturale regionale del Beigua. L'*Alta Via* è percorribile interamente a piedi e per lunghi tratti a cavallo ed in mountain bike. D'inverno è possibile affrontare il percorso con le ciaspole e con gli sci. L'itinerario offre possibilità diversificate per caratteristiche e difficoltà di percorso, con tappe idonee anche per le famiglie con bimbi e anziani e tappe impegnative per gli escursionisti esperti. Lungo tutte le tappe dell'intero percorso sono presenti numerose strutture ricettive che offrono vitto e alloggio.

Sito di Interesse Comunitario (S.I.C.)

Esteso su un'area di circa 718 ha il sito si caratterizza per l'abbinamento degli *habitat* tipici delle praterie di crinale con quelli boschivi di caducifoglie (betulle e faggi). L'accostamento determina una elevata biodiversità e la presenza di una ricca ornitofauna (sono presenti oltre settanta specie di uccelli). Particolare interesse dal punto di vista botanico riveste la presenza della Ginestra di Salzman (*Genista salzmanii*) sul substrato serpentinitico del monte Dragnone (più a nord). Grazie alla sua struttura a cuscino questa pianta riesce a sfruttare la condensazione dell'umidità atmosferica supplendo così all'aridità dei substrati di questa zona. La fauna è caratterizzata soprattutto dalla presenza sporadica del lupo, considerato specie di interesse prioritario.

Come raggiungere il sentiero

Ponte di Ramello: dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a sinistra la strada per Borghetto di Vara, si supera il paese e si percorre la Strada Statale n. 1 Aurelia in direzione La Spezia per circa 4,5 Km, poco dopo località Boccapignone.

Beverone: dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a destra la strada provinciale n. 7 e la si percorre per circa 7 Km. Dopo Rocchetta di Vara si svolta a destra sulla strada provinciale n. 8 per 8 Km fino a Beverone.

Ponte di Ramello e Beverone sono entrambe servite da autobus con le autolinee ATC (orario: www.atcesercizio.it).

Borghetto di Vara (97 m) - Casale (176 m) - Pignone (185 m)

Lunghezza 6 km

Tempo di percorrenza 3,00 ore

Dislivello 88 m

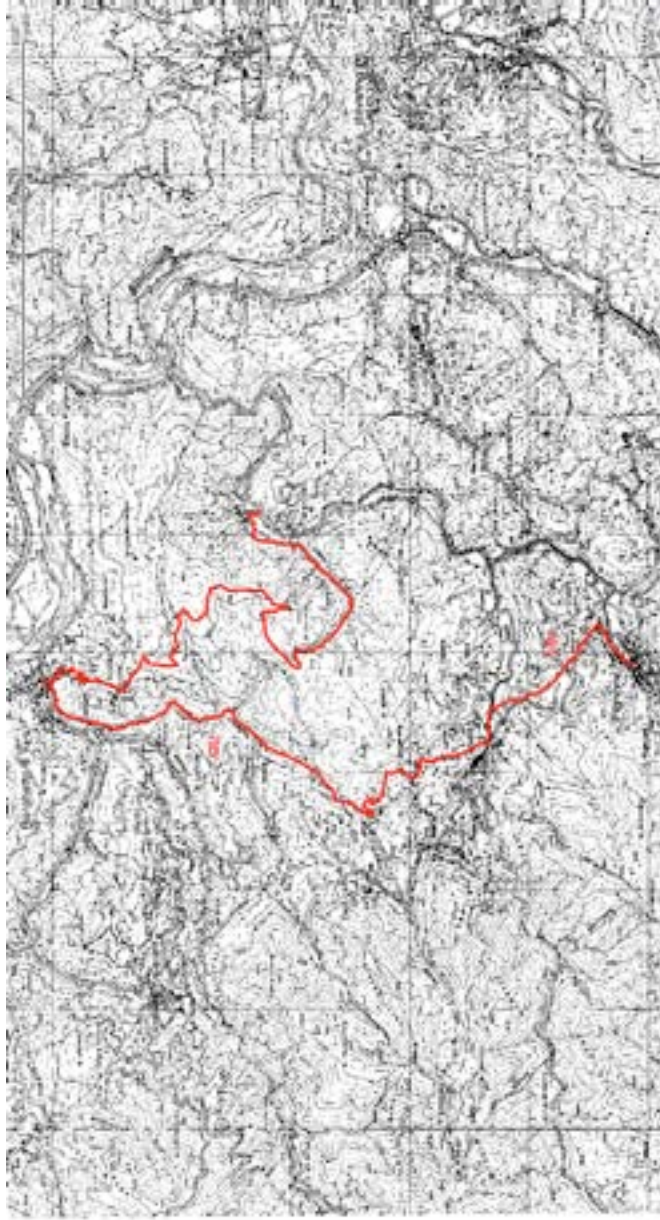
Difficoltà E

Segnavia 58c

Si tratta di un itinerario molto interessante che segue il tracciato della antica mulattiera che da Borghetto Vara conduce a Pignone, passando per la miniera della Cerchiara e il borgo



Tratto del sentiero (foto Bacchi)



Borghetto-Casale (© Bacchi)



Borghetto-Memola (© Bacchi)



Borgo della Cappelletta (foto Bacchi)

di Casale. Durante il percorso si possono osservare particolarità geologiche, storiche, archeologiche e naturalistiche di grande rilievo.

Il sentiero ha origine a Borghetto di Vara (97 m), proprio di fronte all'albergo Belvedere, dove una targa artistica dell'associazione *Mangia Trekking* indica l'inizio del cammino per le "valli del Casale". Fatte poche decine di metri giungiamo a un bivio, dove abbandoniamo la strada principale e prendiamo, sulla destra, la via Redarena. Percorriamo uno stretto tratto pianeggiante nel verde, tutto asfaltato, per circa 1 Km, superando alcune villette isolate.

Da qui in poi la strada si fa sterrata, fino ad assumere le caratteristiche di una vera e propria pista boschiva. Procediamo a serpentina, guardando più volte il corso del rio Redarena, dopodiché iniziamo gradualmente a salire, mantenendo costantemente la destra idrografica del torrente. Questo è



A Ca' de Beghine (foto Bacchi)

il tratto chiamato *sentiero dei minatori*, un toponimo dovuto all'esistenza, non lontano da qui, dell'antica miniera della Cerchiara, dove si estraeva manganese. Il sentiero fin qui percorso, infatti, ricalca l'antica sede della *decauville*, la ferrovia a scartamento ridotto al servizio proprio della miniera appena citata.

Proseguiamo il nostro cammino in un bel bosco di pioppi, dove a un certo punto incrociamo il sentiero n. 50, che conduce al borgo di Faggiona (328 m), quindi risale fino alla sella Marveia (630 m), per poi terminare, dopo 2 ore e mezzo di cammino, sul monte Bardellone (675 m), che domina la baia di Levante. Ignoriamo questa deviazione e proseguiamo finché ci imbattiamo in una costruzione isolata e diroccata. Da qui risaliamo lungo una mulattiera che, dopo essere passata accanto a una piccola e spoglia cappella votiva, restaurata nel 2002, giunge al borgo chiamato, appunto, La Cappelletta



Il borgo di Casale (foto Bacchi)

(290 m), un piccolo insediamento abitativo posizionato su un piccolo crinale che si distacca, a occidente, dal monte Veisca (335 m).

