

Region Moneglia
© Gerhard Weil 10/2011

Bracco-Masso-Castiglione
Chiavarese-Bracco (3h)

Markierung: Hinweg ; Rückweg ●●

Mit dem Bus vom Bahnhof Moneglia bis nach **Bracco** fahren. Der Rundweg beginnt auf der Via Aurelia (SS1) bei **Haus Nr. 21**, unterhalb des Restaurants Locanda Davidin (Bushaltestelle und Parkplatz). Dort die **Treppen** hoch und der Markierung ; folgend, nach links die Straße abwärts gehen. Vorbei an den Häusern und dann links am Hang entlang zunächst durch Wald, dann durch offenes Gelände, bis man nach 10 Min. einen Campingplatz erreicht.

Dort wenden wir uns scharf rechts und gehen auf unbefestigtem, aber bequemem Weg durch Kastanien-/Kiefernwald. Nach knapp 20 Min geht nach links, nur schwer erkennbar, ein kleiner Pfad ab, der zunächst durch eine kleine Senke führt, dann wieder leicht ansteigt und rechts am Hang kontinuierlich abwärts führt. Nach 25 Min. gelangen wir zur Rodungsinsel von **Masso**. (*Hinter der Kirche das Grab eines am 14. 4. 1945 gefallenen Partisanen-Leutnants*)

Wir wenden **uns nach rechts** und gehen den Weg abwärts, geradeaus über die Lichtung, an einer großen **Kastanie** vorbei, auf schmalen Pfad in den Wald. Links am Hang abwärts gehend und stets der Markierung ; folgend, überqueren wir den **Fluß Petronio** auf einer alten **steinernen Brücke**. Am rechten Flußufer aufwärts führt uns ein malerischer Weg an einer verfallenen Mühle vorbei zum Ortsteil **Fiume** von Castiglione Chiavarese. (30 Min.)

Von dort auf einer kleinen Teerstraße flußaufwärts, vorbei an einer weiteren **Brücke**. Nach etwa 10 Min. steigt die Straße leicht an. Am **Scheitelpunkt** geht links ein kleiner zerfallener Treppenweg ab, der zunächst durch Wald und dann durch Oliven aufwärts führt und nach 10 Min. in einen Fahrweg mündet.

Auf diesem gelangen wir nach rechts aufwärts gehend schnell zum Ortsrand und dort über eine kleine Treppe, zwischen den Häusern hindurch, in 10 Min. zur Kirche von **Castiglione Chiavarese**.

Zurück nehmen wir den gleichen Weg und erreichen nach 20 Min. über die **Brücke vor Fiume** wieder das linke Ufer des Petronio.

Wir folgen dem jetzt mit ●● markierten Weg, der zunächst an einem Bach entlang, dann über einen steilen Treppenweg durch Olivenbestände und schließlich an einem verfallenen Weinberg vorbei führt, bis er nach etwa 10 Min. im Wald in einen Jägerpfad mündet. Durch dichten Wald geht es jetzt meist in Erosionsrinnen (bei feuchtem Wetter schlecht begehbar!) aufwärts. Immer der Markierung folgend, überquert man nach gut 20 Min. stetigen Anstiegs einen kleinen Bach und gelangt kurz oberhalb auf einen befahrbaren Weg.

(2008 Weg im Bereich des Baches durch umgestürzte Bäume abschnittsweise nicht mehr begehbar !!)

Auf diesem aufwärts in 5 Min. bis zu einem einsam gelegenen **Jagdhaus**. In Höhe des Jagdhauses geht in einer Kurve der mit ●● markierte Weg nach links ab und führt, auf halbem Wege eine einsam gelegene Lichtung querend, ansonsten immer durch Wald in 20 Min. nach Bracco. Dort trifft er unterhalb der **Travinetta des ACLI-Bracco** auf die Teerstraße.

Die Straße nach rechts bis zur kleinen **Kirche** gehen, dort die Treppen abwärts zur Via Aurelia und in 5 Min. zurück zur **Locanda Davidin**. (9/08).

Variante: Ab dem Jagdhaus auf der Privatstraße in 20 Min. bis zur Schranke am Ortsrand von Bracco.

ACLI = Associazioni Christiane Lavoratori Italiani.

Bei der Anfahrt mit dem Auto fährt man zweckmäßigerweise auf der Via Aurelia durch Bracco hindurch bis zur **Bar i2 Cantoné**, biegt dort nach links ab und fährt durch den Wald auf der **alten Ortsstraße von Bracco** zurück bis zum kleinen öffentlichen Parkplatz kurz vor der Kirche.

Die Wanderung eignet sich gut für heiße Sommertage, da die Auf- und Abstiege größtenteils durch Wald verlaufen.

Ca' Marccone-Monte San Nicolao (3h)

Mit dem Auto oder dem Bus (Haltestelle Bahnhof) nach **Ca' Marccone** an der Via Aurelia fahren.

Dort den Weg zwischen **Busthaltestelle** und **Restaurant Tagliamento** abwärts.

Wegweiser:

Velva	4h 00'	○ ○
M.te S. Nicolao	1h 30'	■

Nach wenigen Minuten zweigt rechts ein schmaler Pfad ab, der ein kurzes Stück steil, danach leicht aufwärts führt und nach etwa 15 Min. in einen zunächst eben verlaufenden Weg (Antica Strada del Bracco) mündet. Auf diesem Weg weiter über eine **Waldwiese** mit **Rastplatz** in 10 Min. bis zu einer Weggabel, von der aus zwei Wege zum Monte Nicolao führen. Der schwierigeren (Mark. ■) führt nach links.*

Wir folgen dem rechten, leichteren Weg (Markierung **Ē**), der mit konstanter Steigung in offenem Gelände** rechts am Hang des **M. Pietra di Vasca** entlang führt. Nach ca. 30 Min. gelangt man an eine durch 2 Felsen gebildete Engstelle (**Bocchetta sud**) mit Blick auf die Sendeanlage (Stazione Radioripetitrice) der RAI. Von hier aus abwärts in wenigen Schritten in einen Sattel (**Bocca di vasca**) und dann auf bequemem Weg durch Mischwald an der linken Flanke des Monte San Nicolao entlang in 15 Min. bis zum **L' "Ospitale" Medionale di San Nicolao** und weitere 15 Min. bis zu einer Wegkreuzung. (**F.^{ce} di San Nicolao**). Dort rechts ab auf den Gipfel des **Monte San Nicolao**, den man in weniger als 10 Minuten erreicht.

Den gleichen Weg zurück in 1h 20'. (9/08)

* *Der schwierigere Weg sollte wegen seiner Gefährlichkeit nur von erfahrenen und trittsicheren Bergwanderern begangen werden:*

Nach gut 10 Minuten beschwerlichen Anstiegs auf schmalen Pfad erreicht man unterhalb der kahlen **Felskuppe des M. Pietra di Vasca** einen **Rastplatz** mit 2 Bänken, von wo aus man einen herrlichen Panoramablick über das ganze Val Petronio hat. Ab hier beginnt der gefährliche Teil des Weges, der uns auf kaum begehbarem Pfad, vorbei an Steilabstürzen immer durch Wald in ca. 30 Minuten bis zum **Sattel Bocca di Vasca** führt. Ab hier weiter wie oben. (4/02).

** *Das mit dichter Baum-Heide bestandene Gebiet um den **M. Pietra di Vasca** ist 1997 abgebrannt.*

Ca' Marccone-Monte San Nicolao – Lavaggini -Ca' Marccone (3 h 45')

Mit dem Auto oder dem Bus (Haltestelle am Bahnhof von Moneglia) nach **Ca' Marccone** an der Via Aurelia fahren. Am **Parkplatz** führt bei dem ersten Haus ein Pfad steil aufwärts in den Wald. (Markierung ■ F.I.E.).

