

VIA DELLA COSTA

Pèlerinages sur les chemins de la Ligurie

De St. Jacques de Compostelle a Rome
Pèlerins sur les chemins de la Ligurie 360 km en 12 étapes



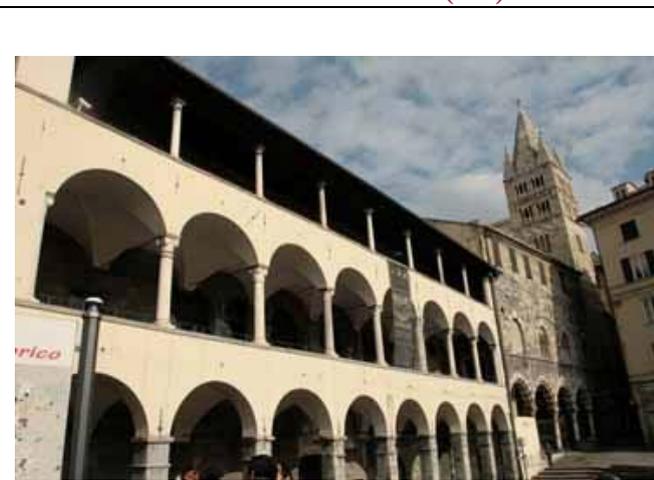
de Anna Rocchi et Silvio Calcagno



Ponte medioevavale di Clavi (IM)



Val Ponci –Ponte Romano (SV)



La Commenda (GE)



Cinque Terre Vigneti (SP)



VILLA GARNIER
Via Garnier, 11
18012 BORDIGHERA (IM)

ISTITUTO SUORE
S. FAMIGLIA - Villa Levi
Via Pietra Lunga, 13
18038 SANREMO



Préface

Après cinq années de recherches et des vérifications sur le territoire, nous sommes arrivés à terminer le rêve de faire un chemin qui unit les deux grands destinations du pèlerinage, Santiago de Compostelle et Rome, en parcourant à pieds dans les journées libres le trait Pont S. Ludovic – Sarzana en cherchant où c'est possible, étant notre Ligurie à haute densité construite et donc à haute couverture de goudron, les chemins et les rues de communication près à la côte, alternatives à la rue Aurelia. On a découvert des anciens traits de la vie romaine tantôt asphaltés tantôt en piste empierrée, des chemins du moyen age, «crose» entre la modernité des immeubles, des chemins dans le vert qui donnent l'opportunité de redécouvrir et vivre le territoire qui peut donner encore des grandes émotions pour ses paysages et le charme des ses vieux bourgs en attendant le spirite profond de cette territoire dans les lumières, dans les parfums, dans l'art et dans le travail de nos âcretés, tous éléments importants pour le pèlerinage. A cette destination nous ne sommes pas arrivés seuls et c'est pour cette raison que nous rappelons avec reconnaissance Franca Remotti de San Remo, les amis Rita et Italo Graziano, Alain Le Stir, Paolo Pometto, Guido Piccon, Giorgio Giacobbe, Matteo Tomatis, Claudia Barbieri, Gianni Odasso, Vito Clarizio, Paolo Revelli, Anna Bonavera e Francesco Rocchi pour l'aide et l'encouragement, Sandro Abbo pour la recherche historique, la Confraternita de San Giacomo de Perugia pour l'encouragement initial, la Province d'Imperia avec le docteur Sonia Zanella qui a acquis et marqué le parcours dans le trait d'Imperia, tous les point d'accueil pour la collaboration croyant dans ce projet. Nous espérons que les autorités de la Ligurie, suivant l'exemple de la Province d'Imperia, compléterons le marquage du parcours dans toute la région.

Anna Rocchi e Silvio Calcagno

Réflexions d'un prêtre

J'ai toutes les cartes en règle et tout ce qu'il faut à un Pèlerin, et me reviens en mémoire comment tout est commencé, il y a déjà quelque années, encore avant que la paroisse choisisse officiellement d'accueillir les pèlerins sur leurs chemins vers Rome, Saint Jacques de Compostelle, ou le long la «Via della Costa» Un soir, il a déjà quelques années, un pèlerin s'arrêta et demanda l'hospitalité qui lui fut accordée, il put dormir sur le plancher du salon de la paroisse. Beaucoup de choses ont changé et se sont améliorées: maintenant tout est contrôlé avec une majeure responsabilité, il y a une chambre accueillante avec douche. Ce qui n'est pas changé est l'esprit, ce même esprit qui devrait animer chaque Chrétien, chaque prêtre: » [j'avais faim et vous m'avez donner à manger, j'avais soif et vous m'avez donné à boire, j'étais un étranger et vous m'avez accueilli](#) « [\(évangile de Matteo, chapitre 25\)](#). Un merci particulier à Silvio et Anna qui ont depuis toujours à cœur cette initiative et à tous ceux qui sont à la recherche d'eux même, sur le chemin de l'infini.

Don Paolo, curè Sacra Famiglia (Imperia)

Bon Chemin, Hultreya, Suseya

La préparation



Il est recommandé de ne pas porter une charge excédant la 1/10' de votre poids. Pas plus de 9-12 kilos, nourriture et boissons inclus. Avec courage, vous devrez renoncer à beaucoup de choses normalement considérées comme nécessaires, et faire une sélection très stricte. Nos conseils sont une suggestion qui peut servir de base à vos choix personnels. **L'ennemi est le poids!**

Sac à dos: entre 45 et 60 litres, équipés de Housse imperméable – Un bâton ou deux bâtons techniques très utiles pour marcher et pour décharger le poids du sac à dos - Sac de couchage léger et contenu. –

Vêtements: équipement d'été (le marché offre un grand choix et des prix raisonnables pour les vêtements technique). – Deux ou trois T-shirts – deux paires de sous-vêtements – deux paires de chaussettes – deux paires de pantalons avec partie sous détachable – un pull léger en tissu polaire - une cape cirée avec capuchon qui couvre, aussi, le sac à dos – un kway respirant. - pour l'hiver ajouter: un coupe-vent – une paire de gants - un pull lourde en tissu polaire.

Chaussures: une paire de sandales légères également utiles pour la douche – une paire de chaussures de randonnée. –

Divers: – un chapeau – un foulard – lunettes de soleil – un briquet – une tasse en plastique – une pochette pour recueillir les objets précieux (à se rendre toujours derrière, même sous la douche) – un stylo – un carnet – un petit couteau - deux petites bouteilles en plastique pour l'eau – un torche – un appareil photo. –

Sanitaires: – une serviette - savon pour tous usages – dentifrice – brosse à dents – crème solaire - désinfectant – aiguille, fil, ciseaux et du ruban adhésif pour traiter les cloques - bandages - crème pour massage des muscles – antidiarrhéique – antiseptique - paracétamol – sachets en plastique pour les choses humide - plusieurs broches, une cordelette pour accrocher les vêtements lavés. –

Documents: – Credencial - Carte d'identité – carte de santé – carte de crédit.

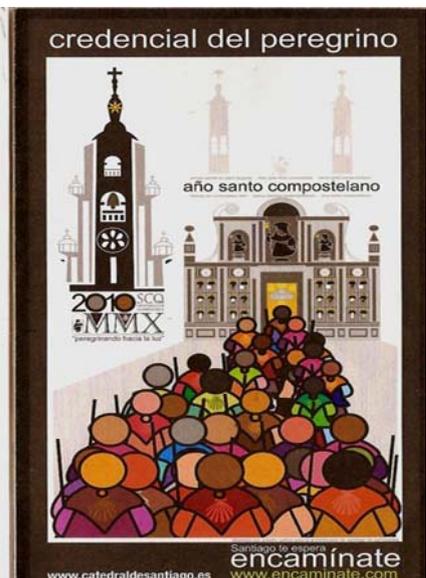
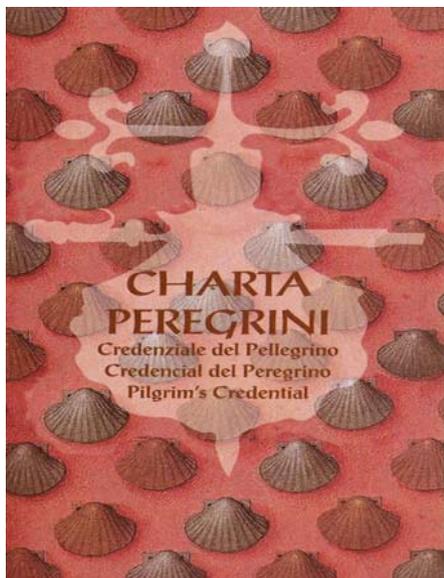
Bon Chemin...ultreya

La credencial



La credencial identifica le pèlerin, c'est le document qui atteste le pèlerinage vers un endroit de culte à pied en vélo ou à cheval. Il permettra d'accéder aux structures qui reçoivent les pèlerins et il permettra de recevoir au but du pèlerinage la Compostelle. La première partie est compilé «**au départ**» en insérant vos données personnelles: nom, prénom l'adresse, numéro du papier d'identité, endroit et date de début du chemin avec le sceau de la propre paroisse et la modalité du pèlerinage, à pied, en vélo ou à cheval. «**au arrivée**» La date et le sceau qui atteste qu' on est parvenu au but du pèlerinage. **La second partie** sert pour apposer les sceau et la date qui attestent le passage entre un hospitale et l'autre, les timbres valides doivent être apposés par organes officiels: police, mairie, pompiers, églises, et évidemment dans les hospitates où on stationne. La credencial peut être obtenue auprès des associations suivantes qui sont préposées à la distribution:

- www.viafrancigena.ue
- www.iubilantes.it
- www.confraternitadisantiago.it
- www.compostelle-paca-corse.info



la flèche jaune...