Dalla Cappelletta continuiamo, seguendo una stradina in discesa dal fondo cementato che, in circa dieci minuti, raggiunge Casale (176 m) fiancheggiando diversi terreni coltivati. Giunti in paese passiamo davanti alla storica A Ca' de Beghine, quindi attraversiamo il ponte sul torrente omonimo, per poi imboccare via Ferriera. Poche decine di metri e, in corrispondenza di un canneto, abbandoniamo la rotabile e ci inoltriamo in un sentiero che cammina in mezzo a coltivi e ad allevamenti di piccoli animali. Più avanti il percorso attraversa un ambiente simile a un *canyon* carsico, dove sorgono le rovine delle fornaci appartenenti alla famiglia Bellani e agli eredi Bordigoni, due strutture cilindriche costruite con



Colline presso la Cappelletta (foto Bacchi)

pietre refrattarie, alte fino a 10 m. Le fornaci, destinate alla cottura della calce, sono state definitivamente abbandonate nel dopoguerra, dopo circa tre secoli di attività.

Proseguendo, ci imbattiamo in un inghiottitoio della valletta di Pian di Fassa, profondo 15 metri e lungo circa 25. Questa zona fa parte di un ampio complesso carsico che comprende anche la grande depressione di Buà, una vera e propria dolina interamente delimitata da una staccionata in legno che ci consente la ricognizione dall'alto, e un sistema di grotte, alcune visitabili, di particolare interesse naturalistico e storico (sono vicine alla carreggiata della strada provinciale). Alcune di esse, infatti, sono state, per un breve periodo, sfruttate per l'estrazione dell'onice, una concrezione calcarea, detta anche alabastrite, utilizzata per la costruzione di monili e oggetti ornamentali. All'ingresso alcuni pannelli spiegano il fenomeno del carsismo e il mondo animale e ve-



Ponte di Pignone (foto Bacchi)

getale che lo popola. Nella zona sono da segnalare una colonia di pipistrelli e alcuni esemplari di Geotritone, oltre a muschi, felci e licheni.

Dall'inghiottitoio si prosegue, in leggera salita, attraverso un viottolo circondato da una fitta vegetazione, conosciuto come il *sentiero dei postini*. Si continua salendo fino al borgo recuperato di Battipagliano, si scende la stretta rotabile per poi prendere un viottolo che conduce alla carrozzabile diretta a Casale, non prima di avere incrociato la piccola chiesa di Sant'Antonino, (275 m) oggetto un tempo di una grande devozione da parte degli abitanti di questa frazione.

Proseguiamo il nostro itinerario su una piccola strada di cemento che attraversa case e coltivi, dopodiché scendiamo le scale di via Aretta, fino a raggiungere la piazza centrale di Pignone (185 m), capolinea del sentiero.

Termine di Roverano (279 m) - Monte Pistone (720 m) - Termine di Roverano (279 m)

Lunghezza 12 km

Tempo di percorrenza 4 ore e 30 minuti

Dislivello 441 m

Difficoltà E

Segnavia SI (ma poco visibili)

Il percorso, ad anello, si snoda lungo due dorsali che dal Monte Pistone (720 m) scendono rispettivamente al Termine di Roverano (279 m) e al borgo di L'Ago (351 m). Il sentie-



L'Ago (foto Bacchi)



Santuario di Roverano (foto Bacchi)

ro, contrassegnato con il numero 46, ha inizio al Termine di Roverano, sulla via Aurelia, poche centinaia di metri a monte del Santuario dedicato alla Madonna di Roverano (350 m) e, in un ambiente inizialmente roccioso, raggiunge rapidamente, salendo lungo la costa Girometta, il Monte Pastenelle (502 m). Da qui, sempre all'interno di un bosco prevalentemente di castagni, il tracciato si fa meno ripido e, dopo aver aggirato i terrazzamenti di Punta Ciapani (578 m), riprende a salire percorrendo la Costa del Leccio per unirsi al sentiero n. 47 (655 m). In pochi minuti si arriva sulla vetta del Monte Pistone dopodiché, raggiunta la Tenuta del Podi, si comincia a scendere lungo il citato sentiero n. 47 (noto come *Via del Monte*) che percorre la lunga Costa dell'Ago fino a trasformarsi, a circa 350 m di quota, nella stradina che serve l'acquedotto. Dopo aver costeggiato il piccolo cimitero del paese e alcune abitazioni isolate ci si immette sulla strada statale Aurelia e in circa 10 minuti si fa ritorno al Termine di Roverano.



Rudere (foto Bacchi)

A Ca' de Beghine

Probabilmente era l'antico convento delle Beghine, situato a Casale. In tempi recenti sede della scuola Elementare. L'ordine di queste religiose fu fondato a Liegi (Belgio) all'inizio del XII secolo, un'epoca in cui le donne, spesso vedove di guerra o di malattia, non potendo per le circostanze avverse formarsi una famiglia propria, cominciarono a formare tra loro delle comunità, unendo le loro case e facendo vita in comune, quasi sempre sotto la guida spirituale di un sacerdote. Le Beghine, dunque, formarono un modello di vita comune a parte: non erano suore in senso stretto, non rinunciavano alle loro proprietà, non pronunciavano i classici voti ufficiali di povertà, castità e obbedienza, anche se molte di loro vivevano in conformità di questi principi. Tornando alla *Ca' de Beghine*, va detto che nel 1682 il titolo delle *Beghine di Casa-*

le fu convertito in *Consorelle del Santissimo Rosario*. Durante la loro presenza queste donne si dedicarono soprattutto alla preghiera, alle opere di carità e all'assistenza agli infermi.

Come raggiungere il sentiero

Borghetto di Vara: dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a sinistra la strada per Borghetto di Vara, distante poco più di 1 Km.

Pignone: dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a sinistra la strada per Borghetto di Vara, si supera il paese e si percorre la Strada Statale n. 1 Aurelia in direzione La Spezia. Dopo circa 10 Km, in località Pian di Barca, si svolta a destra sulla Strada Provinciale n. 36 per Monterosso al Mare che, dopo circa 5 Km, costeggia il paese di Pignone.



Tratto del sentiero (foto Bacchi)

Termine di Roverano: da Borghetto Vara si prende, sulla destra, la Strada Statale n. 1 Aurelia in direzione Genova, e la si percorre per circa 6,5 Km.

Tutte e tre le località sono servite da autobus con le autolinee ATC (orario: www.atcesercizio.it).

Pignone (185 m) - Monte Castellaro (411 m) - Monte Malpertuso (815 m)