Wegweiser:

Antica Strada del Bracco	
Baracchino	h: 0,10'
San Nicolao	h: 1,20'

Zunächst geht es durch Steineichen, dann durch Kastanien leicht aufwärts. Über eine **Waldwiese** mit **Rastplatz**, danach leicht abwärts, bis zu einer Weggabel, von der aus zwei Wege zum Monte Nicolao führen. (20 Minuten).

Wir folgen dem rechten, leichteren Weg (Markierung **Ē**), der mit konstanter Steigung in offenem Gelände rechts am Hang des **M. Pietra di Vasca** entlang führt. Nach ca. 30 Min. gelangt man an eine durch 2 Felsen gebildete Engstelle (**Bocchetta sud**). Von hier aus in wenigen Schritten abwärts in einen Sattel (**Bocca di vasca**) und dann auf bequemem Weg durch Mischwald an der linken Flanke des Monte San Nicolao entlang in 15 Min. bis zum **L' "Ospitale" Medionale di San Nicolao**.

Mit wenigen Schritten erreichen wir die **F.^{ce} di San Nicolao**, wo wir nach links auf breitem Fahrweg der Markierung ○ ○ folgen.

Wegweiser:

Cima Stronzi	10'
M. Groppi	30'

In wenigen Augenblicken gelangt man an eine weitere Wegkreuzung. Nach links geht es in Richtung Cima Stronzi. Wir folgen dem rechten Weg in Richtung **Santuario di Velva** (2h 20'). Auf bequemem Pfad geht es rechts am Hang entlang durch lichten Wald bis zur **Sella di Cima Stronzi**. Dort wechseln wir auf den in Richtung **Santuario di Velva** abwärts führenden Pfad. (15 Min.).

Dieser führt durch Eichenwald und Kastanienbestände vorbei an 4 schönen Aussichtspunkten an der linken Flanke des M. Groppi stetig abwärts. Nach etwa 40 Minuten mündet der Pfad kurz vor der Straße bei einem Rastplatz namens **Lavaggini** in einen breiten, befahrbaren Waldweg.

Wegweiser:

Velva	45'	● ●
-------	-----	-----

Wir folgen dem Waldweg bis nach etwa 15 Min. in einer Haarnadelkurve nach rechts ein schmaler Pfad in Richtung Velva abgeht.

Auf dem Waldweg wandern wir weiter, zunächst leicht abwärts, dann nahezu auf Niveau vorbei am **Guado del R. Taversa** in 20 Minuten bis zum **Guado del Rio Gattoni**, wo der Waldweg schließlich endet.

Auf schmalem, steinigem Pfad (Mark. — ●●) geht es durch schattigen Wald in 10 Minuten bis zu einem felsigen, mit viel Thymian bewachsenen **Aussichtspunkt** mit schönem Ausblick auf das Val Petronio. Weiter wandern wir zunächst durch Macchie, dann durch Wald in knapp 10 Minuten bis zum **Guado del R. Vasca**, der letzten der vier Furten.

Auf Serpentine geht es im Wald aufwärts. Nach 5 Minuten queren wir den von Bracco heraufführenden Fahrweg, gehen nach weiteren 5 Minuten um ein **zerfallenes Gebäude** herum, queren anschließend einen alten **Felssturz** und wandern dann auf meist bequemem Weg durch schattigen Wald (Markierung **É**) stetig aufwärts in 20 Minuten bis zur Abzweigung nach Baracchino.

Weiter geht es dann nach rechts, vorbei an der Waldlichtung mit Rastplatz in 20 Minuten zurück zum **Parkplatz**. (9/08).

Bracco-Ca' Marcone-Bracco (2h 10')

Mit dem Auto oder dem Bus (Haltestelle am Bahnhof von Moneglia) nach Bracco an der Via Aurelia fahren. Das Auto an der **Bar i2 Cantoné** abstellen. Den breiten, geschotterten Fahrweg, der mit einer Kette versperrt ist, abwärts gehen (Mark. **|||**). Der schattige, sehr leicht begehbare Fahrweg verläuft immer im Wald und folgt im Wesentlichen der Niveaulinie. Nach etwa 25 Min. führt ein mit **|||c** markierter Pfad links abwärts ins Tal. Nach knapp 50 Min. geht ein **breiter Weg**, der mit **Z** markiert ist, rechts ab. Wir folgen diesem ebenfalls gut begehbaren Weg, der durch Laubwald stetig aufwärts führt und erreichen nach 25 Min. die **Via Aurelia** beim Parkplatz von Ca' Marcone. In 30 Min. geht es dann auf der Via Aurelia zurück nach Bracco.

Baracchino-Velva und zurück (3h 30')

Mit dem Auto nach Baracchino an der Via Aurelia fahren. Dort das Auto auf dem **Parkplatz** vor dem Restaurant Baracchino abstellen. Am östlichen Ende des Restaurantgeländes führen Treppchen nach oben. Nach 2 Min. gelangt man an eine Wegkreuzung.

Rechts geht es auf den Monte S. Nicolao. Wir gehen nach links abwärts.

Nach etwa 50 m führt ein schmaler Pfad (Markierung **i**) rechts abwärts, zunächst durch erodierte Wasserrinnen. Nach wenigen Minuten wird der Pfad gut begehbar und führt durch schattigen Wald stetig abwärts (Markierung **1** und **V. V.**). Gut 15 Min. später erreichen wir eine Weggabel. Wir halten uns rechts und folgen der Markierung **— ●●** durch Kastanienwald. Dabei ist ein alter Felssturz zu queren. Nach weiteren 10 Min. gehen wir bei einer weiteren Weggabel in der Nähe eines **verfallenen Hauses** nach links. Wegweiser:

Velva 1h 30'

— ●●

5 Min. später, nachdem wir um ein zerfallenes Gebäude herumgegangen sind, queren wir den von Bracco heraufführenden **Fahrweg**. Auf Serpentine geht es 5 Min. weiter abwärts, immer der spärlichen Markierung **— ●●** folgend bis zum **Guado del R. Vasca**, der ersten von 4 zu überquerenden Furten.

Ab hier verläuft der Weg leicht auf und ab durch schattigen Wald, bis man nach 10 Min. an einer offenen Stelle mit schöner Aussicht über das ganze Petroniotal anlangt. Durch Buschwald führt der Pfad in 10 Min. bis zum **Guado del R. Gattoni** und mündet dort in einen Fahrweg. Der offene, sonnige Fahrweg führt immer am Hang entlang, bietet ständig neue Ausblicke auf das Petroniotal und bringt uns in 10 Min. zum **Guado del R. Taversa**. Nach wenigen Minuten zweigt in einer Haarnadelkurve nach links ein schmaler, halb zugewachsener Pfad ab, auf dem wir in 15 Min. im Schatten eines Mischwaldes zum **Guado del R. Lavaggini**, der letzten der 4 zu querenden Furten gelangen.

Ab hier geht es in wenigen Minuten zu einem alten Bauernhaus; der Pfad mündet dort in einen befahrbaren Weg, auf dem wir schnell zu einigen neueren Ferienhäusern gelangen. Dort geht es links abwärts durch einen Kiefernwald, dann unmittelbar an einem bewohnten Haus vorbei und schließlich durch ein Steineichenwäldchen abwärts, bis man nach weiteren 25 Min. bei Haus Nr. 60 die Ortsstraße von **Velva** erreicht. Wegweiser:

Loc. Baracchino 2h — ●●

Durch die Strada Vecchia und die Via della Chiesa bis zur Kirche.

Den gleichen Weg zurück.

Die Wanderung eignet sich gut für heiße Sommertage, da die Auf- und Abstiege größtenteils durch Wald verlaufen.

Ca' Marcone-Velva-Ca' Marcone

(3 h 50' durchs Val Petronio)

Mit dem Auto oder dem Bus (Haltestelle am Bahnhof von Moneglia) nach **Ca' Marcone** an der Via Aurelia fahren. Am **Parkplatz** führt bei dem ersten Haus ein Pfad steil aufwärts in den Wald. (Markierung ■ F.I.E.).

