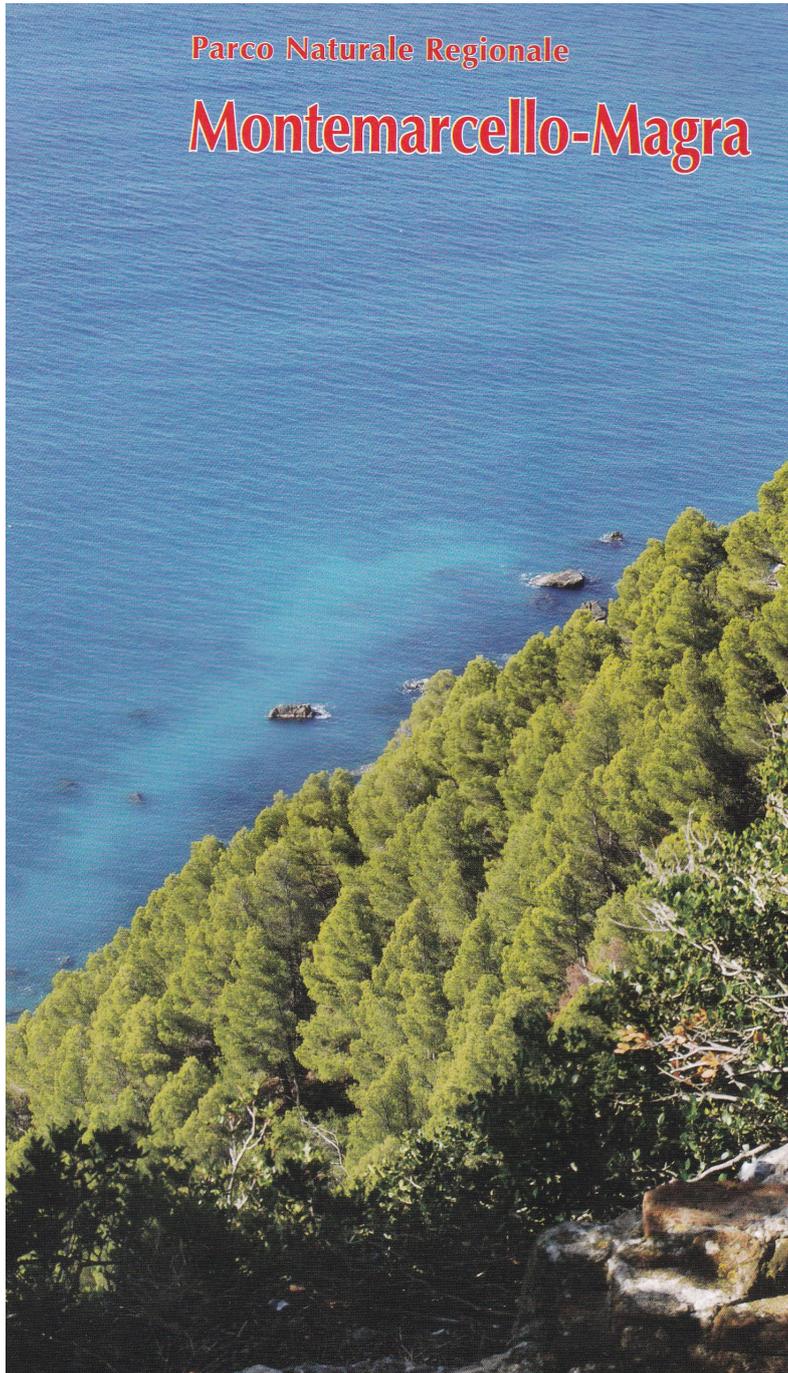


Il Promontorio del Caprione



MERAVIGLIA FRA MARE E OLIVI

SENTIERO LERICI MONTEMARCELLO BOCCA DI MAGRA

ACCESSO: da La Spezia e Sarzana con mezzi pubblici ottimo servizio o autobus privato (zona ZTL) fermata in piazza Garibaldi a Lerici.