Lunghezza 4 km

Tempo di percorrenza 2,5 ore

Dislivello 630 m

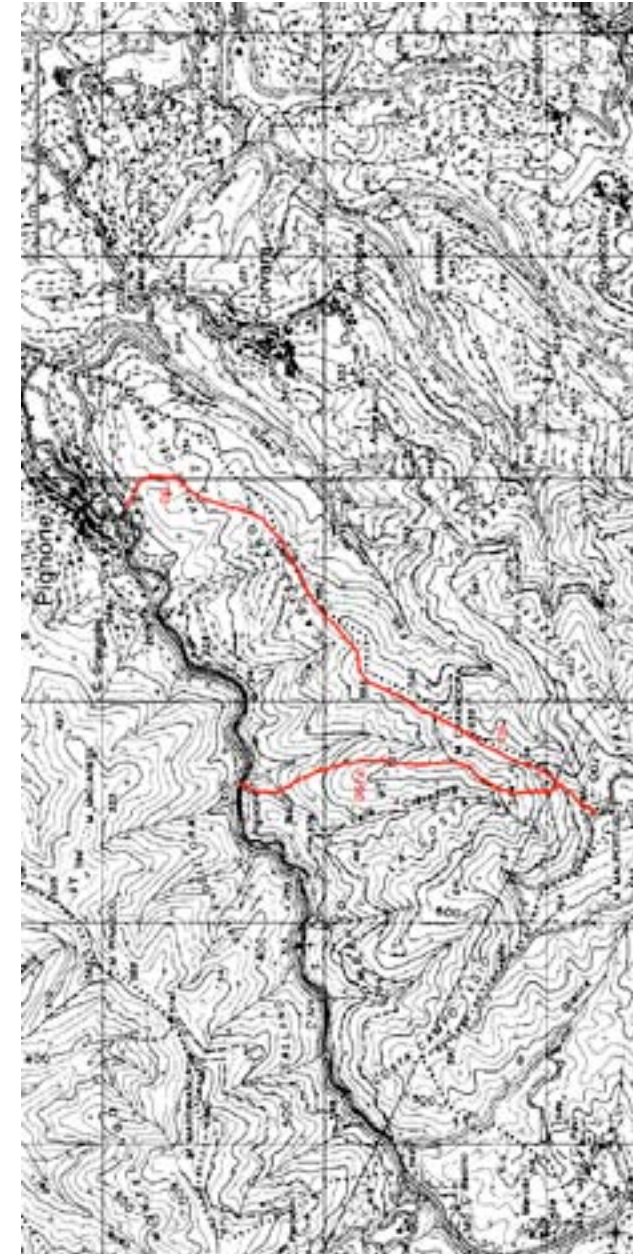
Difficoltà E

Segnavia 06

Questo è un percorso molto bello e interessante che ospita aspetti di grande interesse sia da un punto di vista geologico che ambientale. Il sentiero n. 06 nasce a Pignone sul lato meridionale della Provinciale n. 36 per Monterosso al Mare, proprio di fronte al campo di calcio (185 m). Fatte poche decine di metri c'imbattiamo, sulla destra, in una grande cavità carsica, denominata Grotta Grande, visitabile con l'aiuto di speleologi esperti. Poco più avanti, sul sentiero principale, si apre un'altra cavità di dimensioni più modeste, conosciuta come Grotta Piccola.

Questa parte iniziale del sentiero costituisce anche un *habitat* di grande importanza, soprattutto da un punto di vista botanico. A questo proposito è possibile seguire un percorso apposito che consente di conoscere le varietà vegetali presenti, tra cui numerosi esemplari di muschi, licheni, felci e arbusti di varie specie.

Raggiunta l'ampia dolina detta Ciane Scue (190 m), incontriamo l'itinerario della Palestra nel verde a cui è associato un percorso escursionistico ad anello (dedicato agli "Antichi Liguri") che si distacca dal sentiero maestro e che si sviluppa in senso orario, fino a incontrare nuovamente lo 06 più avan-



Pignone-Malpertuso (© Bacchi)



Segnavie (foto Della Croce)

ti, a una quota di 275 m. La passeggiata, che si sviluppa su un dislivello di media difficoltà, è indicata dalla caratteristica segnaletica bianco-rossa del CAI ed è caratterizzata, nella sua parte finale, dalla presenza di cinque piazzole in cui sono presenti altrettanti attrezzi ginnici.

Proseguiamo lungo la direttrice principale finché, dopo una decina di minuti di ascesa ripida e aspra, incontriamo una biforcazione che, sotto un bosco di carpini, castagni, cerri e aceri, ci conduce alla spianata del monte Castellaro (411 m). In questo acrocoro possiamo ancora ammirare muretti a secco e terrazzamenti risalenti all'Età del Bronzo e del Ferro, epoca a cui appartengono anche alcuni manufatti trovati in questa zona in seguito a scavi archeologici.

Dopo una breve sosta continuiamo sul sentiero principale. Il transito, a tratti, può risultare difficoltoso e impervio a causa degli infrascamenti e, soprattutto, dei molti tronchi di



Antico acquedotto (foto Della Croce)

alberi caduti al suolo che, non di rado, ostacolano il cammino, obbligandoci a deviazioni e aggiramenti imprevisti. Lo sguardo, dove la vegetazione lo consente, spazia sulla sottostante valle del torrente Pignone. Da qui in poi il sentiero corre praticamente lungo lo spartiacque e attraversa, dopo un'ascesa graduale ma costante, prima la sella sotto la vetta



Mulino Calzetta (foto Della Croce)

del monte Cravadora minore (552 m), poi quella sotto la cima del monte Cravadora maggiore (632 m).

Nel versante nord-occidentale di quest'ultimo rilievo riceviamo, sulla nostra destra, la variante 6/a (640 m) proveniente dalla strada provinciale per Monterosso, in località Selva.



Il sentiero sul monte Cravadora (foto Della Croce)

Da questo punto continuiamo la nostra escursione tra pini marittimi, castagni e un folto sottobosco ricco di piante arbustive e felci aquiline.

Dopo una decina di minuti di cammino la mulattiera, diventata ora una piccola sterrata, riceve – questa volta da sini-



Verso il Malpertuso (foto Della Croce)

stra - il sentiero n. 05 proveniente dal paese di Corvara (319 m), frazione del comune di Beverino. Andiamo avanti. Non molto lontano da qui, ci imbattiamo, in località Fosso di Trezzo, in una modesta sorgente di acqua dolce.

Ancora pochi minuti e raggiungiamo finalmente Prato di Corvara (732 m), una località sul contrafforte sud-orientale del monte Malpertuso (815 m). Siamo arrivati alla fine del nostro itinerario: qui, infatti, transita il sentiero di crinale n. 1 delle Cinque Terre che collega Porto Venere a Levanto.

Località Selva (255 m) - Monte Malpertuso (815 m)

Lunghezza 4 km

Tempo di percorrenza 1,5 ore

Dislivello 560 m

Difficoltà E

Segnavia 06/a

Questa variante origina sulla Provinciale n. 36, in località Selva (255 m) a circa 1 Km dal centro di Pignone in direzione Monterosso al Mare. Da qui parte una scaletta che porta al di sotto della sede stradale, in corrispondenza dell'innesto dei due rami del ruscello Cravadora nel torrente Pignone. Attraversiamo il corso d'acqua proprio davanti all'antico acquedotto, un manufatto cinquecentesco interamente in sasso e costituito da cinque arcate. Fatti pochi metri c'imbattiamo prima nei resti del Mulino Duce, costruito nel 1859, poi nel restaurato Mulino Calzetta, in località Frantoio, dal 2009 rifugio del CAI. Da qui si risale costantemente lungo la valle sotto il monte Cravadora Maggiore, in un bosco costituito quasi esclusivamente da castagni. L'ascesa è inizialmente ripida, poi si addolcisce seguendo una serie di piccoli tornanti che portano in quota. Proseguendo c'imbattiamo in un essiccatoio (525 m), destinato alla conservazione delle castagne prima della loro macinazione, da dove, in pochi minuti di ulteriore ascesa, ci innestiamo nel sentiero 06, al di sotto del contrafforte nord-occidentale del monte Cravadora Maggiore (640 m).

La Grotta Grande

La Grotta Grande costituisce la più grande manifestazione del fenomeno carsico del comune di Pignone. Da un punto di vista geologico appartiene alla Formazione delle Dolomie del monte Castellana, costituita da rocce di origine calcarea, risalenti alla fine del periodo Triassico (circa 190 milioni di anni fa). La parte esplorabile della cavità viene valutata in circa un chilometro di lunghezza totale, anche se la parte visitabile (bisogna essere accompagnati da personale addestrato) si estende per circa 350 metri con un dislivello di 28 m. Nel passato la prima parte della grotta, molto ampia e in leggera discesa ("rimonta"), è stata artificialmente allargata in modo da consentire più agevolmente l'estrazione dell'onice (o alabastro calcareo). Più avanti si apre un pozzo di una decina di metri di profondità che immette in una diramazione presto interrotta da una frana. Più sotto ancora, mentre la discesa si fa via via più ripida, s'incontrano prima un grande salone quindi, dopo aver oltrepassato un'ulteriore diramazione sulla sinistra, un laghetto sifonante per poi raggiungere, in leggera risalita, la fine della grotta. All'interno è possibile osservare alcune specie di Geotritone, un anfibio di cui la sottospecie *Ambrosii* è endemica di questa zona.