Wegweiser: Antica Strada del Bracco
Baracchino h: 0,10'
San Nicolao h: 1,20'

Zunächst geht es durch Steineichen, dann durch Kastanien leicht aufwärts. Über eine **Waldwiese** mit **Rastplatz**, danach leicht abwärts, bis wir schließlich nach einem kurzen steilen Wegstück nach links abbiegen. (20 Minuten).

Der schmale Pfad (Markierung Ę) verläuft zunächst in eine ausgewaschenen Wasserrinne, wird aber nach wenigen Minuten gut begehbar und führt durch schattigen Wald stetig abwärts. Gut 15 Min. später erreicht man eine Weggabel. (**alter Ilex** !).

Wir halten uns links und folgen der Markierung Ę durch mit Ilex durchsetzte Kastanienbestände stetig abwärts, bis wir nach 5 Minuten bei einem Rastplatz den breiten, von Bracco herauf-führenden Fahrweg queren. (Ab hier Mark ○).

Nach wenigen Augenblicken liegt rechts im Wald eine kleine Schutzhütte mit Tisch und Bank. Linkerhand in "Lidia's" Wald liegt ein riesiger mit einer Bonsaiartigen Pflanze bewachsener **Felsblock**. Nach knapp 5 Minuten quert der gut begehbare Weg ein Bächlein und führt anschließend an einer Brunnenstube vorbei. Danach geht es etwas steiler abwärts, man überquert einen weiteren Bach, hält sich rechts, geht kurz durch dichteres Buschwerk und gelangt nach 10 Minuten bei einem weitläufigen Obstgarten mit Haus auf einen breiten Fahrweg. Auf diesem geht es in knapp 20 Minuten bis zur Brücke über den **Torrente Petronio**.

Wir gehen nun am rechten Ufer des T. Petronio flüßaufwärts, wandern auf dem Fahrweg an der zerfallenen **Lavaggini Mühle** vorbei bis zu einem kleinen, einsam gelegenen **Bauernhaus**.

Dort wenden wir uns nach links, gehen durch die Olivenpflanzung und treffen dahinter auf einen zunächst noch gut sichtbaren alten Fahrweg, der allerdings bald mehr und mehr zugewachsen ist. Nach einer Rechtskurve geht nach links ein schmaler Jägersteig ab, der über die Lichtung zum **Rio Lavaggini** herab führt. Wir queren den

Bach bei einer mit vielen üppigen **Farnpflanzen** bewachsenen Furt und folgen dem Pfad hangaufwärts durch eine gepflegte Olivenpflanzung bis zu einer Fahrstraße. (Markierung ☉). (25 Minuten).

Wir wenden uns nach links, vorbei an einem alten Bauernhaus. 150 m weiter führt rechterhand ein Fußpfad den Hang hoch. (Markierung ☉). Auf diesem erreichen wir in wenigen Minuten **Velva** beim **Museo Contadino** (Bauernmuseum) unterhalb der Kirche. (10 Minuten).

Zurück geht es durch die **Via della Chiesa** bis zur Hauptstraße, dann durch die **Strada Vecchia** und nach nochmaligem Queren der Hauptstraße bei Haus Nr. 60 den Weg hoch. Wegweiser:

— ●● Loc. Baracchino 2h

An der Brunnenstube vorbei weiter aufwärts, durch ein Steineichenwäldchen, vorbei an der Rückseite eines Ferienhauses, auf steinigem Weg durch einen Kiefernwald bis zu einer Ansammlung von Ferienhäusern. Dort den Fahrweg abwärts bis zu einem renovierten Bauernhaus (Nr. 136) (20 Minuten)

Rechts am Haus vorbei auf gut begehbarem Weg durch Kiefernwald bis zur ersten Furt, dem **Guado del R. Lavaggini**. Ab hier beschwerlicher, meist durch steinige Wasserrinnen in Mischwald. Nach etwa 10 Minuten trifft man auf einen gut ausgebauten Fahrweg. Auf diesem bequemen Weg wandern wir zunächst leicht abwärts, dann nahezu auf Niveau vorbei am **Guado del R. Taversa** in 20 Minuten bis zum **Guado del Rio Gattoni**, wo der Fahrweg endet.

Auf schmalen, steinigem Pfad (Mark. — ●●) geht es durch schattigen Wald in 10 Minuten bis zu einem felsigen, mit viel Thymian bewachsenen **Aussichtspunkt** mit schönem Ausblick auf das Petroniotal. Weiter wandern wir zunächst durch Macchie, dann durch Wald in knapp 10 Minuten bis zum **Guado del R. Vasca**, der letzten der vier Furten.

Auf Serpentina geht es im Wald aufwärts. Nach 5 Minuten queren wir den von Bracco herauf-führenden Fahrweg, gehen nach weiteren 5 Minuten um ein **zerfallenes Gebäude** herum, queren anschließend einen alten **Felssturz** und wandern dann auf meist bequemen Weg durch schattigen Wald (Markierung Ę) stetig aufwärts in 20 Minuten bis zur Abzweigung nach Baracchino.

Weiter geht es dann nach rechts, vorbei an der Waldlichtung mit Rastplatz in 20 Minuten zurück zum **Parkplatz**. (4/06).

Ca' Marccone-Monte Incisa-Lemeglio-Moneglia (2h 30')

Mit dem Bus (Haltestelle Bahnhof) nach **Ca' Marccone** an der Via Aurelia fahren und dort die Straße in Richtung Deiva Marina gehen. 20 m hinter der Stützmauer Wegweiser:

Moneglia 2h 30'
Monte Incisa 1h 00'

Den steilen Pfad hoch durch Steineichen und Kastanien. Der Pfad führt bald wieder abwärts und trifft nach etwa 10 Minuten in einem Sattel auf den vom Straßenwärterdepot heraufführenden Weg.

Der teils sandige, teils steinige Weg verläuft zunächst links am Berghang entlang, leicht aufwärts durch Wald bzw. Macchie, dann wieder abwärts vorbei an einem Richtfunk-Reflektor (10 Minuten), um nach wenigen Augenblicken auf den Kamm, bzw. die rechte Hangseite zu wechseln und nun steiler abwärts zu führen. Gelegentlich öffnen sich insbesondere im Frühjahr schöne Ausblicke auf das Hinterland von Moneglia. Nach weiteren 20 Minuten erreicht man nach kurzem Steilanstieg einen kleinen Rastplatz mit Tischen und Bänken.

Von hier aus weiter durch mehr oder minder offenes Gelände abwärts in einen Sattel und gleich danach wieder aufwärts in 15 Minuten bis zum Gipfel des **Monte Mézzema** (506m).

Leicht ab- und aufwärts wandert man in knapp 15 Minuten durch Macchie zum Gipfel des **Monte Incisa** (514 m) mit schönem Ausblick auf Moneglia. Weiter auf dem Bergrücken mehr oder weniger steil abwärts gehend, gelangen wir mitten im Steineichenwald zu einer Weggabel. Dort hält man sich links, geht nach wenigen Metern wieder nach rechts leicht aufwärts und erreicht nach 20 Minuten Hochspannungsleitung und Kreuz auf dem **Monte Crocetta o Telegrafo** (445 m).

Von hier führt der nun steilere, schwerer begehbarer Weg durch Macchie links am Hang entlang in einer ausgewaschenen Wasserrinne mit viel Geröll. Nach knapp 20 Minuten geht nach links ein Pfad nach **Mezzema** und 20 m weiter, ebenfalls nach links, ein Pfad nach **Deiva Marina** ab. 10 m weiter steht ein kleiner Jägerunterstand. Der Weg macht hier eine scharfe Biegung nach rechts und führt nun wieder leichter begehbar am offenen Hang entlang. 10 Min. später mündet er in einen alten, halb zerfallenen Maultierpfad, der uns in gut 10 Min bis zum Ortsrand von **Lemeglio** bringt.