La flèche jaune sur le chemin de la “Via della Costa” est bidirectionnelle car elle indique deux destinations: Saint Jacques de Compostelle et de Rome.

La flèche jaune “...Je me suis perdu dans la sûreté, la simplicité, la fonctionnalité et la économicité d'une simple flèche jaune, prête à me guider pour 1000 et plus km. Je me suis senti chouchouté, cher, tous les jours je la cherchais et tous les jours je la trouvais; elle t'indique le chemin; tu tournes l'œil, tu la vois sur le sentier, sur une pierre, sur le poteau électrique parfois dans la splendeur de sa couleur, ou décolorée par le soleil, personne ne l'enlève, personne ne la touche, dans son statisme elle se remue avec toi, beaucoup de fois je l'ai perdue, mais je l'ai toujours retrouvée. Beaucoup de fois elle a été copine de solitude, plus je continuais dans mon chemin et elle devenait plus partie de mon pèlerinage, de mes journées, avec la force de me reporter dans un monde ancien des signes respecté de consultation facile mais d'efficacité extraordinaire et de sûreté. Dans l'année “0” la Comète a conduit les Rois Magi à trouver Jésus, dans le chaotique et technologique “2002» la Flèche jaune accompagne milliers de pèlerins à découvrir eux-mêmes et la conquête de Saint-Jacques. ...”

(...tu camino va a Santiago y tu... à donde vas? di Accob Retlav – 2003) Bon Chemin ...ultreya

(merci Walter!)

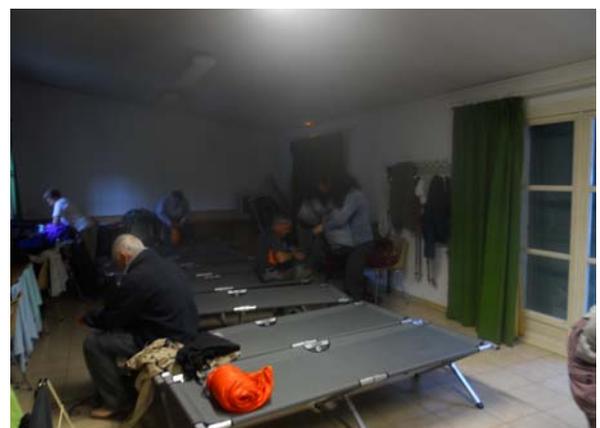
Hospitalité



Les hospitaes ne suivent pas un standard précis pour l'accueil, mais il s'agit de structures et locaux mises à disposition pour accueillir le pèlerin muni d'une credencial régulier. Ils peuvent être simples, mais propres et accueillants. La **VIA DELLA COSTA** offre un réseau d'accueils surtout religieuse.

- 1) Le logement est pour règle d'une seule nuit.
- 2) Le pèlerin ne exige pas, le pèlerin accepte avec gratitude, remerciant, et encore:
- 3) Respecte les règles de l'endroit qui le reçoit.
- 4) Laisse propre et en ordre.
- 5) Collabore aux activités communautaires pendant les moments conviviaux.
- 6) Laisse une trace de soi sur le livre de l'étape avec des pensées et commentaires.
- 7) Laisse une offre proportionnée pour aider l'hospitale a survivre
- 8) Sourire et la reconnaissance sont les attitudes d'un pèlerin.

Les points d'accueil sont énumérés en chaque étape. Bon chemin Ultreya



POINTS D'INTERÊT HISTORIQUE

«PONT SAINT LUDOVIC (Menton)-SARZANA»

ITINERAIRE SUR LES ANCIENNES VOIES MEDIEVALES LIGURES

BALZI ROSSI (Village dépendant de Vintimille)

C'est un très important site préhistorique avec son musée qui mérite une visite particulière. Dans les environs il y a la «**Plage des Œufs**», célèbre pour la forme ovoïde de ses pierres. **La Villa Hambury** avec son magnifique jardin traversé par les tracés des Voies Romaines. A l'entrée de Vintimille, la **Porta Canarda** du XVIème Siècle, avec ses bas-reliefs de 1514 est d'un grand intérêt.

VINTIMILLE

Cité Commerciale, touristique et balnéaire située à l'embouchure du fleuve Roja La ville médiévale est située sur des collines où se trouvent d'importants monuments: la **Cathédrale**, de style roman, avec son grand porche gothique a été transformée aux XII-XIIIèmes siècles en basilique. L'intérieur est grandiose, à trois nefs, avec une belle crypte ; le **baptistère** avec une vasque à immersion du XIIIème siècle présente des sculptures d'origine lombarde. L'**église romane de San Michele**, ancienne chapelle des comtes de Vintimille est un exemple de style roman-monastique; dans la crypte on peut voir des vestiges romains : des colonnes et deux bornes miliaires. Le Musée archéologique est situé dans le Fort de l'Annunziata. La ville romaine a des vestiges importants: le **Théâtre et un vaste ensemble d'habitations**.

BORDIGHERA

Elégante ville de la Riviera dei Fiori (Riviera des Fleurs) qui est divisée en deux parties: la vieille ville sur le Cap Ampollo et la ville nouvelle en plaine vers l'Ouest. Les monuments à retenir sont l'**église de San Ampelio**, patron de la ville, du XII-XIIIèmes siècles avec une crypte pré-romane. Sur la Via Romaine, le **Musée Bicknell**.

OSPEDALETTI

Centre climatique et balnéaire; d'après un vieux document de 1259 on fait remonter l'origine d'Ospedaletti aux chevaliers de Rhodes accueillant les malades sur le littoral, la guérison étant favorisée par la douceur du climat. Les chevaliers construisirent un hôpital (D'où le nom d'Ospedaletti) et à côté l'**église de San Erasmo du XIVème siècle**. Les autres monuments son l'**église paroissiale de Saint Giovanni Battista du XVIIème** et la **tour quadrangulaire de 1597**.

SAN REMO

Centre climatique, touristique et mondain de réputation internationale, siège épiscopal. D'origine romaine, nous pouvons voir les restes des vestiges dans le quartier de Pian di Poma. Devenu au Moyen-Age Castrum Sancti Romuli puis San Remo. La «**Pigna**» est le centre historique de la ville: à ses pieds se trouvent d'importants monuments. La **Basilique de San Siro**, du XIVème siècle, de style roman et gothique, le **Fort de Santa Tecla**, **Palais Borea-D'Olmo**, siège du Civico Museo Archeologico (Musée Communal d'Archéologie). Dans la ville nouvelle s'élève l'**église russe de San Basilio**.

POGGIO DI SAN REMO

Le village est en position panoramique à l'Est de San Remo, sur le Cap Verde. Dans l'agglomération, on peut voir une **tour quadrangulaire**, à moitié cachée par les maisons près de la petite église de **San Sebastiano**. Sur le Poggio est situé le **Sanctuaire della Madonna della Guardia**, érigé en 1671.

BUSSANA VECCHIA (Village dépendant de San Remo)

Le vieux village fut détruit par le tremblement de terre de 1887; seul subsiste le campanile; la population fut évacuée dans la vallée près du **Sanctuaire du Sacro Cuore**, devenant le village de Bussana Nuova; le vieux village fut restauré dans les années 1960 grâce à la présence d'artistes, surtout étrangers, qui l'ont repeuplé.

TAGGIA

Se situe dans la Vallée Argentina, à 4km de la côte. D'origine médiévale, il conserve d'importants monuments et est fier d'un centre historique non négligeable. A retenir le **couvent de San Domenico**, avec son église de 1460; avec, à l'intérieur, de **précieuses peintures de Ludovic Brea**, peintre du « Quattrocento » (XVème). Dans le couvent, centre culturel des XVI et XVIIèmes siècles, on peut admirer le cloître du « Quattrocento », le réfectoire et la salle capitulaire avec des fresques du Canavesio (1482). L'**église de Santa Maria del Canneto** du XIIème, de style roman est intéressante. Le **pont médiéval** sur le torrent Argentina est d'une importance remarquable.

CASTELLARO

Le nom vient du château érigé en vue de la défense du village, remonte à 1162. A retenir le **Sanctuaire de Lampedusa**, construit en 1619, après un vœu d'Andrea Anfosso, miraculeusement sauvé à Taggia après un voyage à l'île de Lampedusa à bord d'une embarcation dont la voile était ornée d'une image de la Vierge. Du parvis du Sanctuaire, on peut admirer un vaste panorama sur la Valle Argentina.

LINGUEGLIETTA (Village dépendant de Cipressa)

C'est une des cours les plus anciennes du marquisat de Turin (XIIème siècle): on peut encore voir les restes des fondations du château des Seigneurs della Lengueglia. Sur la place se trouve l'église paroissiale de Nostra Signora della Visitazione et, tout proche, l'oratoire de la Santissima Annunziata (Très Sainte Annonciation); à l'intérieur de l'oratoire, on peut voir la statue de la Madonna del Maragliano. L'**église fortifiée de San Pietro**, au bas du village, est d'un réel intérêt.

CIVEZZA

Centre d'origine médiévale, peut-être d'origine vénitienne au XIIème siècle. Pour renforcer cette hypothèse, l'**église paroissiale est dédiée à Saint Marc**. On trouve des traces des anciennes tours qui défendaient le bourg, la tour la mieux conservée étant la **Torre degli Svizzeri (La Tour des Suisses)**.