PUNTO DI INCONTRO: Lerici ,piazza Garibaldi.

TEMPI DI PERCORRENZA : ore di cammino 5

DISLIVELLI: SALITA E DISCESA mt. 400

DIFFICOLTA' :E.

PERIODO CONSIGLIATO .tutto l'anno ,evitare le giornate troppo calde

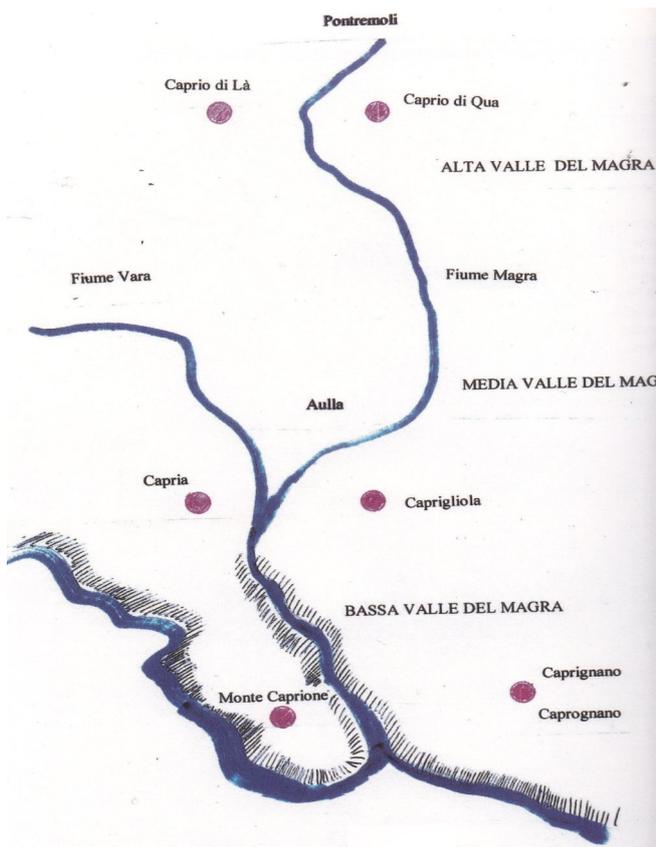
ITINERARIO SEGNATO BIANCO ROSSO CAI da Lerici n.463 poi 464 fino al innesto con il 433,M Marcello B.di Magra.



DESCRIZIONE : facile e piacevole escursione che si svolge interamente sulle antiche “strade” che un tempo collegavano i principali centri del promontorio del Caprione. Oggi tutto il promontorio rappresenta la parte costiera del Parco Naturale Regionale di Montemarcello—Magra.

Il Parco Montemarcello-Magra nasce nel 1995, si trova all'estremo settore orientale della Liguria nato dall'accorpamento dell'area protetta di Montemarcello con il Parco fluviale della Magra.

L'area di Montemarcello, comprende quasi per intero il vasto promontorio del Caprione di grande pregio naturalistico e storico, che separa il Golfo della Spezia dalla foce del fiume Magra. La costa è formata da alte scogliere interrotte da suggestive insenature e piccole spiagge: un paesaggio di grande fascino, con la macchia mediterranea e i pini d'aleppo che scendono fino al bordo dei dirupi.



I toponimi sacri contrapposti lungo la valle del Magra

Il nome del promontorio pare derivi da CAO (capo) e PRIA (pietra-monte roccioso) ma alcuni studiosi dato i ritrovamenti di siti preistorici, con reperti legati alla conoscenza del cielo da parte dei popoli antichi (Paleoastronomia) e ai culti del sacro primordiale (Shamanismo) lo ritengono un toponimo sacro che si ritrova collegato nel territorio nella Valle del Magra.