Il Castellaro di Pignone

Il castellaro di Pignone è un'area di interesse comunitario (S.I.C.), inserita dal 2000 fra i siti soggetti a particolare tutela ambientale, anche per la presenza di un complesso e delicato sistema carsico. Il Castellaro estende su una serie di terrazzamenti che delimitano sulla vetta del monte omonimo che sovrasta il paese di Pignone. Sono visibili ancora oggi numerosi resti di mura e, su di uno spiazzo sul lato nord-occidentale, un pavimento delimitato da muretti a secco che

probabilmente costituiva un antico luogo di culto. Qui infatti sono stati rinvenuti diversi frammenti di ceramica, probabilmente resti di vasi in cui venivano raccolte le offerte. Terrazze e manufatti risalgono all'Età del Bronzo e del Ferro, a testimonianza che quest'area è stata abitata fin dalla Preistoria. Gli ultimi reperti ritrovati in zona, tra cui una moneta d'argento, fanno ritenere che il sito sia stato frequentato almeno fino al I secolo a.C.

Il Mulino Calzetta

A poche decine di metri dal cinquecentesco ponte dell'acquedotto, nei pressi del diroccato Mulino Duce, risalente al 1859, sorge, in località Frantoio, il Mulino Calzetta, oggi rifugio del CAI. La struttura è raggiungibile esclusivamente a piedi (tre minuti), in quanto si trova al di sotto della strada provinciale per Monterosso al Mare e Levante, all'inizio del sentiero n 06/a. Di proprietà del Parco Naturale Montemarcello-Magra, la struttura è gestita fin dal maggio 2009 dal Club Alpino Italiano - Sezione della Spezia. L'edificio, restaurato secondo criteri e canoni di rispetto ambientale ed architettonico, ospita a piano terra un manufatto in pietra arenaria collocato sotto il pavimento e protetto da un vetro. Si tratta, probabilmente, di una tramoggia per convogliare le castagne, il grano e il granturco prima della macinatura. Il rifugio è provvisto di dieci posti letto e resta aperto tutto l'anno su prenotazione (tel. 346 85.30.803 o 347 00.92.109).

Come raggiungere il sentiero

Pignone: dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a sinistra la strada per Borghetto di Vara, si supera il paese e si percorre la Strada Statale n. 1 Aurelia in direzio-

ne La Spezia. Dopo circa 10 Km, in località Pian di Barca, si svolta a destra sulla Strada Provinciale n. 36 per Monterosso al Mare che, dopo circa 5 Km, costeggia il paese di Pignone.

La località è servita da autobus con le autolinee ATC (orario: www.atcesercizio.it).

Corvara (319 m) - Monte Malpertuso (815 m)

Lunghezza 5 km

Tempo di percorrenza 2 ore

Dislivello 496 m

Difficoltà E

Segnavia 05

Si tratta di uno dei principali sentieri di raccordo che collegano la bassa Val di Vara con lo spartiacque costiero e, da qui, con il sottostante litorale delle Cinque Terre.

L'inizio del nostro itinerario è situato nella piazza del paese di Corvara (319 m), su cui si affaccia la medievale chiesa di San Michele. Da qui cominciamo a camminare, seguendo i segnavia bianco-rossi e risalendo gli stretti carugi del vecchio borgo arroccato intorno al castello, oggi in gran parte ristrutturato. In pochi minuti perveniamo in una piazzola adibita a parcheggio, da dove parte una pista cementificata che, poco dopo, si trasforma in un'ampia sterrata.

Lungo il cammino transitiamo a fianco del ponte dell'acquedotto quindi, dopo poche centinaia di metri in leggera ascesa, raggiungiamo la piccola chiesa di Sant'Anna. Una breve sosta, poi continuiamo a salire con un andamento piuttosto dolce, finché ci lasciamo alle spalle, a distanza di circa 1 Km l'uno dall'altro, due bivi, il primo dei quali sorge nei pressi di un rudere conosciuto come Casa Memè.

Superata quest'ultima biforcazione la segnaletica ci indica sul fianco della montagna l'attacco del sentiero vero e proprio, che risale decisamente all'interno di un castagneto, dapprima con stretti e ripidi tornanti, il crinale di un contraf-



Corvara-Malpertuso (© Bacchi)



Castello di Corvara (foto Bacchi)



Chiesa di Santa Anna (foto Bacchi)

forte secondario che si dirama dal Monte Castello (750 m) verso il fondovalle. Dopo circa 40 minuti di piacevole cammino nel bosco incrociamo, sulla destra, il sentiero n. 06 che sale da Pignone e dal Monte Cravadora (633 m). Poco più avanti, in località Fosso di Trezzo, c'imbattiamo in una modesta sorgente di acqua dolce.

Da qui, con un ulteriore quarto d'ora di marcia, ci immettiamo sul sentiero n. 1 delle Cinque Terre in località Prato di Corvara (732 m), una località sul contrafforte sud-orientale del monte Malpertuso (815 m), al culmine della dorsale che divide le Cinque Terre dalla Val di Vara.

La millenaria storia di Corvara

Corvara è un borgo dalla millenaria: già nel 1070, infatti, il Codice Pelavicino attesta tale *Bonfilius de Corvaria*. Il suo, poi,

viene citato nel 1077 in un documento di Enrico VI del Sacro Romano Impero (anche se altri ritengono che nel diploma si faccia riferimento a un'altra località di nome simile in Val di Magra). A testimonianza della strategicità del luogo, la roccaforte fu una importante della Liguria orientale nel secolo. Il feudo di Corvara, inizialmente di proprietà della famiglia degli Estensi, fu poi ceduto con diploma imperiale di Federico II Barbarossa ad Obizzo Malaspina nel 1163. Nel 1211 fu quindi venduto alla Repubblica di Genova per ritornare, cinque anni più tardi, sotto il dominio dei Malaspina. Ciò causò un terribile assedio da parte delle truppe genovesi, fino alla pace. In seguito possedimento della famiglia Fieschi, dal 1271 seguì le sorti della Repubblica di Genova che eresse Corvara a sede di podesteria nel levante ligure, soppressa nel 1458 con l'annessione alla podesteria della Spezia. Il castello viene ancora



Acquedotto (foto Bacchi)



Pendici del Malpertuso (foto Bacchi)

menzionato nel 1273, durante la spedizione di Doria contro Spezia. Durante il medioevo Corvara ebbe una grande importanza: basti pensare, tanto per fare un esempio, che questo paese, durante la crociata, fornì uomini alle galere genovesi. Al giorno d'oggi resta molto poco dell'antico borgo medioevale, edificato su uno sperone roccioso costituito essenzialmente da rocce carbonatiche (calcari e dolomie) sulla direttrice di transito col piccolo scalo di Vernazza e in una posizione strategica che garantiva il controllo della media Val di Vara. Delle antiche vestigia, si diceva, non restano che robuste case torri, che dovevano formare con le mura di cinta un blocco difensivo, e un cadente muraglione, l'ultimo resto del castello, che sovrasta il paese. Interessante è anche la chiesa di San Michele Arcangelo, edificata nell'anno 1300 - come inciso nella pietra incastonata nella struttura muraria dell'edificio - e ricostruita all'inizio del XVIII secolo. Al suo interno si possono

ammirare dei bassorilievi in pietra arenaria e una pregevole opera di Antonio Maria da Carpena, conosciuto come *Il Carpenino*, artista locale del Quattrocento di scuola raffaellesca. Sul relativo campanile, che un tempo fungeva da torre militare di avvistamento, è posizionata una testa di animale. A poca distanza dal borgo, presso un crocevia sulla strada provinciale che collega l'Aurelia alle Cinque Terre, sorge il cinquecentesco Santuario della Madonna del Trezzo. All'interno, che è ad unica navata, è conservato sull'altare maggiore un dipinto raffigurante la Madonna col Bambino Lucia Madonna col Bambino in trono e le sante Apollonia Madonna col Bambino in trono e le sante ed risalente al 1586. Infine, poco fuori dal paese sono ancora ben visibili i resti dell'antico acquedotto.