TORRAZZA (Village dépendant d'Imperia)

Le village s'étend sur les pentes d'une colline. Les monuments intéressants sont la **Tour circulaire** de guet du XIIème siècle, l'**église de San Gottardo** de 1574 et d'un grand intérêt, l'**église médiévale de San Giorgio**, consacrée en 1001, la plus ancienne de l'arrière pays de Porto Maurizio, le quartier Ouest d'Imperia.

CLAVI (Village dépendant d'Imperia)

Sur le torrent Prino s'incurve le beau **Pont médiéval du XIVème siècle**, et, à côté, la petite **chapelle de San Martino**.

CARAMAGNA (Village dépendant d'Imperia)

MONTEGRAZIE (Village dépendant d'Imperia)

Centre d'origine médiévale, vous apparaît le **Sanctuaire de Nostra Signora delle Grazie, du XVIème siècle**, le plus important monument médiéval de cette zone. D'architecture gothique tardive, elle est construite en pierres taillées. A l'intérieur on trouve d'importantes séries peintes du « quattrocento » de Tomasso et Matteu Biasacci da Busea (1483), de Gabriele della Colla de Finale (1498) et de Piniro Guida da Ranza (1450). A noter la grande importance de la série de fresques des Sept Péchés Capitaux sur le mur de droite. Dans le sanctuaire on peut, en outre, admirer une importante série peinte dédiée aux **miracles du Chemin de Santiago de Compostela** en particulier celle qui se réfère au «coq» de Santo Domingo de la Calzada, histoire de dévotion très populaire au temps de l'Europe médiévale. Dans l'église paroissiale on peut admirer un magnifique polyptyque de Carlo Braccesco (1478-1501).

BARCHETO (Village dépendant d'Imperia)

C'est un petit village entre Imperia et Oneglia où domine la **chapelle de San Giacomo** d'origine médiévale et restaurée à l'époque moderne. A côté, on note les restes d'un pont médiéval sur le fleuve Impero.

CASTELVECCHIO S. MARIA MAGGIORE (Village dépendant d'Imperia)

Sur la colline qui domine Oneglia se dresse l'église de **Santa Maria Maggiore** d'origine médiévale, dont l'architecture a évolué avec le temps jusqu'à l'aspect baroque actuel. C'est l'«église mère» de la vallée d'Oneglia. Elle conserve d'importants vestiges médiévaux de la construction originelle (Actuellement elle est baroque) avec les armoiries sculptées des Doria, seigneurs d'Oneglia. A l'intérieur se trouve un tableau de la Madonne très vénéré. Aux alentours on peut observer quelques ruines du château préexistant.

IMPERIA

Ville Chef-lieu de la Province, composée de deux quartiers: **Porto Maurizio**, la plus ancienne, compte entre ses monuments, le **Duomo, dédié à San Maurizio**, de 1781, néoclassique, l'église la plus grande de Ligurie, l'**Oratoire de San Pietro**, les **loggias du Couvent des Clarisses**, la **maison natale de Saint Leonardo de Porto Maurizio**, maintenant église avec un petit couvent annexé (A l'intérieur on peut visiter le musée dédié au saint patron de la ville qui fut un personnage clef dans l'histoire de l'Eglise du XVIIIème siècle : on lui doit l'élaboration et la diffusion de la Via Crucis –Chemin de Croix- dans la zone maritime, à Borgo Marina, on trouve la petite **église des Chevaliers de Malte** utilisée à l'origine comme hôpital -ce qui n'est plus le cas maintenant- et l'église néogothique Stella Maris avec, à l'intérieur, un précieux bas-relief de marbre du «quattrocento» dédié à Ste Anne).

Dans le quartier d'**Oneglia**, centre industriel, on peut voir la **Collegiale dédiée à San Giovanni Battista**, de 1742, le beau port avec ses porches anciens; le **Musée de l'Olive près de la Maison des Frères Carli** qui regroupe une importante quantité d'objets anciens liés à l'histoire de la culture de cette plante qui a donné à notre ville prestige et abondance ; la **Villa Grock où Villa Blanche**, demeure du célèbre clown suisse, le **Palais Doria**, où naquit l'Amiral Andréa Doria, et, sur la colline «delle Cascine», la belle **petite église de San Luca**, du XVIIIème siècle, de style baroque.

DIANO GORLERI (Village dépendant de Diano Marina)

DIANO SERRETA (Village dépendant de Diano Marina)

DIANO CALDERINA (Village dépendant de Diano Marina)

Village ligure typique, avec la belle église dédiée à **San Giacomo Maggiore (Saint Jacques le Majeur)**.

DIANO MARINA

C'est un important centre touristique qui fut reconstruit entièrement après le tremblement de terre du 23 février 1887; dans l'arrière pays se trouve le site de l'ancien **Lucus Bormano** et on peut voir les ruines de l'église mère de **San Siro, antérieure à l'an 1000 et le petit pont roman.**

SAN BARTOLOMEO AL MARE

Dans l'immédiat arrière pays est très vénéré le **Sanctuaire della Madonna Rovere**, fameux sanctuaire marial érigé dans le tardif moyen age et remanié aux XVII-XVIIIèmes siècles. Il a une façade néoclassique avec un porche de 1553 et, à l'intérieur, un précieux **Crucifix en bois et la statue en bois de la Madonna Miracolosa avec Jésus.**

CHIAPPA (Village dépendant de San Bartolomeo al Mare)

Faubourg de San Bartolomeo al Mare ; ici se trouve le **Miliarium, pierre miliaire romaine** qui donne la distance depuis Rome (553 milles).

CERVO

C'est un centre d'intérêt historique et artistique remarquable. Enrochée sur le promontoire se dresse l'**église de San Giovanni Battista** du XIXème siècle de style baroque tardif, dite aussi église des Corallini car elle fut construite grâce aux dons provenant de la pêche au corail. Sur la place du même nom, en été, a lieu un important festival de musique classique. A retenir le **château Clavesana, siège du musée ethnographique** et de plusieurs immeubles baroques dans le centre historique.

ANDORA

C'est un centre touristique à l'embouchure du torrent Merula. Sur la colline dominant les ruines du **Château médiéval** avec **la tour des Marquis de Clavesana**. Tout près est l'**église romano-gothique du XIVème siècle des Saints Giacomo e Filippo** qui rappelle dans ses plans de construction la cathédrale d'Albenga; dans les environs, une rare **fontaine médiévale** ; sur la berge du torrent Merula se dresse le vieux **pont roman** à dix arches, sur lequel passait l'antique via Julia Augusta; dans les environs, l'**église de San Giovanni du XVIème siècle.**

COLLA MICHERI (Village dépendant de Andora)

A 162 mètres au dessus de la mer, c'est un petit village ligure typique avec une belle vue sur le golfe d'Alassio et sur les montagnes de la Ligurie Occidentale. Dans la petite église **San Sebastiano** s'arrêta le pape Pie VII le 16 février 1814 à son retour de France.

ALASSIO

Centre balnéaire touristique de la Riviera occidentale s'étalant entre le Capo Santa Croce et le Capo Mele avec un large bord de mer sableux. Dans la partie orientale, dans Borgo Coscia, noter la vieille **torrione** (Grosse tour) construite pour se défendre contre les sarrasins. L'église paroissiale **Sant'Ambrogio**, baroque, avec un campanile de style roman, conserve un beau porche d'ardoise de facture renaissance. Le centre historique est caractéristique par ses fameux «carruggi» (Vieilles chaussées bordées de maisons) Ligures et, surplombant la mer, la petite église romane de **Santa Croce** offre une vue magnifique sur le golfe.

SOLVA (Village dépendant d'Alassio)

C'est un petit faubourg d'Alassio où on peut admirer la vieille église **Dell'Annunziata**, sanctuaire du début du XIII^{ème} siècle, agrandi en 1440; à l'intérieur, précieuses **fresques** représentant les péchés capitaux.

Voie Romaine VIA JULIA AUGUSTA

C'est un antique tronçon qui relie Albenga à Alassio au long duquel on rencontre, aux alentours d'Alassio, l'église de **Sant'Anna (Non consacrée)** puis les restes du **chemin pavé romain, des édifices romains, le pilier d'une tombe et d'un théâtre romains**. Le panorama sur le golfe et sur l'île Gallinara est magnifique : l'île est riche de par sa mémoire historique; elle fut l'antique siège d'une communauté monastique érémitique puis fut affectée, au VIII^{ème} siècle, aux Bénédictins.

ALBENGA

C'est le centre monumental le plus important de la Riviera du Ponant, siège épiscopal, d'origine romaine, il conserve d'importants monuments du Moyen Âge. Le **Baptistère** du VI^{ème} siècle est le principal monument paléochrétien de la Ligurie: il a une forme octogonale et conserve une précieuse mosaïque des VI-VII^{èmes} siècles. La **Cathédrale** des XII-XV^{èmes} siècles est un édifice roman plusieurs fois remanié ; l'intérieur est roman avec une voûte en berceau. On peut voir les vestiges de la cité romaine sur le fleuve Centa: l'**amphithéâtre romain** des III-IV siècles. À l'Est de la ville se trouve le **Sanctuaire N.S. du Pontelungo** et l'homonyme **pont médiéval** sur l'ancien lit du fleuve Centa.

CAMPOCHIESA (Village dépendant d'Albenga)

L'**église de San Giorgio**: édifice roman des XIII-XIV^{èmes} siècles conserve d'importantes fresques du XV^{ème} siècle desquelles se met en valeur la grande fresque du Jugement Dernier daté de 1446.