Tracce della presenza dell'uomo, di un passato lontano e un po' misterioso le troviamo nei “CAVANEI”: strutture a THOLOS orientate il cui nome è di etimologia celtico-gaelica da CABHAN = LUOGO ROTONDO (R.Coghlan)

Secondo le note di Strabone IV Opera Geografia potrebbero essere le case dei Liguri “ tuguri fatti di pietre contrapposte senza malta”

Per alcuni erano osservatori del cielo e sembra che i raggi del sole entrando all'interno annunciassero i solstizi come in un calendario. Dalla ricerca etnografica con gli anziani troviamo il proverbio dialettale << sé tè vèi dèventae n'astronomo come Tolomeo te devi mète a luna drento ar cavanèo>> (se vuoi diventare un astronomo come Tolomeo devi osservare la luna da dentro il cavaneo)

Altro adagio dialettale testimonia dell'antichità delle costruzioni e evidenzia il legame con un antico culto pagano

<< ae menà di cavanei se ghè da i fruti più bèi>> alle Menadi (divinità legate al culto di Bacco) dei cavanei si offrono i frutti migliori

I cavanei sono costruzioni formate da strati concentrici di pietre senza malta simili ai nuraghi e ai trulli, presenti nella zona tra Zanego e La Serra.



Sul promontorio del Caprione troviamo borghi che conservano in gran parte le caratteristiche medioevali, il percorso essendo un vero e proprio collegamento tra paesi, Lerici, La Serra, Barbazzano, Portesone, Tellaro, Montemarcello, Bocca di Magra, si svolge principalmente tra antichi terrazzamenti ad olivo.

GEOLOGIA

Dal punto di vista geologico è molto interessante la parte meridionale della falesia: vi affiorano infatti rocce assai diverse tra loro, che recano i segni delle complesse deformazioni subite. Prevalenti rocce scure derivate dal metamorfismo più o meno marcato di argilliti, arenarie e conglomerati, intercalate da un evidente lente di candide rocce calcaree.

Da esse prende il nome la **Punta Bianca**, estrema propaggine del promontorio dove veniva estratto, in epoca romana, il materiale decorativo per gli edifici pubblici della vicina città di Luni.

CLIMA

Il promontorio del Caprione è caratterizzato da lunghi periodi di aridità estiva. Tipicamente mediterraneo ambiente caldo e secco. Terreno ricco di cavità sotterranee che assorbono l'acqua.

FLORA

Sul versante marittimo del promontorio troviamo: timo, ruta, elicriso, il cisto, l'alaterno, il mirto e molte altre specie della macchia e della gariga. Di particolare interesse è la presenza dell'Asplenio di Petrarca (*Asplenium petrarcae*) una piccola felce che raggiunge in Liguria il limite settentrionale del suo areale italiano; legata ad ambienti caldi con anfratti è una specie antica che un tempo doveva essere molto diffusa ma che in seguito a modifiche del clima è sopravvissuta solo in alcune località particolarmente favorevoli.



Asplenium petrarcae

Troviamo il Cisto bianco (confini orientali del suo areale) e la Vedovella delle Apuane (*Globularia incanescens*) pianta legata alle rocce calcaree che si trova solo sulle Alpi Apuane, sull'Appennino Tosco Emiliano e sul promontori di Portovenere in località la Serra si può trovare l'orchidea Serapide e l'orchidea farfalla

Troviamo una pineta di pino d'Aleppo, unica nella Liguria di levante, leccio e querceto caducifoglio.

