

# **GITA:** **LE SCALINATE DI LA SPEZIA (anello)**

**PROVINCIA DI LA SPEZIA  
ZONA SPEZIA CITTA'**

**Gita proposta da: Ivano Dessì  
Elaborazione scheda: Renzo Boeri**

**WWW.GRUPPOSCARPONI.IT**  
Via Isocorte, 13 - Genova Portofino  
Per prenotarsi e altro, rivolgersi in Sede il venerdì precedente.  
Tel. 010.7261004 dopo le 21.15

**MERCOLEDÌ 22 GENNAIO 2020**

**Anello MONTAGNA - ROCCA DEI CORVI**

Ritrovo: Genova [ore 7.00]; Montagna, vicino alla Chiesa [ore 8.20];  
Inizio gita [ore 8.30] (telefonare al Copigita)

Itin auto: Cornigliano; A10; Savona (€ 3.40); Zinola; Quiliano;  
Becchi; Molini; Garzi; Sottano; Montagna.

Itin escurs: Montagna 257m; Rocca dei Corvi 736m;  
Cascate della Donnaiola; Montagna.

Dislivello: S/D 766m; Ore cammino: 6 km 13 prono al sacco

Copigita: Ivano Dessì 3336116881 - Renzo Boeri 3285483003

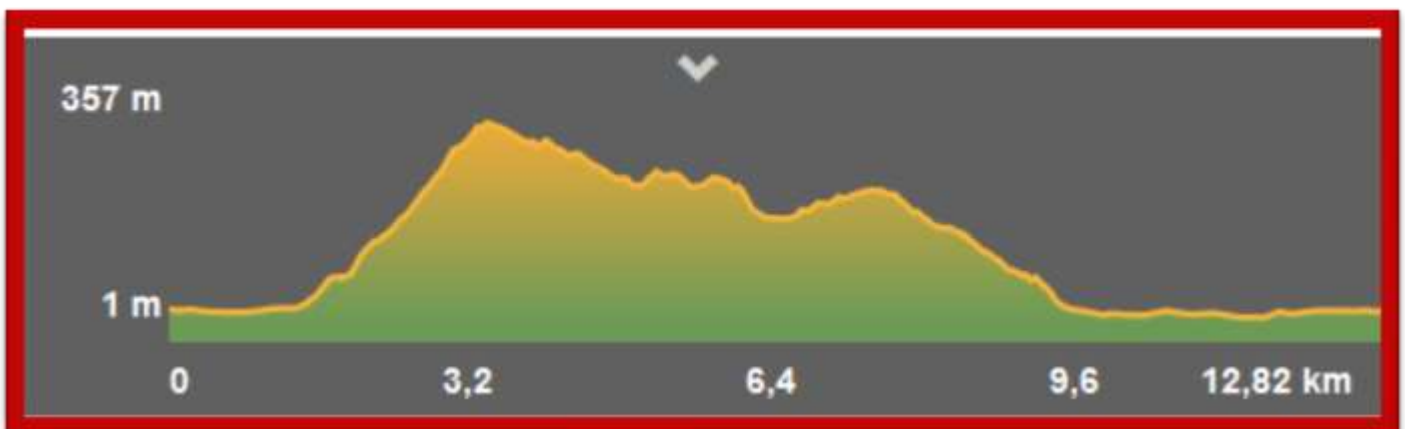
Note: GITA (E media) altitudini da 154 a 847m

Descrizione: La salita alla Rocca dei Corvi da nord-est presenta alcuni passaggi alquanto impegnativi. Anello di sentieri interessante; il percorso presenta una notevole varietà di vegetazione. La bellissima cascata, nascosta nella fitta boscaglia, precipita da una quindicina di metri, a fianco di una tetra parete di rocce metamorfiche; ai suoi piedi si stende un bel laghetto cristallino di forme circolari.

si ricorda che la telefonata preventiva al Copigita è dettata da una necessità assicurativa non studiabile ...