Come raggiungere il sentiero

Corvara: dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a sinistra la strada per Borghetto di Vara, si supera il paese e si percorre la Strada Statale n. 1 Aurelia in direzione La Spezia. Dopo circa 10 Km, in località Pian di Barca, si svolta a destra sulla Strada Provinciale n. 36 per Monterosso al Mare. La si percorre per circa 3 Km finché, in località Madonna di Trezzo, si svolta a sinistra e si percorre la strada in salita per circa 600 m, fino all'abitato di Corvara.

Corvara è servita da autobus con le autolinee ATC (orario: www.atcesercizio.it).

Casella (298 m) - Quaratica (373 m) - Casella (298 m)

Lunghezza 9 km
Tempo di percorrenza 6 ore
Dislivello 260 m
Difficoltà E
Segnavia SI

Un bel percorso privo di difficoltà, dotato di una buona segnaletica, che aggira il Monte Carmo (560 m) e può includere la salita alla cima del monte per osservare alcune tipiche



Panorama sulla vallata (foto Bacchi)



Ricci-Cigoletta (© Bacchi)



Riccò (foto Bacchi)

morfolgie carsiche di superficie, caratteristiche dei rilievi di questa zona.

Il sentiero prende avvio a Casella (298 m) nei pressi del ponte sul Rio Chiose che conduce in località Serenella a (261 m), con un primo tratto di facile salita attraverso un bosco di castagni fino a transitare a fianco della stazione RAI di Riccò del Golfo. Da qui, con un quarto d'ora circa di cammino, tutto sostanzialmente pianeggiante, si arriva al Santuario della Madonna dell'Agostina (362 m). La vista domina da questo punto di osservazione la sottostante Val di Vara.

Poco prima del piazzale che introduce al santuario alcuni segnavia ci indicano sulla destra la traccia del sentiero che conduce alla cima del Monte Carmo. Si tratta di un percorso che sale rapidamente sui fianchi orientali della montagna, raggiungendo dapprima la cima del Monte Sarara e poi attraverso un breve pianoro il Monte Carmo dove possiamo



Verso la Cigoletta (foto Bacchi)



Segnavia (foto Bacchi)

osservare doline e “campi a massi” modellati dall’azione delle acque piovane (box sul carsismo).

Ridiscesi al Santuario si riprende il percorso che sempre in piano si immette sul sentiero n. 5 che da San Benedetto sale a Quaratica (373 m). Il tracciato attraversa il borgo transitando all’interno del caratteristico vicolo costituito da numerose volte per uscirne all’estremità orientale e risalire il Fosso di Quaratica fino alla Sella del Termo (558 m) dove il nostro sentiero incontra l’itinerario n. 02 proveniente da Codeglia.

Da qui il percorso (segnato 5a) si svolge in discesa lungo la valle del Rio Trambacco. Poco prima di raggiungere Casella il sentiero riceve il n. 6 sul quale ci immettiamo per arrivare, seguendo una stradina sterrata, a Casella in una ventina di minuti circa.

Casella (298 m) - Santuario di San Gottardo (530 m) - Monte Gaginarà (771 m)

Lunghezza 4 km

Tempo di percorrenza 2 ore

Dislivello 473 m

Difficoltà E

Segnavia 03/a

Il nostro itinerario inizia a Casella, al crocevia dove ha origine il sentiero n. 03/a. Dopo circa trenta minuti di cammino arriviamo in località Aia dei Morti. Si tratta di una spianata attrezzata con tavolini e panche di legno, coperta dalle fronde di numerosi esemplari di grandi e secolari castagni. Il nome dell’area deriva da un’antica leggenda che vuole che in questa zona, durante la notte, si svolgano sabba e danze da parte degli spiriti dei defunti in catene fino alle prime luci dell’alba. Da qui ha origine una scalinata lastricata con blocchi di arenaria che in breve conduce in cima al monte San Gottardo (530 m), dove sorge l’omonimo santuario. Una breve visita, dopodiché riscendiamo fino allo spiazzo in fondo alla scalinata. Continuiamo a camminare, risalendo lungo la direttrice principale verso il crinale, passando sotto il contrafforte settentrionale del monte Baudara (751 m). Dopo aver sorpassato alcuni crocevia di sterrate e sentieri minori, diretti verso il borgo di Corvara (319 m) – che ignoriamo –, continuiamo seguendo un segnavia costituito da un cerchio rosso, finché perveniamo a una piccola radura dove sorge la *Capanna di Giò*. Si tratta di una sorta di rifugio in legno, col tetto in lamiera, che funge da ricovero per gli escursionisti.

Al suo interno, infatti, possiamo trovare una stufa a legna, delle suppellettili e alcuni generi di conforto, come caffè e zucchero. Tiriamo il fiato per qualche minuto, dopodiché proseguiamo il nostro cammino in salita. Dopo una quindicina di minuti perveniamo finalmente alla sella che sorge sotto le pendici settentrionali del monte Gaginarà (771 m), dove passa il sentiero n. 1 del crinale e dove è fissato il punto d'arrivo del nostro itinerario.

Riccò (148 m) - Casella (298 m) - Passo della Cigoletta (607 m)

Lunghezza 4,5 km

Tempo di percorrenza 2 ore

Dislivello 459 m

Difficoltà E/EE

Segnavia 7

Questo è un itinerario molto bello perché attraversa ambienti paesaggistici di grande bellezza fino ad arrivare al crinale costiero che offre magnifici colpi d'occhio sulle Cinque Terre e sulla riviera ligure di levante. Di un certo interesse è anche l'aspetto storico, costituito da piste, cave ed edifici legati ad antichi mestieri di cui si è quasi completamente perso il ricordo.

La mulattiera ha origine nell'abitato di Riccò del Golfo Spezia (148 m), in corrispondenza del bivio che porta a Valdipino (200 m), dove sono ancora visibili degli antichi telai. Da qui si risale la strada che costeggia la valle del torrente Riccò per circa 3 Km e che termina a Casella (298 m).

Dallo spiazzo che funge da parcheggio, in fondo al paese, prendiamo una pista sterrata che si inoltra tra i castagni. Dopo aver oltrepassato il torrente grazie a un piccolo ponte di legno, arriviamo a un crocevia. Sulla sinistra ha origine il sentiero n. 6, che risale il rio Trambacco e che, dopo aver scavalcato il crinale in prossimità della sella sotto il monte Marvede (665 m), scende fino a Manarola (2 m).

Procediamo quindi lungo il sentiero n. 7 che risale tutta la valle Chiose e che costituisce la nostra direttrice principale. Questa parte dell'itinerario è molto bella, anche se il cammino può essere ostacolato da alcuni infrascamenti o da

tronchi caduti a terra. Castagni, robinie, sambuchi e ontani fanno da cornice a un *habitat* caratterizzato dalle acque limpide del torrente Riccò che a tratti forma piccole cascate, rivoli secondari e modesti laghetti dai quali affiorano spesso grossi massi di colore rossastro. Non è raro, in questo ambiente, imbattersi in anfibi come le salamandre pezzate, e in insetti di acqua dolce, come le libellule e i gerridi.

Dopo esserci imbattuti in un grande macigno di arenaria, su cui è stata scolpita – in bassorilievo – la testa tipica delle statue stele lunigianesi, risaliamo la valle sotto un folto bosco di castagni ormai inselvatichitisi e attraversando più volte il corso d'acqua, fino a transitare in un ambiente ricco di felci e di un fitto sottobosco dove si trovano le sorgenti del torrente Riccò.

Da questo punto sono sufficienti pochi minuti di ulteriore salita per arrivare sul valico della Cigoletta (607 m), capolinea del nostro itinerario, dove incrociamo il sentiero n. 1 di crinale che collega Porto Venere a Levanto.