In 5 Minuten geht es zwischen den Häusern hindurch bis zu einem kleinen **Parkplatz** am Ende der von Moneglia heraufführenden Straße. Dort die Treppen abwärts bis zum **Restaurant La Ruota**. Weiter die Straße abwärts, bis wir nach gut 10 Minuten in einer Rechtskurve bei Haus Nr. 11 zu einer weiteren Treppe gelangen, auf der wir in knapp 10 Min. bei der **Eisenbahnbrücke** den Ortsrand von **Moneglia** erreichen. (4/06).

Alternative:

Mit dem Bus nur bis **Bracco** fahren. Bei der kleinen Kirche die Treppe hoch zur "Ortsstraße". Auf dieser nach rechts weiter gehen, bis man nach 15 Minuten bei der **Bar iz Cantoné** wieder auf die Via Aurelia trifft. Die Via Aurelia gut 5 Minuten aufwärts an einem großen Haus vorbei, dann links den Pfad hoch und oben gleich wieder rechts auf dem Fahrweg bis zu einer Weggabel. Dort rechts über die Wiese, dann auf schmalen Pfad durch ein Brombeerenfeld in 15 Min. bis zum Straßenwärter Materialdepot (**Magazzino Provinciale**).

20 m hinter dem Depot (Wegweiser: Moneglia 2h 30') die Straße verlassen und rechts steil aufwärts, durch dichten Wald in 10 Min. bis zur Abzweigung des Weges zum **Monte S. Nicolao** (Wegweiser: Monte S. Nicolao 1h 30'). Dann weiter wie oben.

La Vigna-Comeglio-S. Saturnino- La Vigna (1h 30')

Vom Hotel **La Vigna** aus etwa 400 m die Via Provinciale aufwärts. Dann rechts auf der schmalen Teerstraße abwärts, an der Autobahnbrücke vorbei, am Haus Nr. 40 links hoch in 15 Min. nach **Comeglio**.

Weiter auf der Straße durch den Ort und abwärts in Richtung Moneglia. An der Abzweigung nach Litorno vorbei in gut 30 Min. bis zur Straße Moneglia-S. Saturnino. Diese rechts aufwärts. Nach knapp 10 Min. erreicht man 2 Häuser auf der linken Straßenseite. Gegenüber die **Bushaltestelle**. Dort rechts aufwärts auf schmalen Fußweg durch die Wiesen in 10 Min. bis zur Kirche von S. Saturnino. In weiteren 10 Min. auf der Via Provinciale zurück nach **La Vigna**.

Moneglia-S.Saturnino-Comeglio-Deiva Marina (3h 55')

Vom Bahnhof in Moneglia geht man die Straße abwärts in den Ort, biegt linker Hand in die **Via Vittorio Emanuele** und folgt dieser bis zur

Kirche S.Croce. In einem der vielen kleinen Geschäfte hat man Gelegenheit, sich mit Proviant zu versorgen. (10 Min.).

Neben der Kirche die Treppen hoch steigen. (Mark. ● —). Vorbei an der Sendeanlage in 10 Minuten bis zu einer Weggabel. Dort hält man sich rechts und wandert weitgehend auf Niveau immer am Hang entlang auf bequemem Fahrweg in 35 Minuten bis zur Haarnadelkurve der **Via Provinciale** unterhalb von S.Saturnino.

Auf dieser wandert man durch **S.Saturnino** hindurch weiter aufwärts. Etwa 400 m nach dem Hotel **La Vigna** geht in Höhe von Haus Nr. 80 nach rechts ein schmales Teersträßchen ab. (Wegweiser: Comeglio). Auf diesem wandert man vorbei an der **Autobahnbrücke** und dem Campingplatz Rio Gaio und bei Haus Nr. 40 nach links hoch steigend in 30 Minuten bis zur **Kirche** von **Comeglio**.

Am **Kirchturm** halten wir uns links (Markierung ● ●) und folgen dem befahrbaren Weg, der außerhalb der Bebauungsgrenze durch Olivenpflanzungen und Weinberge verläuft und nach einer Rechtskurve bei einer baufälligen Hütte in einen Pfad übergeht. Immer der Markierung ● ● folgend steigen wir auf steilem Pfad, der oft durch mit Laub gefüllte Wasserrinnen verläuft, zunächst am Waldrand, ab einem alten steinernen **Stall** durch Kastanienmischwald stetig aufwärts. Bei einem breiten Felsentor erreicht man nach 40 Minuten steilen Aufstiegs den **Passo del Incisa**.

Wir wandern nach rechts aufwärts in 10 Minuten bis zum Gipfel des Monte Mézzema (506 m). Leicht ab- und aufwärts wandert man in knapp 15 Minuten durch Macchie zum Gipfel des **Monte Incisa** (514 m) mit schönem Ausblick auf Moneglia. Weiter auf dem Bergrücken mehr oder weniger steil abwärts gehend, gelangen wir mitten im Steineichenwald zu einer Weggabel. Dort hält man sich links, geht nach wenigen Metern wieder nach rechts leicht aufwärts und erreicht nach 20 Minuten Hochspannungsleitung und Kreuz auf dem **Monte Crocetta o Telegrafo** (445 m).

Von hier führt der nun steilere, schwerer begehbbare Weg durch Macchie links am Hang entlang in einer ausgewaschenen Wasserrinne mit viel Geröll. Nach knapp 20 Minuten geht nach links ein Pfad nach **Mezzema** und 20 m weiter, ebenfalls nach links, ein weiterer Pfad nach **Deiva Marina** ab.

Der Weg führt in ausgewaschenen Felsrinnen durch dichte, 2-4 m hohe Macchie mehrmals hart an der **Abbruchkante** des Hangs vorbei, wobei

sich grandiose Ausblicke auf das Meer ergeben, in 15 Minuten zu einem kleinen Plateau.

Ab hier wird der Pfad leichter begehbar. Nach wenigen Schritten mündet er bei einem einzeln stehenden Haus in einen befahrbaren Weg, um wenig später in ein **Betonsträßchen** überzugehen. Nach gut 20 Minuten erreichen wir die Bebauungsgrenze von Deiva Marina.

Bei Haus Nr. 26 gelangt man auf die **Via G. Mazzini**. Diese abwärts, dann links ab durch die **Salita Mazzini** bis zur **Piazza I. Zinara**. Dort rechts abbiegen in die **Via della Liberta**. Dieser folgt man bis zur **Via Caducci**, die ihrerseits direkt zum **Bahnhof von Deiva Marina** führt. (10 Min.). (04/07)

Moneglia-Lemeglio-Deiva Marina

(2h 10')

Vom Bahnhof in Moneglia geht man die Straße abwärts in den Ort, biegt linker Hand in die **Via Vittorio Emanuele** und folgt dieser vorbei an der **Kirche S.Croc.** bis zur Eisenbahnbrücke. (10 Min.).

Bei der **Eisenbahnbrücke** an der **Via della Liberazione** über den Fluß und rechterhand den Treppenweg hoch, der nach 10 Min. wieder auf die Fahrstraße nach Lemeglio trifft. Auf dieser weiter aufwärts bis zum **Restaurant La Ruota**. Die gegenüber auf die Straße mündende Treppe hoch bis zum kleinen **Parkplatz** am Ortseingang von Lemeglio. Dann zwischen den Häusern hindurch bis zur Kirche (25 Min.)

Links an der Kirche vorbei durch die Häuser, dann rechts aus dem Dorf heraus. Wegweiser:

Monte Incisa	1h 00'
Deiva Marina	1h 00'
Mte. S. Nicolao	3h 30'

Auf schmalem Pfad den Hang aufwärts in 10 Min. bis zum Waldrand. Auf mehr oder weniger gut erhaltenem Steinplattenweg immer der Markierung ■ folgend weiter aufwärts bis man nach etwa 15 Min. in einer **Linkskurve** des hier im offenen Gelände verlaufenden Weges an einem **Eisenkreuz** auf eine Bank trifft. Etwa 100 m weiter geht dann bei einer kleinen, **doppelstämmigen Steineiche** rechts ein kaum sichtbarer, schmaler Pfad ab, der am Hang entlang abwärts führt.