Sul lato interno, verso Bocca di Magra, troviamo un ambiente arido. Troviamo Pino marittimo e vasti boschi di caducifoglie, Carpino nero nelle zone più fresche e roverella in quelle più soleggiate. Si trovano anche castagneti creati dall'uomo oggi abbandonati e invasi da piante più competitive. All'uomo si devono pure i numerosi uliveti presenti su entrambi i lati del promontorio. **NEL PARCO E' VISITABILE UN ORTO BOTANICO UNICO NEL SUO GENERE.**

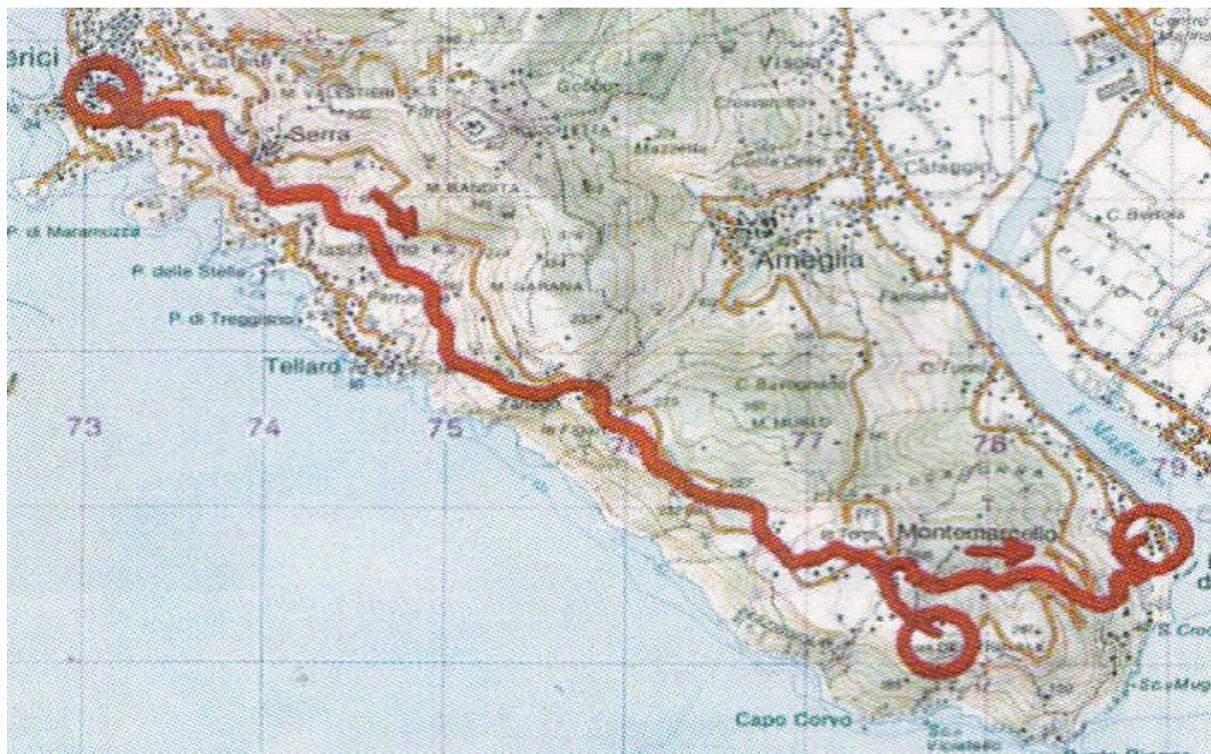
FAUNA

Nella macchia mediterranea dei pendii rivolti verso il mare, vivono diverse specie di rettili: Biacco, Saettone, Lucertola campestre, Ramarro. Altri animali si possono incontrare su entrambi i versanti: la Volpe, il Cinghiale (in rapida espansione per intervento umano e ripetute emissioni). Tra gli uccelli troviamo: rapaci come il Gheppio, la Poiana, la Civetta, l'Allocco e il Barbagianni.



Globularia incanescens

ITINERARIO



Da Lerici, esattamente da piazza Garibaldi (dove ferma il bus) imbocchiamo una caratteristica volta via Doria, lasciandoci sulla destra, via Zaneli, che porta al Castello, spettacolare complesso fortificato eretto dai Genovesi nel 1241 e potenziato dai Pisani preoccupati dalla minaccia della dirimpettaia fortezza genovese di Portovenere.