Gli scalpellini

Anticamente a Val dipino e a Casella esisteva la più importante scuola di scalpellini di tutta la Val di Vara. Una fatto dovuto alla presenza, nel circondario, di una quindicina di cave di arenaria (ma anche di portoro e diaspro rosso), una pietra grigia e molto dura, in cui trovarono impiego, nel corso dei secoli, tantissime persone. Un tempo gli scalpellini erano divisi in manovali, riquadratori e rifinitori. I primi estraevano il materiale dalla montagna, servendosi dell'*u pistulettu*, grazie al quale bucarono la roccia. In questi punti i riquadratori inserivano poi la polvere da sparo per far staccare grossi blocchi che facevano poi rotolare nel piazzale della cava e con i *palanchini*, specie di binari in legno su cui queste pietre venivano fatte scivolare fino a valle. I secondi avevano il compito di scegliere il blocco migliore che, con ulteriori interventi mirati, riducevano alle dimensioni volute. I terzi,

infine, sgrezzavano il sasso, pareggiandone i bordi e rifinendolo con attrezzi appositi.

Il santuario di San Gottardo

La leggenda narra che sul monte San Gottardo un tempo esisteva una città devota a Dio che fu distrutta dall'invasione dei Longobardi di Rotari. Il sangue versato dagli abitanti colorò di rosso le acque del torrente sottostante per diversi giorni. I superstiti sarebbero poi scappati verso il litorale, dove in seguito avrebbero fondato il paese di Vernazza. In realtà, secondo alcuni documenti parrocchiali, la costruzione del santuario di San Gottardo sull'omonima vetta (530 m) che sovrasta il paese di Casella, risalirebbe tra il 1640 e il 1650. La struttura, che probabilmente sorge sulle fondamenta di un antico castellaro, fu eretta per volere degli abitanti della zona. In origine ospitava un quadro, arricchito da una cornice in argento (che, secondo le fonti, era costato ai fedeli *800 lire genovesi*), che fu rubato e portato in Francia in seguito alla prima campagna napoleonica in Italia, nel 1797. La chiesa fu poi ingrandita sul finire del XIX secolo (1898) e dotata di un campanile a due elementi. Sul bel portale in pietra arenaria sono visibili alcuni bassorilievi di preziosa fattura che raffigurano simboli astronomici, botanici e croci in stile longobardo. La festa del santuario di San Bernardo ricorre la seconda domenica d'agosto.

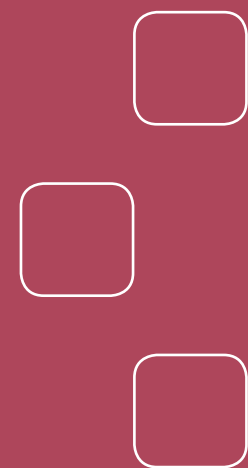
Come raggiungere il sentiero

Riccò del Golfo di Spezia: dall'uscita dell'Autostrada A12 Borghetto-Brugnato si prende a sinistra la strada per Borghetto di Vara, si supera il paese e si percorre la Strada Statale n. 1 Aurelia in direzione La Spezia per circa 14 Km.

Riccò del Golfo di Spezia è servita da autobus con le auto-linee ATC (orario: www.atcesercizio.it).



Ap
pen
dici



I comuni della Val di Vara coinvolti



Cartina della provincia di La Spezia

Beverino

Altitudine	73 m s.l.m.
Superficie	36,0 Km ²
Abitanti	2.418 (2010)
Frazioni	Beverino, Bracelli, Castiglione Vara, Cavanella Vara, Corvara, Padivarma
Sito ufficiale	www.gov.it



Il castello di Beverino (foto Amici)



Il borgo di Beverino (foto Cipriani)

Da vedere

Chiesa cinquecentesca di San Remigio Vescovo a Castiglione Vara, costruita sulle rovine di un castello medievale appartenuto agli Estensi.

Chiesa romanica di santa Croce a Beverino Castello (restaurata nel XVII secolo).

Chiesa trecentesca di San Michele Arcangelo a Corvara (restaurata nel XVIII secolo).

Castello medievale di Beverino, che sorge a 215 m di altezza, di cui oggi restano delle tracce (fu distrutto dai Genovesi, proprietari della struttura, per ragioni strategiche).

Castello medievale di Bracelli, a cui si accedeva dopo sette cinte murarie (e relative porte, di cui oggi si conservano gli archi).

Santuario cinquecentesco della Madonna del Trezzo, a Corvara.

Oratorio trecentesco di santa Croce a Bracelli (restaurato nel XVIII secolo).

Loggia trecentesca a Corvara, posta su un crocevia, luogo di sosta per pellegrini e viandanti.

Borghetto di Vara

Altitudine	104 m s.l.m.
Superficie	27,3 Km ²
Abitanti	991 (2010)
Frazioni	Boccapignone, Cassana, L'Ago, Pogliasca, Ripalta, Termine di Roverano.
Sito ufficiale	www.comunediborghettodivara.net

Da vedere

Chiesa parrocchiale di San Michele Arcangelo a Cassana, costruita sui resti di una preesistente struttura in stile romanica.



*La chiesa di Borghetto di Vara
(foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)*



*Le tipiche case di Borghetto di Vara
(foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)*

Al suo interno conserva un trittico seicentesco di Giovanni Francesco Cassana, allievo di Bernardo Strozzi.

Santuario trecentesco di Nostra Signora di Roverano a Termine di Roverano (restaurato nel XX secolo).

Chiesa matrice del Santissimo Salvatore a Ortara, posta sull'antica via romana, la prima chiesa della zona (resti).

Abbazia quattrocentesca di Santa Maria Assunta della Corte dell'Accola a Borghetto di Vara, probabilmente eretta sulle fondamenta di un edificio religioso del IX secolo.

Grotte di Ginepro e Cassana, a Cassana, dove furono ritrovati fossili animali e tracce dell'Uomo di Neanderthal.

Brugnato

Altitudine	115 m s.l.m.
Superficie	12,0 Kmq
Abitanti	1.276 (2010)
Frazioni	Bozzolo.
Sito ufficiale	www.comune.brugnato.sp.it

Da vedere

Concattedrale dei Santi Pietro, Lorenzo e Colombano a Brugnato. Antica basilica cimiteriale risalente al VII secolo, l'attuale edificio è databile tra l'XI e il XII secolo, quando Brugnato fu eletta a diocesi.

Palazzo vescovile a Brugnato, dimora del vescovo della diocesi di Brugnato fin dal 1133. Oggi ospita il museo diocesano e archeologico.

Chiesa settecentesca di Sant'Antonio Abate a Bozzolo, costruita sulle fondamenta di un precedente edificio religioso risalente al XIV secolo.

Oratorio cinquecentesco di San Bernardo a Brugnato. Ex convento seicentesco di San Francesco, ora convento dei Padri Passionisti.

Santuario di Nostra Signora dell'Ulivo, situato su un colle al di fuori del centro abitato, fondato probabilmente dai monaci dell'abbazia brugnatese.

Ponte medievale (di probabile origine romana) sul fiume Vara.



La Concattedrale dei Santi Pietro, Lorenzo e Colombano a Brugnato (foto Borrini)

Calice al Cornoviglio

Altitudine	402 m s.l.m.
Superficie	34,1 Km ²
Abitanti	1.177 (2010)
Frazioni	Borseda, Bruscarolo, Castello di Calice, Madrignano, Santa Maria, Usurana.
Sito ufficiale	www.comune.calicealcornoviglio.sp.it

Da vedere

Chiesa seicentesca di Nostra Signora di Loreto a Calice Castello.
Chiesa seicentesca della Madonna del Carmine a Borseda.
Chiesa parrocchiale dei santi Margherita e Nicola a Madrignano.
Oratorio trecentesco dei santi Antonio e Bartolomeo a Vicchieda.
Oratorio seicentesco di Nostra Signora del Carmine a Forno.
Oratorio seicentesco di santa Maria Annunziata a Molunghi.
Oratorio seicentesco di San Giovanni Battista a Nasso di Sotto.