CERIALE

BORGHETTO SANTO SPIRITO

LOANO

Ville d'origine très ancienne, déjà habitée à l'ère romaine, elle était située sur le tracé de la Via Julia Augusta; on peut bien voir encore maintenant **trois ponts romains** qui permettaient de rejoindre Vado. Sont à visiter le centre historique et la Maison («Palazzo») Communale qui conservent un sol en mosaïque romaine du IV^{ème} siècle. Entre le centre et la colline del Carmelo se situe l'**église de San Agostino** érigée sur ordre des Doria ; sur la colline, en passant sur le troisième pont, s'élève le majestueux complexe du **Couvent du Monte Carmelo**, datant de 1603-1608 qui renferme les tombes des Doria jusqu'en 1793.

RANZI (Village dépendant de Pietra Ligure)

avec ses vieux lavoir.

PIETRA LIGURE

BORGO VEREZZI

L'église dédiée à la **Madonna del Buon Consiglio** s'élève sur un temple romain et se trouve dans le cimetière; du XIX^{ème} siècle, l'**église de San Pietro** s'élève sur les restes d'un ancien château des évêques d'Albenga. Les célèbres **Grottes Valdemino**, sont visitables et remontent à cinq cent cinquante mille ans.

VEREZZI (Village dépendant de Borgio Verezzi)

Village aux maisons sarrasines caractéristiques, célèbre pour le **festival de théâtre** qui se déroule sur la place San Agostino au mois de juillet. Dans la partie haute du village, se situent le **Sanctuaire de Santa Maria Maddalena** et l'**église de San Martino**.

FINALBORGO (Village dépendant de Finale Ligure)

La zone habitée conserve la muraille du XV^{ème} siècle et diverses belles architectures des XVI-XIX^{ème} siècle, une tour octogonale de la muraille d'enceinte a été transformée en campanile(XVI^{ème} siècle) de l'**église de San Baggio** dont l'intérieur est somptueux. Le **Couvent de Santa Catarina** est intéressant avec son cloître du XV^{ème} siècle; il contient le **Museo Civico** (Musée Communal). Au dessus du bourg, pittoresques sont les ruines du **Castel Gavone**.

VERZI (Village dépendant de Finale Ligure)

Dans le val Ponci, on marche sur la **Via Julia Augusta** avec ses cinq Ponts Romains, le **Pont delle Fate** étant le mieux conservé. Le tracé continue sur chemin empierré sur le plateau du **Parc naturel delle Manie**, une sorte de jardin botanique riche en fleurs et faune méditerranéenne, avec des grottes et une architecture rurale de typologie archaïque; à l'intérieur du parc, on rejoint la **Grotte dell'Arma** très intéressant pour ses trouvailles préhistoriques; dans les environs, s'élève l'**église de San Giacomo Maggiore (Saint Jacques le Majeur)**.

NOLI

Village ancien d'origine byzantine, Noli est, il faut le rappeler, à côté des quatre plus célèbres, une des libres et prospères républiques maritimes italiennes. Très intéressante est l'église de **San Paragorio** du XII^{ème} siècle avec, à l'intérieur, une cathèdre épiscopale, des fonts baptismaux, un crucifix en bois du XIII^{ème} siècle et des restes de fresques du « Quattrocento ». La **Cathédrale de San Pietro** conserve un riche trésor; à côté, **la Torre Toso, la maison Repetto** et, plus haut, le **château (Castello)**, complexe fortifié commencé au XII^{ème} siècle.

SPOTORNO

Petite cité balnéaire. Ses origines sont très anciennes, remontant à l'âge du bronze ; l'agglomération est dominée par le **château du XVII^{ème} siècle** et l'**église de la Santissima Annunziata** de 1692 avec, à l'intérieur, des œuvres précieuses. L'**îlot de Bergoggi** était déjà le phare du port de «Vada Sabatia», devenu aux V-VII^{ème} siècles le refuge du premier monachisme.

VADO

A l'entrée de Vado, se trouve la vieille **église de San Genesio**. Maintenant, cette ville est un port pétrolier et un centre industriel; dans le **musée municipal** sont conservées diverses pièces et monnaies de la ville romaine «Vada Sabadia».

ZINOLA (Village dépendant de Savona)

On peut voir le **pont médiéval à deux arches** très intéressant près de l'église dédiée au Santo Spirito (Saint Esprit).

SAVONA

Chef lieu de Province et Siège épiscopal, la ville occupe la plaine à l'embouchure du Letimbro et compte des édifices allant du moyen âge à l'époque baroque. A juste titre, elle a conquis le nom de «Ville des Papes»: la famille Della Rovere donna à l'Eglise trois pontifes: Sixte V et Jules II entre 1400 et 1500 et Pie VII. L'implantation la plus ancienne se trouve autour de la **Rocca del Priamar** fortifiée au XVIème siècle. Sont à visiter la **Cathédrale dell'Assunta avec le musée del Duomo** qui, entre autres œuvres contient un **Reliquaire de Saint Jacques de Compostelle** et la **Tour médiévale** qui se trouve sur le **Port**. A l'extérieur du centre de Savone, se trouve le **Sanctuaire de Notre Dame della Misericordia** du XVIIème siècle, édifié à la suite d'une apparition de la Vierge survenue en 1536: d'aspect «Renaissance» il est riche en œuvres d'art; il fut visité par le Pape Pie VII qui couronna la statue de la Vierge, après sa libération de la prison napoléonienne en 1814. A côté, on trouve le Musée avec des vêtements religieux et des œuvres d'art d'orfèvrerie.

ALBISOLA MARINA

C'est un centre important du travail de la céramique: un exemple en est le **bord de mer des artistes, Corso Bigliati**, qui se singularise par le travail de la céramique représentant, en grands tableaux, les œuvres polychromes des célèbres peintres et sculpteurs modernes Sassu, Capogrossi, Fontana...La petite ville est célèbre aussi par les belles villas du XIXème siècle, **Villa Durazzo-Faraggiana et Villa della Rovere-Gavotti** avec de beaux parcs et des intérieurs fastueux.

CELLE LIGURE

C'est une vieille cité qui s'étend dans une grande baie de la riviera entre collines et oliveraies, pinèdes et vignobles; c'est, maintenant, une importante station balnéaire. Visiter l'**église paroissiale de San Michele** avec son campanile médiéval, ses toiles et sculptures du XVIIème siècle, l'église **N. S. della Consolazione** avec son escalier monumental.

VARAZZE

Est reconnue comme station touristique estivale et hivernale par sa position privilégiée; ses principaux monuments sont l'**Eglise Collégiale de San Ambrogio** du XVIIème siècle avec son majestueux campanile romano-gothique à fenêtres trilobées, un tronçon de la muraille médiévale du XIIIème siècle qui inclut la façade de la première **église de San Ambrogio** du XIème siècle et l'église du «Quattrocento» de **San Domenico**.

COGOLETO

Centre industriel et localité balnéaire, elle s'étale dans une baie entre Pian d'Invrea et le Cap de San Martino; dans l'agglomération se trouvent deux tours médiévales. On retient l'église paroissiale de **Santa Maria Maggiore** du XIXème siècle avec un retable du XVIIIème.

ARENZANO

Cette ville est une cité jardin du fait de la verdure de ses bois de pins. Les monuments importants sont: l'église paroissiale des **Saints Nazario et Celso** du XIXème siècle, de forme elliptique, reconstruite selon la forme originale après les bombardements de la 2ème guerre mondiale ; elle conserve d'importantes œuvres de Luca Cambiaso. Dans la partie haute de la ville, s'élève le **Sanctuaire del Bambino di Praga** de 1908; c'est un lieu très vénéré en Ligurie avec sa précieuse crèche en céramique. La **Villa Pallavicini-Negrotto**, maintenant siège de la Mairie, avec son grand parc et la **Tour Sarrasine** du XVIème siècle, construite par les génois pour la défense contre les pirates barbaresques sont des édifices très intéressants.

VESIMA ALTA (localité dépendant de Gènes)

Développée autour d'un ancien couvent dont subsiste l'**église de San Pietro e Paulo** qui fut construite par les Padri Crucifero (Congrégation religieuse des Pères de la Croix) autour de 1155. Les réfections successives n'ont pas entamé la fascination de l'endroit. Dans les environs se trouvent le **Mulino** (Moulin) et la **Filanda** (Filature)

CREVARI (village dépendant de Gènes)

Genova VOLTRI

Se caractérise par ses fameux «caruggi» (*Rappel : mot ligure qui signifie «chaussée ancienne entre des habitations»*) qui permettent de traverser l'agglomération sans l'encombrement automobile. A Voltri on peut visiter la **Villa Galliera** avec un grand parc traversé par 18km d'avenues et qui abrite une faune apprivoisée et nourrie dont des cerfs, des daims, des chevreux des Alpes; à proximité du parc, les Suore Itinerante (Congrégation religieuse) proposent l'hospitalité aux pèlerins. Sur les pentes de Voltri, s'élève le **Sanctuaire de la Madonne delle Grazie (San Nicolò)** du IVème siècle et le Sanctuaire **Dell'Acqua Santa**, dans les environs surgit une source d'eau sulfureuse, considérée comme thérapeutique et miraculeuse; on rejoint le sanctuaire par la **Scala Santa** qui mène au sommet des marches, avec la représentation de **l'Ecce Homo**.

