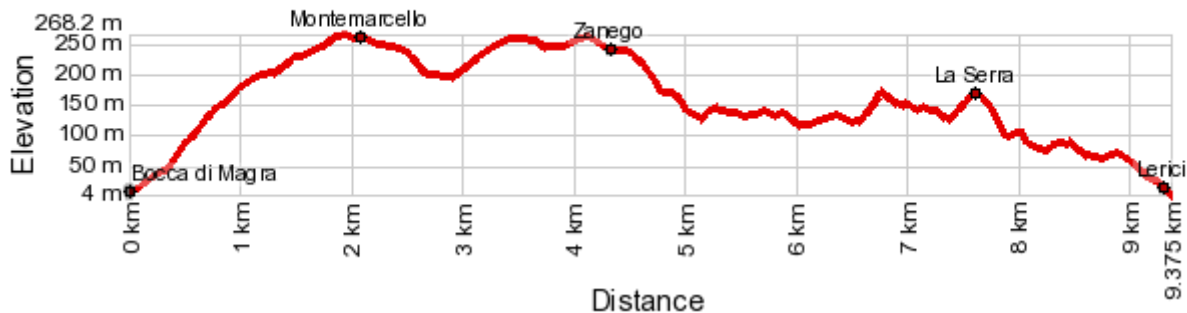




Tratta 1 da Bocca di Magra a Lerici

Lunghezza complessiva	9,7 km
Tempo di percorrenza	3h 50m
Dislivello totale	411 m
Percentuale percorso in salita	47,9 %
Percentuale percorso in discesa	52,1 %
Percentuale sentiero su fondo naturale	40,5 %
Percentuale sentiero su asfalto	12,9 %
Percentuale sentiero su selciato	46,6 %
Percentuale sentiero su altro tipo di fondo	0%

Profilo altimetrico



created by GPSvisualizer.com

Descrizione generale:

La tappa si snoda quasi interamente all'interno del territorio del Parco Regionale di Montemarcello - Magra - Vara. Una volta risaliti al borgo di Montemarcello l'itinerario prosegue comodamente a mezzacosta verso Lerici, transitando per il borgo della Serra, con splendide viste sulla costa e sul Golfo della Spezia. Il paesaggio vegetale è vario, e va da una rigogliosa macchia mediterranea, ai coltivi a prevalenza di olivo, ai boschi di leccio e di pino d'Aleppo. A Montemarcello è imperdibile il panorama di Punta Corvo, mentre brevi deviazioni permettono la visita al borgo di Tellaro, spettacolarmente proteso sul mare, ed alle splendide calette di Fiascherino.



Descrizione del percorso



Bocca di Magra

Il percorso ha praticamente inizio alla foce del Magra, compresa tra i due centri abitati di Bocca di Magra e Fiumaretta. La foce rappresenta anche il confine tra la costa alta (che contraddistingue il paesaggio ligure) e quella bassa, tipica della piana alluvionale del Magra e della Versilia.

Il percorso ha inizio nei pressi del parcheggio posto alle spalle del nucleo storico del borgo di Bocca di Magra e transita nel suo primo tratto ai confini del sito archeologico della Villa Romana e quindi del Monastero del Corvo. È un'ampia mulattiera, a tratti ancora dotata dell'antico selciato, che interseca più volte la strada carreggiabile, all'interno di un paesaggio ancora caratterizzato dalle pinete di pino marittimo. In questo primo tratto il Sentiero Liguria coincide con l'AVG (Alta Via del Golfo) del quale bisogna seguire la segnaletica.



Villa Romana di Bocca di Magra

La residenza di Bocca di Magra si ascrive nel novero delle *villae maritimae*, cioè quelle dimore lussuose che vengono edificate in zone paesaggisticamente pregevoli, con affacci sul mare.

Le fasi edilizie si collocano in un arco cronologicamente esteso che, a partire dalla metà del I secolo a.C., arriva fino al IV secolo d.C. Il nucleo meglio conservato è relativo a un impianto termale dislocato nell'ala orientale della villa.

Fonte: www.archeoge.beniculturali.it

Il sentiero, relativamente ombroso, diventa più aperto arrivati al paese di Montemarcello, situato sulla sommità del promontorio del Caprione (così viene anche chiamato il promontorio che separa il Golfo dalla parte finale della Val di Magra), un altopiano carsico contraddistinto da numerose ed ampie doline, per lo più trasformate oggi in coltivi.

Attraversato l'antico borgo, arrivati alla Parrocchiale di San Pietro, se ne percorre il perimetro in modo da abbandonare l'AVG che risale a Monte Murlo, e proseguire quindi lungo il sentiero n°433, che rimane tendenzialmente in quota. Prima di lasciare Montemarcello, una breve deviazione permette di raggiungere il punto panoramico di Punta Corvo (seguire il primo tratto del n°436; volendo proseguire il sentiero si raggiunge, con un ripido e impegnativo sentiero, la spiaggia di Punta Corvo).



