



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
**SEZIONE LIGURE**  
COMMISSIONE ESCURSIONISMO



**Escursione sociale del 9 / 11 / 2024**  
**Riomaggiore-Santuario Montenero (m. 342)-Volastra (m.335)-**  
**Manarola**  
**5 Terre (Appennino Ligure)**  
**Treno trekking**

<b>Dislivello</b>	450 m circa
<b>Tempo di marcia</b>	6 h. totale / salita 1,30 h.
<b>Difficoltà</b>	E/T
<b>Attrezzatura</b>	Abbigliamento adatto alla stagione ed alla quota, adeguata riserva d'acqua, utili i bastoncini...
<b>Ritrovo</b>	Stazione Brignole ore 6,50 muniti di biglietto ferroviario: andata per Riomaggiore e ritorno da Manarola(vedi treni in calce)
<b>Accesso</b>	Da stazione ferroviaria di Riomaggiore.....
<b>Riunione pre-gita e iscrizione</b>	In Sezione giovedì 7 / 11 / 2024, ore 21.00
<b>Quota</b>	Contributo spese organizzative 2,00 €

**Descrizione itinerario**

Dalla stazione di Riomaggiore si segue il tunnel pedonale in direzione est fino alla marina di Riomaggiore. Si seguono le indicazioni sentiero 593V collegamento fra il paese ed il Santuario di Montenero, si sale in modo molto più ripido, ma anche molto più panoramico, attraversando dapprima la strada di raccordo tra Riomaggiore e la Litoranea SP 370, poi, dopo aver costeggiato il cimitero, continua la salita con una scalinata fino ad incrociare nuovamente la strada asfaltata la si attraversa e si continua a salire su sentiero ripido scalinato fino a giungere allo spiazzo dello splendido Santuario della Madonna di Montenero (circa 1 ora da Riomaggiore difficoltà E lunghezza circa m. 1350 dislivello circa 350 m.). Si prosegue sul sentiero che inizia alle spalle del santuario seguendo le indicazioni per il colle del Telegrafo e dopo circa 400 m., a quota 405 in località Casarino, si prosegue, a sinistra, sul sentiero 530 proveniente dal Telegrafo. Si incrocia una strada asfaltata e se ne percorrono a sinistra due tornanti in discesa. La strada diventa sterrata e quasi totalmente pianeggiante ed è anche indicata come **strada dei santuari**. E' stata realizzata circa 50 anni fa in funzione di strada tagliafiamme antincendi costituendo altresì 'unico collegamento stradale per raggiungere gli abitati di Manarola e Volastra prima della costruzione della litoranea SP 370. Il tracciato si snoda prevalentemente tra castagni, corbezzoli e macchia mediterranea. Si incrociano inoltre numerosi sentieri perpendicolari (501,502,506v) che collegano le varie località costiere con i sentieri di crinale. A circa un'ora di cammino dal santuario, si incontra un bivio che scende all'antico insediamento greco di Cacinagora. Un architrave casualmente dissotterrato nel 1760 accerterebbe la **fondazione di Cazinagua** a opera di profughi greci in fuga da Bisanzio e dalla furia iconoclasta ordinata negli anni 726-730 dall'imperatore d'Oriente Leone III Isaurico. Da segnalare che sulla sinistra del tracciato è presente il "pastore elettrico" a basso amperaggio, recinto posizionato per proteggere i terreni ubicati a valle dalle intrusioni degli ungulati. Si continua in falsopiano fino a giungere al cimitero di Volastra dove inizia la strada asfaltata e dopo circa un chilometro si giunge alla splendida frazione di Volastra (m. 335 – circa ore 3 dal Santuario di Montenero)



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
**SEZIONE LIGURE**  
COMMISSIONE ESCURSIONISMO



caratterizzata da un piccolo centro storico a pianta circolare che lascia supporre una fondazione di epoca etrusca. Importante è il santuario di N.S. della Salute risalente al XII secolo con facciata a capanna in pietra locale e un portale in arenaria sormontato da una bifora gotica. Da Volastra si segue il sentiero n 506, quasi totalmente gradinato con bella vista sull'abitato di Manarola fino a giungere, attraverso un tunnel pedonale, alla stazione ferroviaria da dove si prende il treno per Genova.

***Direttori gita***

Pietro Nieddu      cellulare 3803186370  
Giacomo Bruzzo    cellulare 347232859  
Nicoletta Callà

***Note***

**Nel caso i tempi di percorrenza fossero superiori a quelli previsti, i direttori di escursione si riservano di accorciare l'itinerario descritto scendendo direttamente a Manarola lungo il sentiero 502/506 evitando l'abitato di Volastra**

**Treni**

**Andata:** treno RV -regionale veloce -12321 partenza ore 7,20 arrivo a Riomaggiore ore ,07 – costo biglietto € 8,80

**Ritorno:** treno regionale **12235** partenza da Manarola ore 17,32 arrivo a Riomaggiore alle 17,34 – ripartenza da Riomaggiore – RV n. 3278 ore 17,58 ed arrivo a Ge-Brignole ore 19,15. Costo € 9,70. **Munendosi di biglietto per la tratta**

**Manarola/Riomaggiore e Riomaggiore/Genova**

**N.B.** si consiglia di fare anche il biglietto di ritorno presso le biglietterie presidiate di Genova Brignole in quanto spesso le emettitrici automatiche non funzionano.



# CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE LIGURE COMMISSIONE ESCURSIONISMO