Genova PRA

L'origine du nom remonte à **Prata Vituriorum**, du nom de la population qui y résidait à l'époque romaine. Noter le grand intérêt de la **Pieve (Très ancienne église paroissiale) di N S Assunta di Palmaro** édifée avant l'an 1000. Pra est renommée pour son basilic DOP (Dénomination d'origine de cette plante aromatique génoise).

Genova PEGLI

Splendide petite ville renommée pour son climat doux, ses riches jardins et les luxueuses villas dont la plus célèbre est la **Villa Durazzo-Pallavicini**; le parc, un exemple original de jardin romantique, réalisation de l'architecte et scénographe Michele Canzio en 1840, offre la possibilité de parcourir un itinéraire suggestif entre des temples, des grottes, des petits lacs, des pagodes, dans un décor de végétation méditerranéenne mais aussi exotique. Dans la villa se trouve le **Musée Municipal Archéologique Ligure**. Tout aussi intéressante la **Villa Doria**, au milieu d'un parc de chênes verts et de pins où, en été, sont donnés des spectacles divers. C'est aussi le siège du **Musée Naval**.

Genova SESTRI PONENTE

La localité existait déjà à l'époque romaine, bien que l'agglomération était plus à l'intérieur; le centre historique actuel est développé autour de la grande basilique de **l'Assunta** du

XVIIIème siècle dans la via Sestri qui est la rue piétonnière la plus longue de Gènes. L'église de **San Giovanni Battista**, du VIIIème siècle est la maison paroissiale depuis 1132; l'église de la **Natività di Maria Santissima e San Nicola da Tolentino**, de 1647, se caractérise par son escalier d'accès. Le **Palazzo Fieschi**, maintenant siège de la circonscription et le palazzo **Sciallero Carbone** sont les édifices les plus importants du XVIIème siècle. A Sestri sont regroupés de très nombreux sites industriels qui sont la marque actuelle de Sestri.

Genova CORNIGLIANO

C'est un centre industriel d'origine très ancienne; il y a encore quelques décennies, Cornigliano était considérée comme une splendide localité de la Riviera, et même, Pétrarque la vanta comme un splendide lieu de villégiature. Toutes les familles nobles de Gènes et d'ailleurs rivalisaient de posséder un palais particulier dans cette localité et on peut encore maintenant admirer ces belles demeures. A Cornigliano se trouve l'église de **San Giacomo Apostolo (Saint Jacques)** au 3 Via Cervetto, tenue par les **Scolopi** (Congrégation religieuse).

Genova SAMPIERDARENA

Fait partie du «Grand Gènes» depuis 1926. Au cours des siècles, ce fut une forteresse puis un lieu de villégiature renommé des familles nobles génoises; maintenant c'est un centre industriel et touristique. Au cours du XVIIème siècle les remparts de défense furent rasés et à leur place furent construits de somptueux palais qui, encore aujourd'hui, constituent le patrimoine artistique le plus significatif de Sampierdarena. Le groupe le plus important est constitué de la **Villa Grimaldi, de la Villa Imperiale et de la Villa Spinola**, toutes attribuées à l'architecte Galeazzo Alessi; les façades et les intérieurs sont couverts de splendides fresques d'inspiration biblique, bucolique et mythologique. A l'extrémité orientale de Sampierdarena, au Capo Faro, splendide point de défense et d'observation, s'élève la célèbre **Lanterna**, symbole de la ville de Gènes. La construction remonte aux premières années du XIIIème siècle et on peut l'atteindre par un escalier de 375 marches.

GENOVA

Notre itinéraire se déroule dans les rues de la Gènes médiévale, qui est le siège du Cardinal. On rencontre la **Piazza (Place) Commenda où on peut admirer la Loggia dei Cavalieri Gerosalimitani (Loge des Chevaliers de Jérusalem)**, des XIIIème au XVIIème siècle (avec un ancien hôpital) et le complexe architectural de la **Chiesa di San Giovanni di Pré**, romano-gothique des XIII-XVèmes siècles avec un beau campanile pointu avec ses fenêtres trilobées; on traverse la Via Pré et on arrive à la **Porta dei Vacca**, arc ogival entre deux tours, faisant part des murs d'enceinte de la ville de 1156 à 1160. On entre dans la Via del Campo, caractérisée par la variété de ses très belles constructions, portails, bas-reliefs et oratoires dédiés à la **Madonna Regina Di Genova**. On traverse la Place Fossatello et la Rue du même nom pour arriver dans la via San Luca où, sur la gauche, on trouve la **Chiesa di San Siro** qui fut la première Cathédrale de Gènes; reconstruite entre 1586 et 1613, elle a une façade néoclassique (1821); à l'intérieur on trouve des décorations par des fresques et des marbres sculptés en bas reliefs des Carlone et des tableaux de l'autel des peintres du XVIIème siècle : c'est un bon exemple de baroque génois. Via San Luca est une des plus anciennes et des plus importantes artères de la vieille ville, embellie par les palais des nobles des XVème, XVIème et XVIIème siècles. A retenir l'**Eglise de San Luca** fondée en 1188, reconstruite en 1650 avec, à l'intérieur, des fresques de Domenica Piola. On arrive sur la Piazza Banchi sur laquelle on voit la **Loggia dei Mercanti** où Bourse des marchandises, du tardif XVIème siècle. On continue par la Via Canneto il Curto et ensuite par la Via San Lorenzo où on peut admirer la **Cathédrale dédiée à San Lorenzo**, consacrée en 1188 par le pape Gelasio II; la **Chapelle de San Giovanni Battista** (1450-65) et le **Musée du Trésor de San Lorenzo** sont très

intéressants à visiter. On poursuit (et on dépasse) le **Palazzo Ducale**, **l'église dei Gesuiti** et on sort par la **Porte San Andrea (Où Porta Suprana)** ouverte entre deux tours crénelées et qui faisait partie de la muraille d'enceinte de la cité médiévale dans les années 1155-1160. On continue par la Via XX Settembre, une des principales artères de la ville, flanquée du portique néogothique sur lequel est bâtie l'église romano-gothique de San Stefano datant de 960.

Genova QUARTO

Se singularise du fait du passage de l' **Ancienne Voie Romaine** du Quarto; à retenir l'église romane de **San Giovanni Battista** di Quarto, l'église de **Santa Maria della Castagna** qui est aussi d'époque romane et contient d'importants tableaux de Luca Cambiaso.

Genova SANT'ILARIO

C'est un quartier qui s'élève sur les flancs du Nervi qu'on rejoint par des routes étroites entre jardins potagers bordés de murs, caractéristiques, enfouies dans la nature avec de magnifiques panoramas sur le golfe de Gènes et sur le promontoire de Portofino. L'église paroissiale de **Sant'Ilario**, qui remonte à 1198 est intéressante; à l'intérieur se trouve un merveilleux **Crucifix du Maragliano**.

BOGLIASCO

C'est une petite agglomération située dans une baie à l'embouchure du torrent du même nom; c'est un bourg ligure caractéristique d'origine très ancienne comme le prouve le **pont romain** reconstruit au XIVème siècle.

PIEVE ALTA (Village dépendant de Pieve-Ligure)

C'est une localité d'origine très ancienne dont l'implantation se développa dans la **Pieve (Paroisse) di San Michele Arcangelo**. L'église paroissiale construite vers l'an 1000 a subi plusieurs restaurations au cours du temps; l'aspect moderne est le fruit d'une reconstruction du XIXème de style baroque sur les restes de la très ancienne église; à l'intérieur se trouve un **tableau du Baptême du Christ** daté de 1400. **L'oratoire de Sant'Antonio Abate**, construit dans les premières années du XVème siècle est un grand édifice qui contient, à l'intérieur, des Crucifix renommés en Ligurie.

SORI

Le village donne sur le **Golfe Paradiso** et a les caractéristiques des cités ligures. **Santa Margarita di Antiochia** est un édifice religieux de 1711 construite sur un temple religieux du XIIIème siècle; son **campanile** est considéré comme un des plus beaux de Ligurie.

RECCO

Cette ville fut endommagée lors de la 2ème guerre mondiale; elle fut presque entièrement détruite. Aujourd'hui, c'est une petite ville moderne, tout comme l'église paroissiale des Saints Giovanni Battista (Jean-Baptiste) et Giovanni Bono: c'est une reconstruction moderne des années 50. Recco est célèbre grâce au **water-polo** et pour sa **fougasse au fromage**.

CAMOGLI

Cité typique du bord de mer, centre touristique célèbre pour son petit port et pour ses hauts immeubles de couleurs bigarrées sur le bord de mer. Elle est aussi appelée la « Città dei

Mille Bianchi Velieri » («**Ville des Mille Voiliers blancs**») où la «**Gemma del Golfo Paradiso**» («**Pierre précieuse du Golf Paradiso**»). Le centre médiéval, avec ses typiques et très hautes maisons s'appuyant les unes sur les autres, les ruelles en montées, les escaliers et les porches, entoure le petit port. Centre de trafic maritime, son port est mentionné dès 1158; son activité maritime fut surtout importante entre 1700 et 1900. On peut admirer: le **Castello Dragone**, remontant au XIIIème siècle, plus tard réaménagé; il en reste une tour carrée et massive, où se trouve l'**Aquarium du Tirreno**. D'origine médiévale (XIIème siècle) mais, de même, refaite au cours des siècles, la Basilique de **Santa Maria Assunta**, dont la façade donne sur le port au dessous, s'élève sur ce qui était l'ancien emplacement de l'Isola (Ile) ; construite au XIIIème siècle, elle subit au cours du temps, de nombreuses modifications et agrandissements ; maintenant, la façade est néoclassique ; l'intérieur selon un plan de basilique, à trois nefs, conserve d'importantes toiles de peintres génois parmi lesquels Luca Cambiaso et Benedetto Castello. Dans le pittoresque petit port, se tient, chaque année, au mois de mai, l'originale **Sagra del Pesce (Fête du Poisson)**. L'**église San Rocco**, hameau, à 200m en mer, est un beau point de vue panoramique et est célèbre pour être le siège du **Prix de la Fidélité du Chien (Premio de la Fedelta del Cane)**, donné, chaque année, le 16 août, à l'animal qui s'est distingué pour avoir fait une bonne action.