Nach etwa 15 Min. quert man zwei kleine **Erdrutsche**, dann wieder durch den Wald sanft abwärts in 10 Min. zum **Valico di Castagnòle** (kleines Plateau mit Blick auf Deiva). Weiter

abwärts linkerhand an einem Gehöft vorbei, bis der breite Weg nach etwa 15 Min. in eine **Betonstraße** mündet. Auf dieser in 15 Min. bis zum Ortsrand von **Deiva Marina**.

Bei dem Haus Nr. 26 gelangt man auf die **Via G. Mazzini**. Diese abwärts, dann links ab durch die **Salita Mazzini** bis zur **Piazza I. Zinara**. Dort rechts abbiegen in die **Via della Liberta**. Dieser folgt man bis zur **Via Caducci**, die ihrerseits direkt zum Bahnhof führt. (12 Min.). (6/01)

*Das Wegstück zwischen **Steineiche** und **Valico di Castagnòle** war 3/96 noch bequem begehbar, in 6/01 jedoch so zugewachsen, daß die Wanderung nicht mehr empfohlen werden kann, falls der Weg nicht zwischenzeitlich wieder frei gelegt wurde. Alternativ den etwa 10 Min. weiter oben abzweigenden Weg gehen.*

Deiva Marina-Lemeglio-Moneglia

(2h)

Am **Bahnhofsvorplatz** von Deiva linkerhand die Treppe runter und durch die **Via Caducci** in Richtung Deiva Paese gehen. Am Ende der Via C. links ab durch die **Via della Liberta** bis zur **Piazza I. Zinara**. Dort links in die **Salita Mazzini** und gleich wieder rechts bis zum Ende der **Via G. Mazzini**. Bei Haus Nr. 26 links die Treppe hoch bis zur Betonstraße. (10 Min.)

Auf dem **Betonsträßchen** zunächst durch schattigen Steineichen- und Kiefern-mischwald steil aufwärts. Nach 20 Minuten mündet die Betonstraße in einen unbefestigten Weg, der etwa 400m an einer größeren Olivenpflanzung vorbeiführt, um schließlich in einen schmalen Pfad überzugehen, der uns in wenigen Minuten durch die Macchie zu einem kleinen Plateau (**Valico di Castagnòle**) bringt. (15 Min.)

Links geht ein kleiner Pfad ab, der auf kürzestem Weg in Richtung Lemeglio führt. er ist aber leider derzeit (6/01) so zugewachsen, dass er kaum noch begehbar ist.

Wir nehmen daher den etwas längeren Weg rechts aufwärts, der meist durch ausgewaschene, felsige **Wasserrinnen**, gelegentlich gefährlich nahe am Steilhang mit schönen Ausblicken aufs Meer durch dichte Macchie verläuft und nach 15 Minuten beim **Valico di San Pantaleo o del Telegrafo** nahe einem **Jägerunterstand** auf den vom Monte **Crocetta o Telegrafo** herab führenden Weg trifft.

Auf diesem gehen wir links abwärts, bis wir nach etwa 10 Min. an eine **Ruhebank** nahe einem **Kreuz** gelangen. Von dort geht es

Steinplattenweg steil abwärts bis zum Waldrand und in wenigen Minuten bis zur **Kirche** von **Lemeglio**, bzw. weiter bis zum kleinen **Parkplatz** am Ende der von Moneglia heraufführenden Straße. (20 Min.)

Dort die Treppen abwärts bis zum **Restaurant La Ruota**. Weiter die Straße abwärts, bis wir nach ca. 20 Min. beim Haus Nr. 11 zu einer weiteren Treppe gelangen, auf der wir in knapp 10 Min. bei der Eisenbahnbrücke den Ortsrand von **Moneglia** erreichen. (6/01).

Moneglia-Punta Baffe-Riva Trigoso

(3h 15')

Kurz vor dem **Bahnhof** von Moneglia links die kleine Treppe hoch, Wegweiser:

Riva Trigoso	3h 00'	
Punta Baffe	2h 45'	—●
Casarza Ligure	3h 00'	
Monte Moneglia	2h 30'	x x

Weiter auf der Straße bis zu einer Wendeschleife vor dem **Hotel Mondial**. Dort das Teersträßchen bis zum Ende (bei Haus Nr. 5) hoch gehen. Auf schmalen Pfad geht es durch Kiefern- und Steineichenwald, später dann durch Macchie in Richtung Punta Baffe bis zu einem Plateau. Rechts geht es zum Monte Moneglia (2h 00'), links zu einem **Rastplatz** mit schönem Panoramablick auf Moneglia und Lemeglio und von dort weiter zur Punta Moneglia. (35 Min.)

Geradeaus (Mark. —●) wandern wir weiter in Richtung Punta Baffe, zunächst auf ebenem Pfad, der aber später leicht ansteigt. An einem **Rastplatz mit Quelle** vorbei gelangt man durch lichten Wald auf leicht steigendem Weg immer am Hang entlang nach 25 Min. zu einer Wegkreuzung.

Nach links abwärts führt der Weg zur Punta Baffe (1h 30' —●), rechts zum Monte Comunaglia (15' È È) und von dort weiter nach Casarza Ligure (3h 15'). Wir wandern geradeaus in Richtung Riva Trigoso (1h 45' È È) und erreichen nach 35 Min. auf leicht auf- und abwärts führendem Weg einen **Aussichtspunkt** mit Ruhebank. Ab hier ständig leicht abwärts gehend, gelangen wir nach etwa 10 Min. an einen größeren **Rastplatz**. Geradeaus führt der Weg nach Riva Trigoso (1h È È), rechts zum Monte Comunaglia (1h 00' È È). Wir wenden uns nach links in Richtung Punta Baffe (45') und gelangen auf zunächst bequemem Weg nach 15 Min. an eine **Weggabel**, wo wir uns rechts halten. (Riva Trigoso 1h 15'; links in 10' zum Torre).

Ab hier steiler Abstieg auf zunächst beschwerlichem, steinigem Weg, der nach 15 Min. ab einem **Aussichtspunkt** mit Blick auf die Punta Manara und Ginestra allmählich breiter wird und in einen befahrbaren Weg übergeht. Auf diesem Weg, der sich gelegentlich durch Abschneder verkürzten läßt, wandert man durch Macchie und Pinienwäldchen in 40 Min. bis zum südlich der **Bahnüberführung** an der Via Antonio Gramsci gelegenen **Friedhof** von Sestri Levante.

Auf der Via A. Gramsci nach rechts durch die Unterführung gehend, erreicht man in weniger als 10 Min. den **Bahnhof**. Wendet man sich nach links, so gelangt man nach 15 Min. zum Strand von Riva Trigoso. (3/05).

Dieser Weg hat den Vorteil, daß er, nachdem man einmal den Aufstieg von Moneglia bewältigt hat, bis zum Abstieg nach Riva weitgehend auf konstantem Niveau verläuft.

Leider kann die ursprünglich schöne Wanderung für die nächsten Jahre nicht mehr empfohlen werden, da der gesamte Berghang zwischen Moneglia und Riva Trigoso im September 2004 abgebrannt ist. (3/05).

Deiva Marina-Costa-Montaretto- Bonassola (3h 35')

Am Strand von Deiva Marina den **Torrente Deiva** auf der **Brücke** überqueren, am linken Ufer 100 m flußaufwärts gehen, rechts um das letzte Haus herum bis zu den Eisenbahngleisen, dort wieder rechts und nach 40 Metern links in den Wald. (5 Min.).