Il castello di Calice sotto la neve (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Oratorio settecentesco a Novegina, che vanta un bassorilievo marmoreo sopra l'architrave del portale raffigurante Maria Ausiliatrice.

Castello medievale dei Doria-Malaspina a Calice al Cornoviglio.
Castello medievale a Madrignano (resti).



Il castello di Madrignano (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Carro

Altitudine	418 m s.l.m.
Superficie	33,6 Km ²
Abitanti	593 (2010)
Frazioni	Castello, Ponte Santa Margherita, Ziona.
Sito ufficiale	www.comune.carro.sp.it

Da vedere

Chiesa quattrocentesca di San Lorenzo Martire a Carro.

Chiesa parrocchiale di San Giorgio a Castello, costruita sui resti di un antico castello medievale di proprietà della famiglia genovese dei Fieschi.

Chiesa medievale del Santissimo nome di Maria a Ziona.



Tipiche case di Carro (foto Cipriani)



Veduta di Carro (foto Cipriani)

Pignone

Altitudine	189 m s.l.m.
Superficie	16,2 Km ²
Abitanti	611 (2010)
Frazioni	Cappelletta, Casale, Catornola, Faggiona, Monti, Villa.
Sito ufficiale	www.comune.pignone.sp.it

Da vedere

Chiesa trecentesca di Santa Maria Assunta a Pignone (ristrutturata nel XVIII secolo), conserva all'interno due affreschi del XVII e del XVIII secolo.



Il paese di Pignone (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Chiesa parrocchiale di San Martino Vescovo a Casale.

Santuario seicentesco della Madonna del Buon Consiglio adiacente al torrente Pignone lungo la strada provinciale 38 che conduce alle Cinque Terre (è noto anche come Madonna del Ponte).

Ponte Vecchio cinquecentesco a Pignone, costruito su fondamenta di un precedente ponte medievale, costruito ad un'unica arcata a schiena d'asinò, distrutto dall'alluvione dell'ottobre 2011.

Loggia comunale seicentesca a Pignone (restaurata nel XVII secolo), sorge nei pressi di una più antica loggia dove, nel XV secolo, gli abitanti giurarono fedeltà a Francesco Sforza, duca di Milano.

Ponte cinquecentesco dell'acquedotto, poco fuori del paese, costruito vicino al torrente Pignone.

Grotte carsiche tra Pignone e Casale.



Un bassorilievo votivo (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Riccò del Golfo di Spezia

Altitudine	148 m s.l.m.
Superficie	36,9 Km ²
Abitanti	3.552 (2010)
Frazioni	Bovecchio, Camedone, Caresana, Carpena, Casella, Debbio, Porcale, Graveglia, Pian di Barca, Ponzò, Quaratica, San Benedetto, Valdipino.
Sito ufficiale	www.comune.riccodelgolfo.sp.it

Da vedere

Chiesa cinquecentesca di Santa Croce a Riccò del Golfo di Spezia che ospita all'interno un bassorilievo settecentesco.

Chiesa quattrocentesca di San Benedetto nell'omonima frazione, separata dalla più antica chiesa di Santo Stefano di Marinasco nel XVI secolo, restaurata nel XVIII secolo.

Chiesa quattrocentesca di San Giovanni Battista a Valdipino (restaurata nel XVIII secolo).

Chiesa cinquecentesca di San Cristoforo a Ponzò, edificata sulle fondamenta di un precedente edificio risalente al XIII secolo.

Chiesa novecentesca di Nostra Signora delle Grazie e San Rocco a Quaratica.

Santuario seicentesco di San Gottardo a Casella, ubicato sul monte omonimo (450 m), restaurato e ampliato nel XIX secolo con l'aggiunta di un campanile.

Santuario cinquecentesco di Nostra Signora dell'Agostina a Valdipino, restaurato nel XVIII secolo.



Dipinto raffigurante i Santi Giovanni Battista, Michele e Rocco a Valdipino (foto Cipriani)

Rocchetta di Vara

Altitudine	220 m s.l.m.
Superficie	32,3 Km ²
Abitanti	819 (2010)
Frazioni	Beverone, Garbugliaga, Rocchetta, Stadomelli, Suvero, Veppo
Sito ufficiale	www.comune.rocchetta.sp.it

Da vedere

Chiesa medievale di San Giovanni Battista a Stadomelli, secondo alcune fonti risalente ad un periodo precedente all'XI secolo.
Chiesa cinquecentesca di Santa Giustina a Rocchetta, edificata sulle rovine dell'antica cappella di San Pantalone.



Il castello di Suvero (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)



La chiesa di Beverone (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Chiesa cinquecentesca di San Giovanni Decollato a Beverone, costruito sopra un colle isolato dal nucleo abitato.
Chiesa cinquecentesca di San Giovanni Battista a Suvero, edificata per volere del marchese Torquato Malaspina.
Chiesa seicentesca dei Santi Anna e Remigio a Garbugliaga.
Oratorio cinquecentesco della Madonna della Neve a Suvero (proprietà privata)
Castello trecentesco dei Malaspina a Suvero, abbandonato alla fine del XVIII secolo, oggi restaurato e adibito a dimora privata.
Palazzo Vinciguerra a Rocchetta, la cui prima ricostruzione risale al XVII secolo.
Pineta di Suvero, la più grande della Liguria.

Zignago

Altitudine	632 m s.l.m.
Superficie	27,9 Km ²
Abitanti	544 (2010)
Frazioni	Imara, Debbio, Pieve, Sasseta, Serò, Valgiuncata, Vezzola, Torpiana.
Sito ufficiale	www.comune.zignago.sp.it

Da vedere

Chiesa medievale di San Pietro Apostolo a Pieve di Zignago (restaurata e rifatta nel XIX secolo), le cui prime notizie risalgono al XII secolo.

Chiesa medievale di San Martino Vescovo a Serò (restaurata nel XXI secolo).



La valle del Mangia (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)



La chiesa di San Pietro Apostolo a Pieve di Zignago (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Santuario ottocentesco della Madonna del Dragnone, eretto sul monte del Dragnone (1.010 m), Castello medievale di Zignago sul monte omonimo, in origine appartenente ai Signori di Vezzano, di cui oggi sono visibili le fondamenta (resti). Castello medievale di Serra Maggiore a Pieve di Zignago, appartenuto anche alla famiglia genovese dei Fieschi (resti).

Sport all'aperto

La Val di Vara è una regione ideale per praticare attività all'aria aperta. Grazie alla presenza di numerosi corsi d'acqua è possibile dilettarsi con la pesca sportiva (informarsi su modalità e permessi), il *rafting* e il *kayak*. La fitta rete dei sentieri consente poi agli appassionati di praticare il *trekking*, la *mountain-bike* e l'equitazione. Alcuni rilievi particolarmente adatti si prestano, infine, anche per essere sfruttati dagli appassionati del deltaplano.

Beverino

Trekking / Mountain-Bike / Equitazione

Si segnala la cosiddetta *Strada dei Tedeschi*, costruita dalle truppe germaniche durante la seconda guerra mondiale dall'andamento per lo più pianeggiante e che unisce Padivarma al Pian di Follo. Interessante anche la fitta rete di itinerari che prende il nome di *Vie dei Mulini*, una serie di sentieri che collegavano i mulini ad acqua lungo i canali.

Borghetto di Vara

Trekking / Mountain-Bike / Equitazione

Le mulattiere adatte allo scopo sono numerose e interessanti, perché consentono di visitare antichi mulini, grotte e castelli. Interessanti, da qui, sono le mulattiere che puntano verso il monte Bardellone, sullo spartiacque che divide la Val di Vara dal litorale di Levante e delle Cinque Terre.