SANTA MARGHERITA

C'est un élégant centre touristique dans le Golfe du Tigullio. Dans le centre artisanal, on note la fabrication de dentelle à tambour. Dans cette agréable localité on peut admirer la somptueuse **Villa Durazzo-Centurione du XVIème siècle**, riche en statues des XVIII et XIXèmes siècles et qui possède un vaste jardin face au golfe; Il faut visiter l'église baroque de **San Giacomo di Corte** avec ses précieuses fresques de Nicolo Barbino et la **Basilique de Santa Margherita di Antiochia**, patronne de la ville, qui contient de précieuses peintures de Castello, de Ferrari et de Carlone.

RAPALLO

Ville touristique importante; entre les monuments les plus importants, on retient la **Collegiata dei SS. Gervasio e Protasio**, d'origine très ancienne, contenant d'importantes peintures des XVI-XVIIèmes siècles des peintres Fiasella, Castello et Sarzana. A l'Est s'élève le **Castello** du XVIème siècle construit dans le but de se défendre contre les invasions barbaresques.

ZOAGLI

Centre de séjour de la riviera du levant, située dans le Golfe du Tigullio à l'embouchure de la vallée du torrent Semorile et dont les flancs apparaissent ponctués de maisons et de villas entre d'épaisses oliveraies. Tout en étant un centre touristique, il maintient sa physionomie maritime et artisanale: le tissage à la main du velours et de la soie tient une place importante. Dans l'agglomération, on retiendra l'**église paroissiale de San Martino**, construite en 1725, reconstruite après la 2ème guerre mondiale; elle contient, à l'intérieur, d'importantes peintures et deux statues de A.M. Marigliano, du XVIIIème siècle; à côté de la zone habitée, **deux tours de défense du XVIème siècle** rappellent le temps des invasions barbaresques et la **villa du chorégraphe Sem Benelli**, construite en 1912 se détache sur un éperon rocheux et se distingue par son architecture originale.

CHIAVARI

C'est une ville située à droite du fleuve Entella, siège épiscopal. La vieille ville de Borgolungo, qui tire son originalité de ses rues droites et de ses portiques, forme maintenant le quartier commercial. C'est aujourd'hui le centre industriel le plus important du Tigullio. La ville est riche de monuments, desquels on retient: le **Sanctuaire**

Cathédrale de Nostra Signora dell'orto (du jardin potager), datant du XVIIème siècle, refait au XIXème qui présente un beau pronaos (narthex) de style néoclassique. A l'intérieur le maître autel, de 1624, les toiles du XVIIème et une importante sculpture de A.M. Maragliano sont de grande valeur. Le **Palazzo Rocca**, avec son parc, sa bibliothèque et sa pinacothèque, est du XVIIème siècle, agrandi en 1760, est maintenant le siège du **Musée Archéologique** qui conserve les restes d'une nécropole romaine du VIIIème siècle AVJC. Sur la Place Nostra Signora dell'Orto se trouve le Musée Diocésain d'Art Sacré. Il faut souligner l'artisanat du meuble (Chaises de Chiavari) et le travail de la particulière dentelle de Macramé. Dans le village de Le Grazie, sur l'Aurelia, était vénéré, déjà au Moyen-Age, le **Sanctuaire de Nostra Signora delle Grazie**; réédifié au XVIème siècle, il contient, à l'intérieur, de remarquables **fresques** sur ses murs, dont le Jugement Dernier du Peintre Luca Cambiaso.

LAVAGNA

Est particulier par ses carrières d'ardoises, liées à la famille noble des Fieschi qui donna à l'Eglise, deux papes importants : Innocent IV et Adrien V ; Dante fait référence à ce dernier dans la Divine Comédie, Purgatoire, Chant XXIV, quand il décrit les alentours du fleuve Entella, défini par lui comme la « fiumana bella » (Belle multitude). Entre autres personnages illustres de Lavagna, on note Sainte Caterina Fieschi Adorno et de nombreux amiraux, condottières et savants. Les principaux monuments de la ville sont : la **basilique-collégiale de San Stefano**, construite sur une église préexistante remontant à 944, siècle paroissial du XIème siècle ; au flanc de l'église est situé le monumental cimetière qui, par ses sculptures funèbres est considéré comme un des plus précieux du territoire, et le **Pont médiéval** sur l'Entella, dit de la Maddalena, qui remonte à 1210 et fut conçu par Ugone Fieschi. Dans le hameau de Santa Giulia, l'église paroissiale de **Santa Giulia di Centaura** fut construite sur un édifice préexistant du XIIème siècle dédié initialement à **l'apôtre Jacques le Majeur**: le **parvis** est magnifique et le panorama sur le golfe, qu'on apprécie est incomparable.

CAVI (Village dépendant de Lavagna)

C'est un petit village de la commune de Lavagna qui est maintenant un important lieu touristique et balnéaire du littoral sablonneux. L'église de l'Immacolata Concezione date de 1557 et se caractérise par ses marbres travaillés. Avant de descendre sur Sestri Levante, sur la **Voie Romaine**, on peut voir les **ruines de Sant'Anna**, près desquelles on peut apprécier un magnifique panorama sur le golfe.

SESTRI LEVANTE

Station balnéaire renommée qui s'étend dans la plaine alluviale à l'embouchure du torrent Gromolo. On l'appelle la « Ville des deux Mers » du fait qu'elle fait face à deux golfes pittoresques: **La Baia delle Favole (Baie des Fées)** et **la Baia del Silenzio**, elle est dominée par un promontoire rocheux avec le très beau **Parc dell'Albergo dei Castelli**. Parmi les monuments les plus importants nous retiendrons: l'église de **San Nicolo** située sur le promontoire dit de « l'isola » du XIIIème siècle puis remaniée au cours des siècles successifs: ce fut la première paroisse de Sestri. La remonte au XVIIIème siècle et se caractérise par un pronaos (narthex) néoclassique; à l'intérieur, admirable Pieta de bois de A.M.Maragliano. Dans le Parc dei Castelli, on peut voir la «**Torretta**» où **Guglielmo Marconi** fit ses expériences de radiophonie avec les ondes très courtes. Du XVIIème siècle, l'**église paroissiale de Santa Maria di Nazareth**, de style baroque avec ses belles peintures de peintres génois (Tavarone, Castello, De Ferrari, Sarzana) et le **pont médiéval**. Sestri est célèbre pour le **Prix Andersen** pour les fables, qui se déroule en juin.

RIVA TRIGOSO (Village dépendant de Sestri Levante)

C'est un centre important de chantiers navals, doté d'une grande plage de sable. A retenir l'église San Pietro décorée par une mosaïque de marbre sur le parvis.

MONEGLIA

C'est un centre touristique situé dans le golfe entre la Pointe de Moneglia et la Pointe Rospo. Il fait face à une petite plage sablonneuse et est entouré de potagers et de jardins. D'origine romaine, ce fut un centre important sur la Via Aurelia. C'est la patrie de Luca Cambiosi et du poète mélodramatique Felice Romani (1789-1869). A l'Est de la ville on peut voir les **ruines du Château de Villafranca**, érigé en 1173. A l'Ouest, le **Château de Monleone**, gravement endommagé, a été restructuré et est devenu résidence privée. Parmi les monuments, retenons l'**église paroissiale de Santa Croce**, ancienne église paroissiale médiévale, reconstruite en 1894 en style baroque. Plus importante sur le plan artistique, l'**église de San Giorgio**, du XVème siècle mais restructurée au XIXème. Manifestation importante: le Prix littéraire appelé Prix Felice Romani.

LEMEGLIO (Village dépendant Moneglia)

DEIVA MARINA

Le village s'élève sur la rive du torrent Deiva dominant la grande plage. Lors des XV et XVIèmes siècles, les habitants des hameaux Mezzema et Passano s'installèrent sur l'emplacement où se développa l'actuelle Deiva. Il persiste, du XVIème siècle, une **Tour carrée** et les ruines d'une autre tour circulaire près de la mer. Les ruines du **Château a Passano**, qui appartiennent aux feudataires Da Passano, seigneurs du lieu, sont importantes. L'**église paroissiale de Sant'Antonio Abate** est baroque, provenant d'une construction du XVème siècle. Plus ancienne est la **petite église dell'Assunta**, d'origine lombarde et plusieurs fois remaniée.