Wegweiser:

Pian di Serra
Framura 3h

Auf beschwerlichem, felsigem Pfad, der zumeist in ausgewaschenen Wasserrinnen verläuft, durch Macchie mit gelegentlich eingestreuten Kiefern steil aufwärts, in gut 5 Min. zu einem Aussichtspunkt. Nach weiteren 20 Min. durch niedrige Macchie erreicht man eine Hochspannungsleitung. Nochmals 15 Min. später nimmt die Steigung ab und wir erreichen auf nun leicht begehbarem, sandigem Weg, der durch einen Kiefernwald führt, die **Casa Serra**. Dort rechts ab bis zu einer Wegkreuzung oberhalb des Hauses (5 Min.). Hier gehen 3 Wege ab.

Wegweiser:

Case Vigo 1h 10'
Apicchi 40'
Deiva marina 50'

Wir folgen dem linken Weg (führt zwischen zwei alten Steineichen hindurch), der als sandiger Pfad links am Hang des **Monte Serra** entlangführt. Der bequeme Weg, der im wesentlichen dem Niveau folgt, führt leicht auf und ab. Nach 5 Min. durch Kastanien- und weiteren 10 Min. im Kiefernwald erreicht man eine **Ruhebank** mit schönem Panoramablick vom Monte Mezzema über den Monte Nicolao bis zum Monte Guaitarola. Knapp 10 Min. später geht links der **Weg nach Vigo** ab.

Wegweiser:

Case Vigo 20'
Puntaschi 10'
Pian di Serra 30'

Der Pfad, der weiter durch Laub- und Kiefernwald führt, wird bald zu einem breiten Weg, auf dem man in weiteren 5 Min. die **C. Puntaschi**, ein Bauerngehöft an der **F.^{ce} del Prato** erreicht.

Wegweiser:

Case Vigo 1h
Apicchi 1h
Costa 30'

Rechts vor den Häusern führt die Straße abwärts nach Setta/Ravecca/Anzo/Bonassola. Wir gehen geradeaus durch den Weinberg. Auf breitem Weg geht es links am Hang des Monte Ressa entlang in 15 Min. durch den Wald bis zum Ortsrand von **Costa**.

Wegweiser:

Acqua Fredda 1h 10'
Case Vigo 1h 10'
Castagnola-Cea 1h 40'
Puntaschi 45'
Puntaschi Apicchini 1h

Wir durchqueren Costa, gehen dabei an der **Kirche** mit separatem Wehr-/Glockenturm vorbei, und erreichen in 5 Min. die Straßenkreuzung am östlichen Ortsrand. Dort wenden wir uns nach links, wechseln in Höhe des Restaurants Meri auf die **Straße nach Bonassola** und wandern auf dieser über **C. di Focetta** 25 Min. aufwärts nach **F.^{ce} di Framura** und von dort in 30 Min. abwärts nach **Montaretto**.

Am westlichen Ortsrand, vorbei am Kommunistischen Vereinslokal und einem "muschelförmigen Votivbauwerk", geht es auf einer betonierten Straße abwärts bis zu einer Kurve, dort auf dem geradeaus führenden Weg in 5 Min. bis zum **Sportplatz**. An der Weggabelung gehen wir nach rechts in den Wald (Mark. Nr. 3 blau). Auf dem rechts am Hang des M. Brino aufwärts führenden Weg gelangt man nach gut 10 Min. an einen Aussichtspunkt mit

Blick auf die Halbinsel des M. Grosso. Ab hier geht es auf einem Schotterweg steil abwärts durch Kiefernwald in 20 Min. zu einigen Häusern an der **F.^{ce} di Carpeneggio**. Wir halten uns links, gehen auf der Betonstraße (Via Carpeneggio) abwärts und treffen nach 10 Min. bei Haus Nr. 90 auf die **Via Roma**. Auf dieser weiter bis zum Haus Nr. 9, dort rechts die Treppen hinab in 5 Min. auf die **Piazza Bertamino** (bei Haus Nr. 9) von **Bonassola**. (4/99).

Deiva Marina-Casa Serra-Case Vigo- C. Miro- Deiva Marina (3h)

Am Strand von Deiva Marina den **Torrente Deiva** auf der **Brücke** überqueren, am linken Ufer 100 m flußaufwärts gehen, rechts um das letzte Haus herum bis zu den Eisenbahngleisen, dort wieder rechts und nach 40 Metern links in den Wald. (5 Min.).

Wegweiser:

Pian di Serra
Framura 3h

Auf beschwerlichem, felsigem Pfad, der zumeist in ausgewaschenen Wasserrinnen verläuft, durch Macchie mit gelegentlich eingestreuten Kiefern steil aufwärts, in gut 5 Min. zu einem Aussichtspunkt. Nach weiteren 20 Min. durch niedrige Macchie erreicht man eine Hochspannungsleitung. Nochmals 15 Min. später nimmt die Steigung ab und wir erreichen auf nun leicht begehbarem, sandigem Weg, der durch einen Kiefernwald führt, die **Casa Serra**. Dort rechts ab bis zu einer Wegkreuzung oberhalb des Hauses (5 Min.). Hier gehen 3 Wege ab.

Wegweiser:

Case Vigo 1h 10'
Apicchi 40'
Deiva Marina 50'

Wir folgen dem linken Weg (führt zwischen zwei alten Steineichen hindurch), der als sandiger Pfad links am Hang des **Monte Serra** entlangführt. Der bequeme Weg, der im wesentlichen dem Niveau folgt, führt leicht auf und ab. Nach 5 Min. durch Kastanien- und weiteren 10 Min. im Kiefernwald erreicht man eine **Ruhebank** mit schönem Panoramablick vom Monte Mezzema über den Monte Nicolao bis zum Monte Guaitarola. Knapp 10 Min. später geht links der Weg nach **Case Vigo** ab.

Wegweiser:

Case Vigo 20'
Puntaschi 10'
Pian di Serro 30'

Der oft schwer erkennbare, nicht markierte erdige Pfad, führt stets durch Mischwald mehr oder minder steil abwärts. Nach gut 15 Min. erreicht man in der Nähe der Case vigo eine **Weggabel** mit 2 Wegweisern:

Costa 1h	Pian di Serra
Cava Serin	Puntaschi
Acqua Fredda 20'	30'

Wir wenden uns nach links und gehen weiter abwärts auf meist schlecht sichtbarem, erdigem Weg, der oft durch Wasserrinnen führt und daher nach Regenfällen kaum begehbar ist. Nach etwa 35 Min. stetigen Abstiegs erreicht man das Tal bei einem **Wohnwagenstellplatz**. Auf einem Fahrweg, der den **Torrente Castagnola** in einer Furt überquert, gelangt man beim Ortsteil C. Miro auf die Straße nach Deiva Marina. (10 Min.)

Auf der schattigen Straße oder dem sonnigen **Weg im Bachbett** (Trimpfad Percorso Vita) geht es dann in 40 Min. zurück zum Strand von Deiva Marina. (06/00).

Deiva Marina-C.F.^{ce} del Prato-Costa- Setta-Anzo (2h 10')

Am Strand von Deiva Marina den **Torrente Deiva** auf der **Brücke** überqueren, am linken Ufer 100 m flußaufwärts, rechts um das letzte Haus herum und entlang dem Campingplatz bis zu dem **kleinen Haus** 50 m vor dem Tunneleingang gehen. (7 Min.).

Wegweiser:

Framura 2h

Dort links über den Betonsteg auf einem schmalen Pfad, der teils durch Macchie, teils durch schattigen Wald unmarkiert steil aufwärts führt, 30 Minuten aufsteigen, bis man bei einem **Hochspannungsmast** auf den von C. Serra nach Framura führenden Weg trifft. Wegweiser:

Porticciolo 30'
C.Serra 15'
Framura 1h
Deiva Marina 45'

Auf dem breiten, nahezu auf Niveau am Südhang des Monte Serra in Richtung Framura verlaufenden Fahrweg gelangt man in 15 Minuten an einen schönen **Rastplatz** mit mehreren Tischen und Bänken.