**Salita totale:** 453 m.  
**Ore di camm. totali :** 6  
**Gita:** E (media)

**Discesa totale:** 453 m.  
**Lunghezza:** Km. 13  
**Altitudini:** da 1 a 357 m.



**AUTORE DELLA GITA SU WIKILOC:** il Cigno

**LINK DELLA GITA:**

<https://it.wikiloc.com/percorsi-escursionismo/le-scalinate-di-la-spezia-44001391>

**Itinerario escursionistico:**

Staz. Centrale La Spezia (15 m.) - Costa di Murlo (76 m.) - Bersedo (356 m.) - Marinasco (240 m.) - Stra (180 m.) - Sarbia (195 m.).

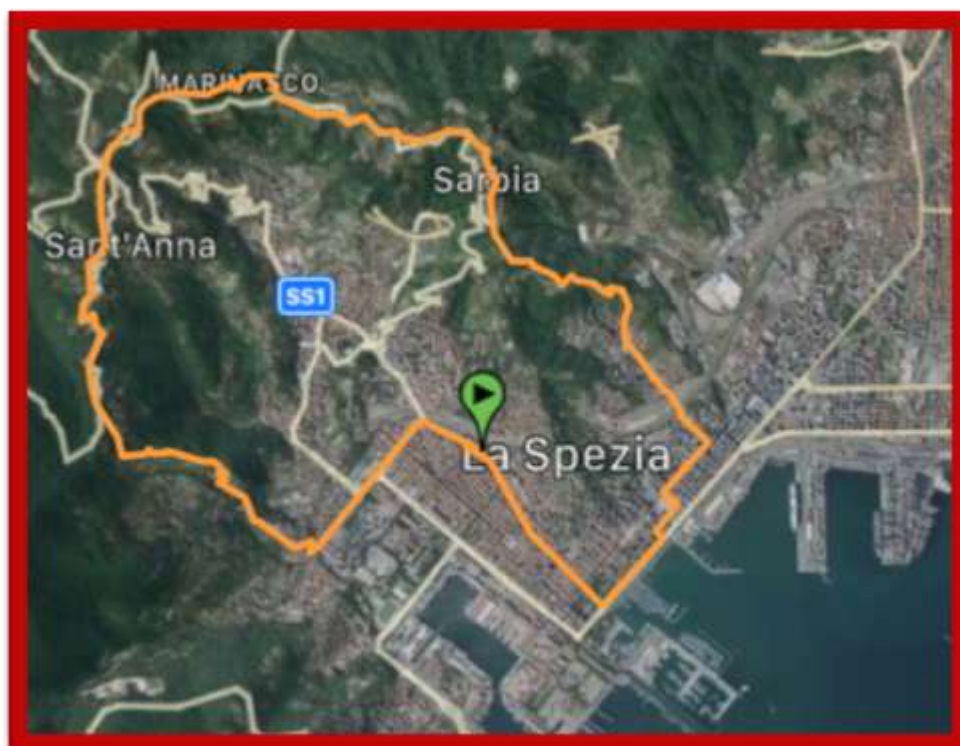
## *Descrizione:*

Arrivando col treno alla Stazione Centrale di La Spezia percorriamo via Fiume, via A. Ferrari e Viale N. Sauro infine incrociamo via F. Rismondo dove troviamo la prima palina del sentiero 522. Preparatevi a salire belle scalinate, ben tenute e pulite, panorami bellissimi sulla città, sul Porto e sul vasto Golfo Di La Spezia.

In località Bersedo il nostro sentiero si congiunge con l'Alta Via del Golfo (AVG), in direzione Bocca di Magra, passiamo da Pegazzano e poi a Sommovigo, un

gruppetto di case abarbicato su una punta, Infine a Marinasco ci attende la Chiesa di Santo Stefano ed il suo piazzale dal quale possiamo gustare scorci impagabili. Il sentiero mutevole e mai noioso ci conduce a Strà ed infine a Sarbia. Dopo la sosta iniziamo la

discesa in un sentiero ombroso ed inaspettato, regno degli amanti del mountain bikes. Giungiamo infine nell'abitato di La Spezia, scorgiamo la sagoma inconfondibile della Cattedrale di La Spezia ci aspetta una passeggiata sul lungomare. Infine percorrendo alcune delle vie della shopping torniamo alla stazione Centrale.



SENT. 522 dalla periferia nordovest della Spezia.

SENT. AVG da Bersedo a Sarbia.