FRAMURA

Se situe à mi-pente dans une luxuriante végétation méditerranéenne. Framura se compose de plusieurs hameaux et se trouve dans une des nombreuses baies et petitesanses typiques de la côte découpée de la Riviera du Levant. **Le Scoglio (Ecueil) di Cimìa** est particulier et unique : il protège le petit port et est à son sommet est érigée la statue de la Vierge. Il appartient à la zone protégée des Cinque Terre. Ancien «pagus» romain, au Moyen-Age, Framura appartient à l'Abbaye de San Colombano. Une **Tour quadrangulaire carolingienne** du Xème siècle est parmi les plus rares monuments de la côte: elle eût une fonction primordiale de défense contre les incursions sarrasines; elle sert maintenant de campanile à l'ancienne paroisse de Framura. L'**église de San Martino**, paroisse actuelle de Framura date du XIIème siècle mais a été remaniée au cours des siècles suivants; elle conserve une vasque baptismale ancienne en porphyre rouge et une toile du XVIIème siècle, attribuée à Bernardo Strozzi. A Anzo, une **tour carrée** massive du XVIIème siècle est en bon état de conservation.

BONASSOLA

Est située dans une petite anse protégée par des collines qui l'entourent et sont plantées de pinèdes et d'oliveraies et est célèbre pour ses précieux marbres rouges extraits des carrières qui se situent sur son territoire. Bourg romain du bord de mer, il date de l'ère romaine tardive; il fit, comme les autres villages limitrophes, lors du Moyen Age, partie de la Seigneurie des Da Passano qui le céda à Gènes en 1132. Pour la défense contre les fréquentes incursions des pirates au XVIème siècle fut construit un château et fut constituée la Compagnia di Bonassola, société de Secours Mutuel pour le rachat des

esclaves. Il en demeure encore quelques ruines. A noter l'église paroissiale de **Santa Caterina d'Alessandria** du XVIIème siècle qui contient des œuvres précieuses de peintres et sculpteurs ligures.

LEVANTO

Centre touristique et balnéaire il se situe à l'embouchure du torrent Chiavaro et est protégé par un grand amphithéâtre collinaire sur lequel s'élèvent de nombreux hameaux épars. L'antique Cerula (où Ceula) est citée pour la première fois en 1164, année au cours de laquelle, le Barberousse confirme son appartenance aux Malaspina qui en avaient fait une base navale. A l'époque médiévale, Levanto devient un centre d'activité commerciale approvisionné par plusieurs voies de communication terrestre dont la Via Francigena et de communications maritimes. La petite ville conserve d'importants monuments: l'**église paroissiale de Sant'Andrea** du XIVème siècle complétée au XVIème se présente sous forme de basilique à trois nefs. La façade striée alternativement de blanc et de vert sombre présente un beau portail à fenêtres jumelées (plus récente est l'adjonction de la rosace) et est couronnée d'une décoration d'archets. La structure d'origine est présente dans la partie centrale interne. L'édifice conserve deux toiles de Carlo Braccresco de 1495. Du XIIIème siècle remonte aussi la **Loggia Medievale**, érigée en 1265 qui conserve des colonnes romanes à chapiteaux et la **Casa Restani**, construction à portique et percée d'élégantes fenêtres trilobées et quadrilobées. Le **Castello San Giorgio**, à créneaux est une restauration du XVIème siècle; il reste quelques traces de la muraille médiévale du bourg et la Torre dell' Orologio. A noter le **Museo Permanente della Cultura Materiale** situé dans l'ancienne église d'une Confraternité . Il faut aussi retenir l'église dédiée à **Saint Jacques (San Giacomo) et à sa Confraternité**.

FONTONA (Village dépendant de Levanto)

Dans les bois, la belle petite église della **Madonna del Soccorso**

[LA ROUTE DES SANCTUAIRES](#)

NOSTRA SIGNORA DI SOVIORE

Elle s'élève sur la commune de Monterosso et se situe dans le **Parc National des Cinque Terre**. C'est un sanctuaire marial très ancien, cité pour la première fois en 1244. Il a toujours été un lieu d'accueil de pèlerins. Outre l'accueil de l'Eglise, il y a une hôtellerie pour l'accueil. A l'intérieur du Sanctuaire on peut vénérer la sainte représentation de la Vierge portant sur ses genoux le Christ **mort**.

NOSTRA SIGNORA DI REGGIO

S'élève sur le territoire de Vernazza et remonte à l'époque romaine; elle se situe après Vernazza à laquelle elle est reliée par un sentier pavé de 2km environ le long duquel se déroulent les stations du **Chemin de Croix**. A l'intérieur, on trouve une **Vierge Noire avec l'Enfant Jésus**.

SAN BERNARDINO

S'élève sur la commune de Vernazza; le **Sanctuaire** est très simple et surplombe Corniglia.

VOLAstra

C'est un village de Riomaggiore, bourg ancien, sa fondation pourrait dater de l'époque étrusque. Sur son territoire se pratique la culture des vignes sur restanques typiques ligures en pierres sèches qui fournissent le vin de pays Sciactrà. Dans le village on trouve le

Sanctuaire de Nostra Signora della Salute, de style roman, remontant au XIIIème siècle.

CARPENA (Village dépendant de Ricco del Golfo)

Ce village fait partie de Ricco del Golfo di Spezia. Le petit bourg est déjà mentionné au XIIIème siècle ; il fut un des bourgs les plus importants du Moyen Age du fait de sa position stratégique. On peut voir encore aujourd'hui les restes des anciennes fortifications.

CASTE' (Village dépendant de Ricco del Golfo)

LA FOCE (localité dépendant de La Spezia)

MARINASCO (Village dépendant de La Spezia)

L'église de **San Stefano di Marinasco** est du XIVème siècle, de style gothique cistercien. En face de l'église historique s'élève le monastère bénédictin de Santa Maria del Mare. Vue magnifique sur le **Golfo dei Poeti**.

SARBIA (Village dépendant de La Spezia)

VALERIANO (Village dépendant de Vezzano Ligure)

MADONNA DI BUONVIAGGIO (localité dépendant de La Spezia)

MONTE (localité dépendant de)

TERMO DI LA SPEZIA

ARCOLA

C'est un centre agricole et industriel de la Vallée de Magra situé à l'Est de La Spezia sur une colline d'où on domine la plaine. A côté de l'agriculture (Olives, vignes, fruits) s'est développé le secteur industriel avec de nombreux établissements situés dans la partie basse de la ville. L'urbanisation, avec ses vieilles maisons, de type ligure, de structure elliptique en cercles concentriques conserve la haute tour pentagonale du **château des Obertenghi**, édifié au XIème siècle. A côté se trouve l'Hôtel de Ville construit en style gothique en 1884. L'église paroissiale de **San Nicolo** du XVIIème siècle, puis remanié à l'époque baroque a inclus une chapelle préexistante du XIème siècle contenant un polyptyque en marbre de 1503 et plusieurs toiles du XVIIème siècle.

SARZANA

Laborieuse et ancienne ville, est siège épiscopal, située à l'extrémité orientale de la fertile plaine alluvionnaire du cours du Magra, elle est étendue à l'Est aux pieds de l'ancienne forteresse du Sarzanello. D'origine très ancienne (Des vestiges de l'âge de bronze ont été trouvés sur son territoire), son château est mentionné en 963, sur un document de l'empereur Otton 1er, alors que le bourg est cité dans quelques documents de 985. Le noyau urbanisé se développa du fait de sa position au carrefour des Voies Aurelia et Francigena. Les institutions communales, datant de 1124, furent confirmées par Barberousse en 1163; l'empereur, cependant, soumit la cité à la juridiction des évêques de Luni. Sarzana est la patrie de naissance de Tomaso Parentucelli, devenu le Pape Niccolo V de 1447 à 1455; du peintre Domenico Fiasella, dit « Il Sarzana » (1589-1669) et du botaniste Antonio Bertoloni (1765-1869). La ville est riche de monuments notables retenons l'église de **Sant'Andrea** dans la partie la plus ancienne de la ville, église paroissiale romane, reconstruite au XVème siècle avec son intérieur de style baroque. Sur les fondations de l'ancienne église paroissiale

de San Basilio a été élevée entre 1204 et 1474 la Cathédrale de **Santa Maria Assunta**. A l'intérieur, en croix latine, l'église possède de précieuses œuvres : les polyptyques de L. Riccomanni représentant « Le Couronnement » de 1432 et la « Purification » de 1463, et la fameuse Croix de Maître Guglielmo, œuvre d'un artiste inconnu toscan de 1138, peinte sur toile et collée sur bois et de nombreuses toiles des XVIII et XIXèmes siècles. Sur la très simple façade de marbre agrandie au XIXème siècle s'insère un profond portail surmonté d'une rosace ogivale. La citadelle fortifiée date de 1488 : elle fut construite sous Laurent le Magnifique sur les ruines d'anciens bastions du XIVème siècle et agrandie au XVIIème siècle par l'adjonction de murs défensifs et de grosses tours. **La forteresse de Sarzanello**, sur une colline au Nord de la ville, déjà occupée par le «**Castrum Sarzanae**» du XIème siècle fut décidée par Castruccio Castracani et remonte au XVème siècle. Subsiste le donjon et trois grosses tours cylindriques angulaires, magnifique exemple d'architecture médiévale tardive. Entre les autres nobles édifices retenons les palais **Massa-Neri, Magni Griffi-La Motte, Picedi-Benedettini, Remedi et la maison Bonaparte**. La ville est devenue le site traditionnel de boutiques d'artisans pour l'élaboration et la restauration du bois et du fer forgé et un centre d'exposition et de vente d'antiquités de prix. Entre les manifestations principales, retenons: «**La Mostra Mercato Nazionale di Antiquariato**» («**Exposition-vente nationale d'antiquités**») qui se déroule en août; la «**Soffita sulla strada**» (**Marché aux puces**).