Wer möchte, kann von hier aus in 5 Minuten einen kleinen Abstecher zum **Orto Botanico** machen. Hier gibt es am Steilhang der **Gli Apicchi** genannten Felsformation einen

noch schöneren, schattigen Rastplatz direkt über dem Meer.

Der bequeme Fahrweg mündet nach gut 5 Minuten in eine Teerstraße. Abwärts geht es in Richtung Anzo, Setta, Ravecca. Wir gehen etwa 10 Minuten aufwärts in Richtung Deiva, Costa, biegen im Gebiet der Häuser von C.F.^{ce} del Prato in einer scharfen Linkskurve bei einem **Dreispanner** nach rechts in eine kleine Betonstraße ab und gehen etwa 2 Minuten bis zu einer **Bank** unter einer **Akazie**.

Hier geht ein schmaler, steiler Pfad ab, der uns zunächst durch Steineichen, später dann leichter begehbar durch Macchie und Olivenbestände und schließlich über mehr oder minder gut erhaltene Treppen in 20 Minuten bis zu einer Straße am **Ortsrand von Setta** bringt. Wegweiser:

abwärts	Ravecca, Anzo	20'
aufwärts	Costa	20'

Die Straße überqueren und die Treppe abwärts gehen, auf schmalen Weg durch Gärten, vorbei an einer alten **Anlage zum Wäsche-waschen** in den Weiler Setta. Bei Haus Nr. 97 nach rechts gehen, durch den **Gewölbebogen** zu einem kleinen Platz, dort rechts abwärts bis man nach knapp 10 Minuten an einem weiteren kleinen Platz mit Ruhebänken anlangt, von dem aus man einen schönen Panoramablick hat.

Rechts abwärts führen die Treppen nach **Ravecca**. Bei Haus Nr. 7 wendet man sich nach links und geht durch die Straße bis zum Ortsende. Dort die breite Treppe abwärts und unterhalb von Haus Nr. 1 den breiten Betonweg nach links gehen, vorbei an einer prächtigen **alten Pinie** in den Weiler **Anzo**, bis man unterhalb des **Torre di Guardia** wieder auf die Straße trifft. (15 Minuten).

Nun die Straße abwärts gehen, bis linkerhand bei Haus Nr. 2 die **Via Luigi Duina** abzweigt. Dort nach 50 m die Treppe zum Bahnhof hinabsteigen. (10 Minuten). (9/08)

Abkürzung des Weges zum Bahnhof:

Am Ortsende von Anzo bei Haus Nr. 18/19/20 durch den Bogengang und anschließend die Treppen abwärts bis zum Bahnhof gehen.

Framura-Vandarecca-Foce di Carpeneggio-Bonassola-Scernio-Levanto (3h)

Am Bahnhof von Framura vor dem Tunnelportal die **Treppen** hoch, die Straße aufwärts und nach

50 m bei Haus Nr. 2 geradeaus in die **Via Luigi Duina**. Auf dieser geteerten Straße wandert man längs der Küste, meistens mit offenem Blick aufs Meer in 15 Minuten bis zu ihrem Ende **hinter** der Feriensiedlung **Condominio a Mare di Vandarecca**.

Dort wechseln wir auf den nach links aufwärts in Richtung Salice bzw. Bonassola führenden Fußweg. (Mark. ■). Zunächst durch lichten Pinienwald, dann durch Steineichen führt uns der schattige Weg zunächst steil aufwärts, dann leicht auf und ab längs der Küste bis zu einem kleinen **Bach**, den wir auf einem festen Steg überqueren. Ab hier geht es wieder steil aufwärts, zunächst durch Steineichen, später dann durch Macchie und, sobald **Montaretto** in Sichtweite ist, durch mehr oder weniger aufgelassene Olivenpflanzungen bis zum Weiler **Salice**. (30 Minuten).

Der Weg mündet in eine Teerstraße, die wir nach 50 m **vor** einem Haus aus Natursteinen schon wieder verlassen, um rechterhand entlang einer Stützmauer dem Fußpfad zu folgen, der zunächst in offenem Gelände und später dann durch Steineichen- und Kiefernmischwald verläuft. Bald geht es auf Serpentina steiler abwärts bis man auf einen Fahrweg trifft, der nach links hoch zur **Foce di Carpeneggio** führt (20 Minuten).

Auf der **Betonstraße** (Via Carpeneggio) wandern wir weiter abwärts bis zur Via Roma, folgen dieser bis Haus Nr. 21, steigen dort die **Treppen** nach rechts abwärts und erreichen bei Haus Nr. 8 der **Piazza Bertamino** (hinter der Piazza della Chiesa) nach 15 Minuten das Ortszentrum von Bonassola.

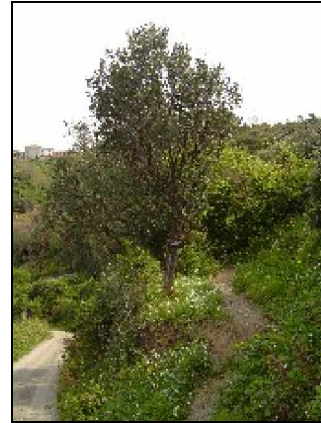
Durch die **Via Fratelli Rezzano** nach Osten gehen, dann nach links in die **Via Colombo** wechseln, bei Haus Nr. 8 rechts ab in die **Via Scernio**. Den Treppenweg hoch gehen (Mark. ■ I ■), dann ein kurzes Stück weiter auf der Straße und schließlich rechts ab auf schmalen Pfad durch Olivenbestände. Vorbei an Haus Nr. 15 bis zu einem kleinen gepflasterten **Aussichtspfad**, weiter zu einem kleinen **Parkplatz**, bei Haus Nr. 26 links die Treppe hoch. Eine Straße queren, rechts die Rampe hoch gehen, vorbei an Haus Nr. 21 von Scernio bis man beim Restaurant La Giulia die **Landstraße** erreicht. (40 Minuten).

Wir queren die Landstraße und gehen auf dem Betonweg zwischen den Häusern hindurch durch offenes Gelände in Richtung Levanto. (Der ganze Hang ist im Sommer 2000 abgebrannt.) An der nächsten Weggabel halten wir uns rechts und erreichen bei Haus Nr. 10 der **Via Valle Santa** die Bebauungsgrenze von Levanto. 50 m abwärts beim Haus Nr. 16 geht man rechts eine

Treppe hinunter und trifft nach kurzer Zeit bei Haus Nr. 22 wieder auf die Straße. Hinter der ersten Kurve führt eine weitere Treppe abwärts, über welche man in wenigen Minuten bei der **Bar Nicola** den Strand erreicht. (25 Minuten).

In 15 Minuten geht es auf der Uferpromenade bis zum Zentrum bei der **Piazza Staglieno** und von dort in weiteren 15 Minuten bis zum Bahnhof. (10/2011).

Wem der nochmalige Aufstieg nach Scernio zu mühselig ist, gelangt auch durch den ehemaligen Eisenbahntunnel in knapp 25 Minuten nach Levanto. Der Tunnel wurde im März 2010 für Fußgänger und Radfahrer geöffnet.



Abzweigung nach Montaretto.

Framura-Vandarecca-Montaretto- S.Giorgio-Bonassola (2h 10')

Am Bahnhof von Framura vor dem Tunnelportal die **Treppen** hoch, die Straße aufwärts und nach 50 m bei Haus Nr. 2 geradeaus in die **Via Luigi Duina**. (Mark. 1) Auf dieser geteerten Straße wandert man längs der Küste, meistens mit offenem Blick aufs Meer in 10 Minuten bis zur Feriensiedlung **Condominio a Mare di Vandarecca**.