SENT. 225 da Sarbia alla periferia nordest della Spezia.

# NOTIZIE

## LUOGO DI PARTENZA

### LA SPEZIA

La città sorge nello spazio ricompreso tra il mare e i monti; nel Novecento, in seguito dell'espansione urbana dovuta allo stravolgimento del tessuto cittadino, causato dalla costruzione dell'Arsenale Militare, la città ha iniziato ad espandersi anche sulle colline. La pianta ortogonale ottocentesca si affianca così, sulla

pianta urbana, all'antico centro medievale. Negli anni venti del XX secolo fu addirittura necessario ricorrere al parziale sbancamento del colle dei Cappuccini (dove sorge l'attuale piazza Europa) per consentire al centro storico l'espansione verso est, in direzione della piana di Migliarina, unica possibile poiché l'area verso ovest è occupata dall'Arsenale Militare.

L'area di Fossamastra dove oggi sorge parte dello scalo portuale un tempo era costituita da un'ampia zona paludosa, detta gli Stagnoni.

Il golfo che protegge la città ha un'estensione di circa 150 ettari ed è chiuso da una diga foranea lunga circa 2.210 metri con due passaggi, quello di ponente ampio circa 400 metri e quello di levante circa 200 metri. L'insenatura del golfo ha una lunghezza di 4,6 km e una larghezza di 3,2 km.

Proprio la particolare conformazione del golfo, ben riparato dalle mareggiate e dai possibili attacchi nemici, ha favorito la costruzione alla Spezia di uno dei più grandi arsenali della Marina Militare e, nel corso degli anni, lo sviluppo di uno dei maggiori porti mercantili del Mediterraneo.

TRATTO DA: [https://it.wikipedia.org/wiki/La\\_Spezia](https://it.wikipedia.org/wiki/La_Spezia)



***La Chiesa di Santo Stefano*** di Marinasco sorge sul colle omonimo da cui sovrasta la zona nord della città di fronte al mare, Il panorama sembra mutare di ora in ora grazie al variare della luce e dopo il tramonto si anima di mille piccoli lumi.

***Storia:*** Santo Stefano è una delle cinque Pievi che si affacciano sul golfo della Spezia, probabilmente antichi organismi territoriali che, se non risalgono alla preistoria, certamente al periodo tardo-romano.

Marinasco era interessato a tutta la zona nord-occidentale del Golfo, l'oppidum era l'antico castello di Vesigna collocato ove ora sorge il forte Castellazzo.

Un'antichissima via collegava le terre del golfo a San Venerio - Arcola e Padivarma (Beverino), ove la strada si riuniva alla Romea che costeggiava il corso del Vara diretta a Brugnato.



***Patrimonio artistico:***

nell'interno i quadri sacri e la Via Crucis risalgono al XVIII secolo. Il Fonte battesimale è datato 1463. Vi è poi una statua della Madonna in

marmo bianco alta un metro. Maria regge con il braccio sinistro il Bambino che a sua volta tiene in mano un uccellino; nella mano destra della Madonna un tralcio fiorito su cui si notano tracce di colore; sul capo della Vergine una corona, mentre il manto che scende sulla schiena e l'avvolge, davanti è bordato da un fregio; la gonna è stretta in vita da una cinta e sul petto ha un ornamento a forma di fiore. Attorno all'edificio sacro la chiesa di Santo Stefano protomartire è arricchita da una sala adiacente che spesso ospita mostre di arti visive. Di fronte alla storica chiesa è il monastero benedettino di Santa Maria del Mare, sorto di recente quasi a realizzare la speranza della serva di Dio Itala Mela, concittadina che fu oblata benedettina, teologa e studiosa del mistero trinitario, e che sempre auspicò il ritorno sul golfo dei monaci di san Benedetto. Il Monastero è stato centro di iniziative culturali di interesse nazionale, da qualche anno è stato completamente chiuso e lasciato in uno stato di abbandono totale.

TRATTO DA:

[https://it.wikipedia.org/wiki/Chiesa\\_di\\_Santo\\_Stefano\\_\(Marinasco\)](https://it.wikipedia.org/wiki/Chiesa_di_Santo_Stefano_(Marinasco))