Arrampicata sul lago Valgiuncata (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Brugnato

Sport acquatici / Trekking / Mountain-Bike / Equitazione

Tutta l'area comunale è perfetta per gli sport acquatici, come la pesca sportiva, il *kayak*, il *rafting*, il *rafting-gommone*, l'*hydrospeed* e il *canyoning*. Intorno al centro abitato sono presenti numerosi itinerari per *trekking*, *mountain-bike* ed equitazione. A Brugnato esiste anche un palazzetto dello sport attrezzato per gli appassionati di calcio, tennis, volley, danza e arti marziali.

Calice al Cornoviglio

Trekking / Mountain-Bike

Il territorio è attraversato da un'importante tappa dell'Alta Via dei Monti Liguri, ideale per gli appassionati di escursioni a piedi o di bicicletta. Nel castello di Calice esiste allo scopo il Centro Servizi Territoriale dell'Alta Via dove è possibile reperire informazioni sul percorso e prenotare servizi di accompagnamento.

Carro

Trekking / Mountain-Bike / Pesca / Kajak

Il territorio si presta a vari tipi di sport, sia di terra, come il *trekking* e la *mountain-bike*, sia d'acqua, come il *kajak*, la canoa e la pesca sportiva. Sono altresì presenti tre campi sportivi polivalenti e un campo di calcio a sette.



Rafting sul Vara (foto Filattiera)

Pignone

Trekking / Mountain-Bike / Equitazione

L'area di Pignone è adattissima a escursioni a piedi, a cavallo o in bicicletta. Alcuni dei sentieri esistenti mettono in comunicazione il nucleo abitato con lo spartiacque marino e, di conseguenza, con i borghi delle Cinque Terre.

Riccò del Golfo di Spezia

Trekking / Mountain-Bike

Dal territorio comunale partono alcune mulattiere adattissime per gli amanti del *trekking* e della *mountain-bike*. Si segnala, in particolare, il sentiero n. 7 (CAI) che collega Casella,

la valle del torrente Chiose e la Sella della Cigoletta fino a Vernazza e agli altri paesi delle Cinque Terre.

Rocchetta di Vara

Trekking / Mountain-Bike / Equitazione / Nuoto / Deltaplano

Il territorio di Rocchetta di Vara è attraversato da un tratto dell'Alta Via dei Monti Liguri, un percorso suggestivo e particolarmente ricercato dagli amanti dell'escursioni a piedi, in bicicletta e in sella a un cavallo. Si segnala l'anello che dal paese di Rocchetta sale a Veppo e a Beverone, per poi tornare al punto di partenza. Esiste anche un'area attrezzata in località Ramella dov'è possibile fiume è possibile nuotare nel fiume Vara. Sono infine possibili anche i lanci con il deltaplano dal crinale del Monte Madronale.



Trekking in Val di Vara (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Zignago

Trekking / Mountain-Bike / Equitazione / Deltaplano

Il territorio di Zignago si presta particolarmente agli sport di terra, come il *trekking*, la *mountain-bike* e l'equitazione, e a quelli d'aria, come il deltaplano. La fitta rete di sentieri, tra cui un tratto dell'Alta Via dei Monti Liguri, si presta infatti a questi tipi di sport

Manifestazioni ed eventi

Beverino

Giugno

III domenica: Fiera d'Estate

Luglio

Madonna del Trezzo (Corvara)

Agosto

Processione di San Lorenzo (Padivarma)

Settembre

Festa dei prodotti della terra

Ottobre

Festa d'autunno (Castiglione Vara)



Processione a Beverino (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Borghetto di Vara

Luglio

Fiera di merci varie

Settembre

Festa di Nostra Signora di Roverano presso il Santuario (Roverano)

Ottobre

Mostra mercato di prodotti locali

Castagnata

Sagra dello *sgabeo* e dei *frisceu* di verdura

Festa della castagna (L'Ago)

Brugnato

V domenica di Quaresima

Fiera di San Lazzaro e Sagra del canestrello

Giugno

Infiorata del *Corpus Domini*

19-20 Agosto

Celebrazioni in onore di San Bernardo Abate

Calice al Cornoviglio

Agosto

Sagra del miele (Santa Maria)

Ottobre

Festa del Castagno.

Carro

Luglio-Agosto

Festival Paganiniano

Agosto

Festa Medievale



Infiorata a Brugato (foto Borrini)

Pignone

Ultimo fine settimana di Agosto

Gli orti di Pignone - Mostra mercato di prodotti tipici di alta qualità

Riccò del Golfo

I domenica di Maggio

Festa di Santa Croce

IV domenica di Giugno

Il cammino del Solstizio - Percorso artistico, gastronomico, ambientale (Quaratica)

I Domenica di agosto

Festa della Madonna della Neve



Gli orti di Pignone (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Rocchetta di Vara

Ultimo sabato di carnevale

Il carnevale dei Belli e dei Brutti (Suvero)

Agosto

Botteghe d'arte (Suvero).

Zignago

Agosto

Festa della cultura contadina (Vezzanelli)

8 Settembre

Festa della Madonna del Dragnone (Monte Dragnone)



Festa della cultura contadina a Zignago (foto Archivio fotografico della Provincia della Spezia)

Indirizzi utili

Comuni

Beverino

www.gov.it - Tel. 0187-88.30.26

Borghetto di Vara

comunediborghettodivara.net - Tel. 0187-89.41.21

Brugnato

www.comune.brugnato.sp.it - Tel. 0187-89.41.10

Calice al Cornoviglio

www.comune.calicealcornoviglio.sp.it - Tel. 0187-93.56.44

Carro

www.comune.carro.sp.it - Tel. 0187-86.10.05

Pignone

www.comune.pignone.sp.it - Tel. 0187-88.70.02

Riccò del Golfo di Spezia

www.comune.riccodelgolfo.sp.it - Tel. 0187-92.51.06

Rocchetta di Vara

www.comune.rocchetta.sp.it - Tel. 0187-86.87.52

Zignago

www.comune.zignago.sp.it - Tel. 0187-86.50.75

Amministrazioni

Comunità Montana

www.cm-valdivara.it - Tel. 0187-87.06.1

Ente Parco di Montemarcello Magra
www.parcomagra.it - Tel. 0187-69.10.71

Provincia della Spezia
www.provincia.sp.it - Tel. 0187-74.21

I.A.T. - Pro Loco

Beverino (P.L. Perla Verde)
Tel. 0187-88.30.26

Borghetto di Vara (P.L. Ponte Vecchio)
Tel. 0187-89.41.21

Brugnato I.A.T.
iat_spezia@provincia.sp.it - Tel. 0187-89.65.26

Brugnato (P.L. Città di Brugnato)
Tel. 0187 89-44.20

Calice al Cornoviglio I.A.T.
Tel. 0187-93.63.91 / 347-35.13.291

Carro (P.L. Niccolò Paganini)
Tel. 0187-86.10.05

Pignone P.L.
info@comune.pignone.sp.it
Tel. 0187-88.70.02 / 88.78.78

Riccò del Golfo di Spezia P.L.
iat_spezia@provincia.sp.it - Tel. 0187-92.51.06

Zignago P.L.
prolocozignago@libero.it - Tel. 0187-86.50.75

Cultura

Brugnato (Museo Diocesano)
www.diocesispezia.it - Tel. 0187 89.65.30 / 89.41.10

Calice al Cornoviglio (Pinacoteca Beghè)
Tel. 0187-93.63.09 / 347-35.13.291

Carro (Museo Mineralogico)
Tel. 0187-86.10.05

Zignago (Mostra Storico Archeologica)
Tel. 0187-86.50.75

Trasporti

A.T.C. La Spezia
www.atcesercizio.it - Tel. 0187-52.25.11

Autostrada A12 (SALT)
www.salt.it - Tel. 0187-52.25.11



Felici Editore

Finito di stampare nel mese di luglio 2012