La rampa di via Doria si sviluppa fra le slanciate case del paese, raggiunge in località monticello la carrozzabile per Tollarò (bivio Maralunga). Si attraversa la strada e si prende la mulattiera che sale alla Serra (la mulattiera fu realizzata come "strada militare" del sistema difensivo del porto della Spezia). Sotto le case della Serra costeggiando gli orti e gli uliveti del paese è facile rinvenire nella platea sotto gli ulivi belle fioriture di orchidee come la Serapide o l'orchidea farfalla. Lungo la mulattiera si incontra una costruzione a torre che sembra fosse un mulino a vento con le pale verticali (oggi trasformato in abitazione privata). Superato un boschetto si svolta a sinistra e si può salire a visitare **LA SERRA**, tipico borgo ligure dagli stretti e profondi vicoli (ampio panorama su tutto il Golfo dei Poeti). Tornati sulla strada asfaltata andando verso Montemarcello, 300mt. circa si trova il segnavia Cai bianco e rosso che scende a destra, proseguendo poi a sinistra, tenendosi in costa lungo i versanti terrazzati ad olivo, porta a **BARBAZZANO**, un antico borgo che vanta origini arcaiche, secondo gli storici fu abitato dagli antichi liguri. Del borgo sono rimaste tracce come la torre a base quadrata e la chiesetta sul crinale dedicata a S. Giorgio, che compare per la prima volta fra le carte del Monastero di S. Venerio nel 1280 all'interno sono ancora visibili feritoie, l'antico portale in pietra e i cardini del portone.

Il borgo subì un attacco dai Saraceni ai primi del 400, e la popolazione si rifugiò a Tellaro. (cambia l'abito vegetale, ora più termofilo, meno influenzato dall'umidità)

DA Barbazzano si continua sulla mulattiera principale che si sviluppa tra gli olivi fino a raggiungere **PORTESONE** altro antico villaggio agricolo-pastorale che, con ogni probabilità fu fatto edificare dai Doria, ancora ben leggibile nelle architetture. Nel 1348 a seguito della peste si spopolò favorendo lo sviluppo di Tellaro. In questo punto la mulattiera sovrasta l'abitato di Tellaro (stupendo il colpo d'occhio sul paese arroccato su di un promontorio roccioso).

TELLARO è il borgo più suggestivo, importante nelle dinamiche di evoluzione del territorio, il nome potrebbe derivare dall'Etrusco o Paleoligure TULAR che significa "confine del villaggio", sorge fra il 1320 e il 1380, rappresenta la roccaforte che protegge il ricco paese, a monte, quando Barbazzano fu raso al suolo dai Saraceni, i sopravvissuti si rifugiarono sul mare e Tellaro si affacciò alla storia. La posizione sugli scogli, priva di approdi, e le mura fortificate, la rendevano sicura; lo stesso campanile di S. Giorgio e l'oratorio di S. Maria inselà (toponimo "sull'ara" edificio posto su una terrazza) erano in origine parte integrante della fortificazione. Incontriamo la mulattiera che sale da Tellaro noi manteniamo la direzione di mezza costa seguendo le indicazioni per Montemarcello, un tratto di salita precede la località Zanego, dove si attraversa la strada per Montemarcello, realizzata nel 1957. L'incrocio di vie si chiama "**Quattro strade**" e ricorda, dal 1328, un comune luogo di riunione per deliberare sui confini e proprietà. Qui troviamo le indicazioni per l'**orto botanico**, e ci raccordiamo con l'Alta Via del Golfo, sui muri troviamo tra le fessure l'ombelico di Venere, la Valeriana Rossa. possiamo osservare anche il Cisto bianco, il cui nome deriva dalla peluria biancastra che ricopre le foglie, il fiore è rosa.