Montemarcello

Secondo la tradizione sembra che il nome risalga all'epoca romana, ricordando la vittoria riportata sui Liguri dal console Marco Claudio Marcello nel 155 a.C.. L'influenza romana è ben visibile nella struttura urbanistica del paese con le sue vie che tagliano a angolo retto a ricordare un accampamento militare ("castrum").

Fonte:

www.comune.ameglia.sp.it

Il tratto tra Montemarcello e Zanego utilizza l'antica mulattiera per Tellaro e Lerici, dotata di un magnifico selciato in pietra calcarea; si attraversano oliveti, in parte coltivati, in parte abbandonati, ed in alcuni casi già sostituiti da boschi, soprattutto a leccio e a pino d'Aleppo. Giunti sul ripido versante interno al Golfo (come alla Valle della Marossa), la natura prende il sopravvento: magnifiche pinete cingono gli imponenti ravaneti che degradano verso il mare. Siamo nel cuore del SIC (Sito di Importanza Comunitaria) "Montemarcello": è il regno delle specie della macchia mediterranea e della gariga, dove abbondano le piante aromatiche (timo e elicriso su tutte) e altre arbustive (splendide le fioriture primaverili di *Cistus albidus*). Queste falesie rappresentano anche l'habitat preferito del falco pellegrino, come anche dei corvi imperiali.



SIC "Montemarcello"

Notevole importanza ha il netto contrasto vegetazionale tra i versanti rivolti al mare e quelli rivolti alla Valle del Magra (più freschi) ed il contrasto tra aspetti di elevata naturalità e aree agricole (oliveti). Diverse specie vegetali si trovano presso il limite NE della loro distribuzione o in stazioni insolitamente vicino al mare. La contiguità con un sito a carattere fluviale e la morfologia di promontorio proteso sul mare aumenta notevolmente la ricchezza dell'ornitofauna.

Fonte: www.ambienteinliguria.it

Zanego rappresenta un importante snodo della viabilità pedonale: in direzione nord si diparte il percorso di crinale verso la Rocchetta (AVG); a est il n°424 connette al borgo storico di Ameglia; proseguendo verso ovest il Sentiero Liguria (sempre seguendo il n°433) continua invece sul versante mare in direzione Tellaro. Il borgo non viene però raggiunto (a meno di una deviazione, segnalata) perché il nostro percorso rimane sulla mezza costa, attraverso i borghi abbandonati di Portesone e Barbazzano, per raggiungere quindi La Serra.

In questo tratto infatti gli oliveti hanno ancora una discreta diffusione. Infatti, sebbene la natura rocciosa del terreno e l'assenza di strade di penetrazione rendano difficile la coltivazione, in molte aree si è attivata una importante azione di recupero. Il paesaggio agrario che ne deriva è particolarmente affascinante per la sua arcaicità e la compenetrazione con la componente naturalistica.



SIC "Costa di Maralunga"

Sito costiero con bosco di *Quercus ilex* in buon stato di conservazione e rupi costiere difficilmente accessibili e relativamente poco disturbate. Notevole è l'interesse paesaggistico. Il sito ospita habitat prioritari (6210 *Formazioni erbose secche seminaturali e facies coperte da cespugli su substrato calcareo (Festuco- Brometalia)* (*stupenda fioritura di orchidee)) e vari taxa protetti ai sensi di direttive/convenzioni internazionali.

Fonte: www.ambienteinliguria.it

Giunti in prossimità della Serra il Sentiero Liguria devia all'interno del centro storico, in modo da poter visionare i bei carugi del borgo ed il magnifico panorama sul Golfo della Spezia. Dalla Serra, scendendo verso Lerici, si aprono magnifiche viste sulle calette della costa, mentre si attraversano alcuni lembi residuali di boschi di latifoglie a rovere e carpino.

Quasi a Lerici, raggiunta la strada carreggiabile al bivio per Maralunga, il Sentiero Liguria, invece di proseguire con il n°433, utilizza la variante 433c che rimane sul crinale permettendo di pervenire al borgo attraverso il nucleo originario che attornia il castello.



Lerici

L'arrivo a Lerici per la Via Tagliata, in pieno centro storico, permette di apprezzare la parte più antica del borgo. Il Castello, simbolo delle contese tra Genova e Pisa all'epoca delle Repubbliche Marinare, è giunto a noi praticamente intatto nelle forme volute dai Genovesi nel 1555.

Oggi ospita l'interessante Museo Geopaleontologico, realizzato a valle della scoperta (realizzata nel 1987 nei dintorni di Lerici) di orme fossili attribuite a dinosauri ed altri gruppi rettiliani risalenti a circa 220 milioni di anni fa.

Fonte: www.castellodilerici.it