Hinter Haus Nr. 45 wechseln wir auf den nach links den Hang aufwärts führenden Pfad. Wegweiser:

Cima Vandarecca	1,1 km
Bonassola	2 h
Montaretto	1 h

Im Schatten von Steineichen, später dann durch Macchie und zum Schluß durch Kiefernwald führt der Weg zunächst stetig aufwärts. Nach einem Steilabstieg in einen mit Steineichen bewachsenen Taleinschnitt quert man ein kleines Rinnsal, um nach einem kurzen Steilaufstieg durch Steineichenwald wieder Kulturland zu erreichen. (35 Minuten).

Der Weg führt nun meist offen bzw. durch Oliven auf Niveau am Hang entlang und mündet nach Querung eines weiteren Baches bei einem kleinen Haus in einen Fahrweg. Nach knapp 10 Minuten erreicht man die **Häusergruppe von Salice**.

Kurz vor dem ersten Haus wechseln wir bei einem **Olivenbaum** nach links auf einen schmalen Fußpfad, der an einem roten Haus vorbeiführt und zunächst im offenem Gelände, später dann durch Kiefernwald verläuft, wo er eine befestigte Straße überquert und schließlich kurz vor Montaretto in mehr oder weniger verwildertem Kulturland bei einem **Votivbild** (Imago Pietate) auf das von Montaretto herabführende Betonsträßchen trifft.

Auf diesem gelangen wir vorbei am Kommunistischen Vereinslokal **Casa del Popolo** (öffentliche Bar) in wenigen Augenblicken ins Zentrum von **Montaretto**, wo man sich in der Bar da Lorella (Via San Rocco) ebenfalls erfrischen kann. (20 Minuten).

Linkerhand von der **Kapelle** wandern wir das schmale Betonsträßchen abwärts, wechseln bei der ersten Weggabel nach links auf den befestigten Weg und steigen etwa 150 m nach einem **roten Haus** die Betontreppen hinab in den Taleinschnitt. (Markierung 4). Auf einem einfachen Steg queren wir den Bach. Ein alter Maultierpfad führt uns nun durch eine wildromantische Felsenlandschaft bis zur Straße, auf der wir in wenigen Minuten **S.Giorgio** erreichen. (15 Minuten).

Am **Ortsschild** von S.Giorgio rechts die kleine Treppe hinabsteigen und zwischen den Häusern hindurchgehen, dann nach links und gleich wieder nach rechts abwärts gehen bis man auf einen schmalen Betonweg trifft. Auf diesem abwärts gehen, bis man kurz vor der Kirche ein aus Naturstein errichtetes Haus erreicht. Dort nach links (Markierung ●) die Treppe hinab bis zum Friedhof gehen, die Straße queren und schon hat man die **Kirche von S.Giorgio** erreicht. Vom Vorplatz schöne Aussicht auf die Bucht von Bonassola. (15 Minuten).

Weiter geht es rechts an der Kirche vorbei, an einer Mauer entlang bis zum Betonsträßchen. Auf diesem weiter bis zur **Brücke** bei der

ehemaligen **Mühle**. Nach der Brücke nach links weiter auf dem alten Maultierpfad, der bei der Bebauungsgrenze von Bonassola in ein Betonsträßchen mündet. Auf diesem steil abwärts, teilweise auf dem neben der Straße verlaufenden Fußweg bis zur **Strada Montaretto**. Diese queren. Nachdem man die **Treppen** der **Via Caneva** hinabgestiegen ist, erreicht man nach wenigen Augenblicken den **Bahnhof** von Bonassola (20 Minuten). (4/07)

Framura-Vandarecca-Montaretto-Costella-Scernio-Levanto (3h)

Am Bahnhof von Framura vor dem Tunnelportal die **Treppen** hoch, die Straße aufwärts und nach 50 m bei Haus Nr. 2 geradeaus in die **Via Luigi Duina**. Auf dieser geteerten Straße wandert man längs der Küste, meistens mit offenem Blick aufs Meer in 15 Minuten bis zu ihrem Ende hinter der Feriensiedlung **Condominio a Mare di Vandarecca**.

Dort wechseln wir auf den nach links aufwärts in Richtung Salice bzw. Bonassola führenden Fußweg. (Mark. ■). Zunächst durch lichten Pinienwald, dann durch Steineichen führt uns der schattige Weg zunächst steil aufsteigend, danach leicht auf und ab längs der Küste bis zu einem kleinen **Bach**, den wir auf einem festen Steg überqueren. Ab hier geht es wieder steil aufwärts, zunächst durch Steineichen, später dann durch Macchie und sobald **Montaretto** in Sichtweite ist, durch mehr oder weniger aufgelassene Olivenpflanzungen bis zu den ersten Häusern des Weilers **Salice**. (30 Minuten).

Der Weg mündet in eine Teerstraße, die wir nach knapp 150 m schon wieder verlassen, um rechterhand einen Fußpfad hochzusteigen, der an einem roten Haus vorbeiführt und zunächst im offenem Gelände, später dann durch Kiefernwald verläuft, wo er eine befestigte Straße überquert und schließlich kurz vor Montaretto in mehr oder weniger verwildertem Kulturland bei einem **Votivbild** (Imago Pietate) auf das von Montaretto herabführende Betonsträßchen trifft. Auf diesem gelangen wir vorbei am Kommunistischen Vereinslokal **Casa del Popolo** (öffentliche Bar) in wenigen Augenblicken ins Zentrum von **Montaretto**, wo man sich in der

Bar da Lorella (Via San Rocco) ebenfalls erfrischen kann. (20 Minuten).

Auf gleichem Weg gehen wir auf dem Betonsträßchen wieder zurück, wechseln bei einer scharfen Rechtskurve auf den geradeaus verlaufenden Feldweg und gehen am **Sportplatz** vorbei nach links abwärts. Der Markierung /3/ folgend wandern wir zunächst auf dem Feldweg, der später in einen Treppenweg mündet und schließlich auf einem Betonsträßchen, das uns entlang dem Nordhang des Monte Brino abwärts bis zum **Rio San Giorgio** führen. Man überquert den Bach auf einer befahrbaren Brücke oberhalb einer alten Mühle. (20 Minuten)

Nach etwa 100m auf dem Betonsträßchen führt rechterhand ein Pfad abwärts bis zur Kirche **S.Giorgio** (XVI Jahrh.), von deren Vorplatz aus man einen schönen Ausblick auf Bonassola hat. Weiter geht es auf dem Treppenweg (Markierung □ und ●) abwärts bis zur Teerstraße, auf dieser weiter in den Ort **Costella** (Casolare) und dort die **Via S. Giorgio** abwärts in Richtung Bonassola. In der dritten Haarnadelkurve wechseln wir rechts neben der Einfahrt zu Haus Nr. 6^{bis} auf einen alten Maultierpfad, der auf einer Steinbrücke einen Bach überquert, um dann durch Wald bis zur großen **Brandrodungsfläche** oberhalb von Bonassola zu führen. Auf sonnendurchflutetem Weg ohne Schatten erreichen wir den Weiler **Scernio**. (45 Minuten).

Wir queren die Landstraße und gehen auf dem Betonweg zwischen den Häusern hindurch durch offenes Gelände in Richtung Levanto. (Der ganze Hang ist im Sommer 2000 abgebrannt.) An der nächsten Weggabel halten wir uns rechts und erreichen bei der **Via Valle Santa** die Bebauungsgrenze von Levanto. 50 m abwärts beim Haus Nr. 16 geht man rechts die Treppe hinunter und trifft nach wenigen Schritten bei Haus Nr. 22 wieder auf die Straße. Nach der ersten Kurve führt eine weitere Treppe abwärts, über welche man in wenigen Minuten bei der **Villa Rossana** den Strand erreicht. (25 Minuten).

In 15 Minuten geht es auf der Uferpromenade bis zum Zentrum bei der **Piazza Staglieno** und von dort in weiteren 15 Minuten bis zum Bahnhof. (4/07)