Si passa nel mezzo de Le Figarole, bella conca tenuta a terrazzi e ornata da slanciati cipressi, poi si torna nella pineta frutto di passati rimboschimenti a scapito del Leccio, che è la specie "climax" di questo tratto di costa ligure. Il bel percorso selciato e gradonato prosegue intersecando la strada ma staccandosene sempre. Arriviamo a **MONTEMARCELLO**, il borgo posto in alto, in splendida posizione panoramica, secondo la tradizione fu chiamato così per celebrare la vittoria del Console Romano Claudio Marcello sui Liguri Apuani nel 155 A.C. le vie del borgo che tagliano ad angolo retto, ricordano ancora oggi il suo passato di accampamento romano, mentre tracce delle mura sono ancora visibili percorrendo via delle Mura sino all'antica porta del paese. Alla fine del 400 risale invece la costruzione della chiesa. Sotto Montemarcello si trova la spiaggia di Punta Corvo (220m/20' di scalinata) classificata da Legambiente come una delle 11 spiagge più belle d'Italia

Lasciato il paese raggiungiamo in pochi minuti la Batteria Militare "Generale Chiodo", recuperata e messa a disposizione del Parco di Montemarcello-Magra come struttura ricettiva (inaugurata 10/5/2014)

SOSTA PRANZO PRESSO LA NUOVISSIMA STRUTTURA ATTREZZATA DEL PARCO BAR-WC(-POSSIBILITA' PERNOTTAMENTO).

VISITA ALLA BATTERIA GENERALE CHIODO mostra permanente del forte e del suo funzionamento.

La postazione militare è stata realizzata nei primi anni del novecento da Genio Militare come postazione anti-nave per la difesa orientale del golfo. All'ingresso dell'Italia nella seconda guerra mondiale fu riconvertita in contraerea: probabilmente in questa fase vennero realizzati i condotti sotterranei verso le postazioni di artiglieria sul versante a mare. Tra ottobre 1944 e la liberazione la batteria, nelle mani dei tedeschi, fu utilizzata per difendere la Linea Gotica.

Gli interventi di restauro delle strutture originarie della Batteria ne hanno assicurato la conservazione, promuovendo la conoscenza e l'afflusso turistico di un bene importante dal punto di vista storico, culturale, architettonico e del paesaggio. I visitatori sono ospitati in una casermetta completamente restaurata.

Terminata la visita scendiamo rapidamente a **BOCCA DI MAGRA** sulla mulattiera che faceva sì che i pescatori anche abitando a più di 250 metri di quota potessero essere vicini alle loro imbarcazioni. Scendendo lungo l'antica mulattiera incontriamo il monastero di Santa Croce del Corvo fondato nel 1176 dai Benedettini. Con una prima cappella datata verso l'anno 1000. Custodisce un antico crocifisso ligneo di notevole qualità artistica. Il monastero divenne famoso perché qui soggiornò Dante Alighieri per un periodo imprecisato tra il 1313 e il 1315 è attualmente sede del Centro Lunigianese di Studi Danteschi. Sembra che Dante abbia attraversato il promontorio del Caprione per recarsi a Lerici utilizzando l'antica mulattiera che abbiamo percorso oggi. Scendiamo per un versante decisamente boscoso, arriviamo dietro la parte storica del borgo di Bocca di Magra. A Bocca di Magra troviamo i resti di una villa marittima di epoca Romana. Il resto del borgo sono insediamenti sorti per godere delle bellezze paesaggistiche marine e collinari, splendida visione delle Alpi Apuane. Bocca di Magra è stata ritrovo di scrittori e intellettuali famosi. Visita del porticciolo ultima sosta e ritorno all'arrivo del sentiero, vicino agli ampi parcheggi retrostanti dove si possono prendere i mezzi per il ritorno.



Antico nucleo del monastero di S. Croce del Corvo

BIBLIOGRAFIA:

- AA.VV: I Parchi Delle Liguria Recco 2012
- AA.VV guida Parco Montemarcello-Magra Galata s.r.l.
- E. Calzolari La preistoria del Caprione Marna 2006
- AA.VV. Mille sentieri, quattro passi, una meta Regione Liguria



Visione aerea del monastero e il litorale di Bocca di Magra