PONTE SAN LUDOVICO - SANREMO



SAN REMO - TORRAZZA



1^{ère} étape: Menton (Pont Saint Ludovic-San Remo)-27km-6,45 heures-Peu de difficultés

Passée la frontière au Pont Saint Ludovic, pour éviter le premier tunnel, on longe la mer en suivant le premier tronçon de « Via romana » de l'ouest ligure. Sur ce bref tronçon sont concentrés d'importants témoignages de la préhistoire et des ressources naturelles au *Musée Archéologique de Balzi Rossi* (Horaires 8h30-19h30 ; fermé le lundi) avec la grotte où habitèrent les premiers ligures et la plage « des œufs ». Dépassé ce tronçon, en partie empierré, on rejoint, en traversant un petit escalier métallique, la via Aurelia qu'on parcourt, en dépassant deux autres tunnels. Juste après, on tourne à gauche par un autre escalier en fer, ouvrant le petit portail de la clôture, et on suit l'antique via romaine Julia Augusta tout au long de laquelle on peut apercevoir de magnifiques villas entourées de splendides jardins. Tournant sur la route carrossable, on rejoint *Vintimille* où on peut admirer à gauche, en hauteur, la vieille *Porta Camarda* et plus loin, le *Musée Archéologique G. Rossi* situé dans le Fort de l'Annunziata ; dépassé le Fort, on traverse la route et on entre dans la vieille ville, passant par la porte de la muraille. On suit la via Garibaldi pour arriver à la *Cathédrale de Santa Maria Assunta* des XII et XIII^{èmes} siècles où on voit le *Baptistère et l'Eglise Romane de San Michele*. On poursuit, traversant la place San Giovanni Battista, on descend l'escalier du même nom, on traverse la route descendant sur la digue du Roia en traversant la passerelle pour piétons. On poursuit sur la piazza della Libertà, la via della Repubblica, on tourne à droite dans la via Cavour puis le corso Genova. Arrivé au passage au dessus de la voie ferrée, on peut admirer sur la gauche le beau *Théâtre Romain* et sur la droite le musée archéologique et les ruines de la vieille ville romaine. On poursuit et on dépasse le pont puis on tourne à gauche ; longeant le Nervia, on prend la via XXV Aprile et on emprunte la « via romana » qui permet de dépasser *Camporosso, Vallecrosia* (à l'entrée de la via Cagliari, en infléchissant sur la droite, on rejoint le Séminaire, pour l'hospitalité) et *Bordighera*. A Bordighera, on peut visiter l'important Musée Bibliothèque Bicknell, siège de l'Istituto Internazionale di Studi Liguri (Institut International des Etudes Ligures) ; on rejoint le Municipio (Mairie), on tourne à gauche par l'escalier on rejoint la Spianata del Capo (Esplanade) où se trouve un grand ficus ; on poursuit sur la via C. Garnier et on rejoint la via Aurelia qu'on suit jusqu'au tunnel, tournant sur la droite par le Portico della Punta. Reprenant la via Aurelia, on rejoint *Ospedaletti* en suivant le trottoir. On fait remonter l'origine d'Ospedaletti aux Chevaliers de Rhodes qui recueillaient les malades sur le littoral et les guérissaient grâce à la douceur du climat. Les Chevaliers qui construisent un hôpital et lui donnèrent le nom d'« Ospedaletti » par un document de 1259. On traverse le vieux village en longeant la mer sur la via XX Settembre, remontant sur la via Cavallieri di Malta, on reprend la Via Aurelia et on arrive à *San Remo* au lieu-dit Pian di Poma. On prend, en descente à droite au N° 123, la route qui conduit à l'entrée de l'ex-voie ferrée (en passant une chaîne qui empêche l'accès des voitures), on dépasse l'antique villa romaine et on rejoint le centre de San Remo, qui correspond à l'église Russe donc toujours à travers les « carruggi » (Rues médiévales très caractéristiques en Ligurie, bordées de maisons dans les vieux villages et les villes anciennes) on rejoint la vieille *Cathédrale de San Siro*. On poursuit par la via Palazzo, la piazza Colombo, le corso Garibaldi et le rond Point Garibaldi

Hospitalité :

Mentone: **Soeurs travailleuses Missionnaires 6 Rue du Louvre** - nécessité de prévenir par avance tel. 0033(0)493357551 - ½ pension 39€ - credencial obligatoire.

Bordighera: **Seminario Vescovile**, Don Remo Carosi 143 via Aurelia, tel. (0039) 0184295261- possibilité de passer la nuit de septembre à mai, ; nécessité de prévenir par avance pour les groupes ; douches ; Prix à préciser - **Villa Garnier** , 11 via Garnier ; Suore di San Giuseppe (Soeurs de Saint Joseph) ; tel (0039) 0184261833 ; repas et couchage disponibles ; prévenir d'avance ; participation financière libre.

San Remo: Parrocchia di San Rocco via San Rocco,14 Sanremo Don Colombi tel. (0039)0184662248 cell. (0039)3355311772 être équipé d'un sac de couchage et dormiben, prévenir d'avance; participation financière obligatoire.

Distances à partir du Pont Saint Ludovic

Ventimiglia	km	8,00
Bordighera	km	7,00
Ospedaletti	km	5,00
Sanremo	km	7,00
totale km		27.00



2ème étape: San Remo - Torrazza 33km – 8,15 heures - Difficulté moyenne

On part du rond point Garibaldi et on tourne à droite dans la via Fiume pour rejoindre le tracé de l'ex-voie ferrée; on tourne à gauche rejoignant, au hameau San Martino, la via Aurelia qu'on traverse et on entre dans un étroit chemin creux, entre champs cultivés et jardins dans Mulattiera del Poggio par une montée cimentée qui conduit au hameau Poggio di San Remo, avec une vue panoramique sur la côte de San Remo et la Côte d'Azur. On monte dans le centre du vieux village où on peut trouver, près des jardins publics, des toilettes, de l'eau potable, une pharmacie et des alimentations. A droite des jardins descend, en pente raide, une route goudronnée qui mène à la *Valle Armea*. On traverse le pont sur le torrent et on poursuit en montée pour rejoindre le hangar à matériel Borea; celui-ci dépassé, juste après, on tourne à droite sur un terrain en remblais puis, tout près, on tourne à gauche sur un sentier mal signalé en montée pour arriver à *Bussana Vecchia*. On traverse le vieux village caractéristique pour avoir subi un tremblement de terre, maintenant habité par des artistes et, de l'autre côté, sur le chemin muletier Oliveto on descend et on tourne à droite pour rejoindre le lieu-dit Castelleti à côté d'un immeuble abandonné. On poursuit en descente sur un sentier jusqu'à sa rencontre avec une route cimentée, entre les serres pour rejoindre la bretelle vers l'autoroute. On traverse la route et on tourne à gauche, en montant sur à peu près 200m. Avant une station d'essence, on prend à droite une route goudronnée en descente qui amène à la via Periane, on rejoint le centre commercial, on tourne à gauche sur la voie carrossable et, arrivés au rond point, on la laisse sur la gauche en prenant en montée la route goudronnée ; après 200m sur la gauche, on monte un chemin creux caillouteux pour rejoindre, à *Taggia*, le *Monumental Couvent de Saint Dominique* où on peut admirer les précieuses peintures de Ludovico Brea et du Canavese. Passée la porte S. Dalmazzo et à travers les « carruggi » (chaussée ancienne dans une vieille ville) on entre dans le Centre Ville historique, riche de monuments artistiques avec une profonde signification historique et religieuse, avec ses remarquables portiques d'ardoise. Arrivés au Couvent des Capucins (Hospitalité) on poursuit et à la première descente Campo Marzio, on tourne à droite, on dépasse la piazza IV Novembre, la Via Anfossi et on poursuit sur le *Pont Médiéval* de Taggia à 16 arches. Après le pont, on tourne à droite puis à gauche sur la route de Castellaro. A droite, une rapide montée fait dépasser le pont de l'autoroute et on prend l'escalier de la via Lampedusa et par des « carruggi » on arrive à *Castellaro* (Hospitalité) ; sur la voie carrossable tourner à droite en descente (Pour visiter le Sanctuaire de Lampedusa il faut tourner à gauche). Sortis du village, on prend la route intercommunale à gauche ; après 2km tourner franchement à gauche en montée sur la route cimentée et rejoindre la petite église de *San Bernardo* au dessus des maisons de *Pompeiano*. On monte à gauche sur la piste principale qui conduit à la côte 481 du sommet de Monte Negro, un peu cimentée et un peu empierrée dans un beau bois de maquis méditerranéen. Maintenant arrivés près de *Lingueglietta*, toujours dans la pinède, on laisse à gauche le sentier pierreux, tournant à gauche par un sentier, d'abord peu visible mais signalé en descente entre des jardins potagers, devenant ensuite pavé de cailloux qui rejoint la route goudronnée menant au village. Le vieux village est riche d'histoire, méritant la visite de l'*église forteresse de San Pietro*. Tout de suite après le bel oratoire au centre du village, on tourne à gauche en descente par une voie de servitudes entre des propriétés, maintenant goudronnée, au milieu des oliviers. Après un long parcours on rencontre un groupe de maisons puis on tourne à gauche sur une route privée mais autorisée; au fond, on dépasse une chaîne et on arrive sur la route provinciale par Pietrabruna; on traverse et on descend jusqu'à rejoindre le torrent San Lorenzo au hameau Mulino Dolca. Après avoir franchi le pont, juste après on prend un sentier empierré sur la droite en montée raide, puis une piste entre les oliviers; on continue en montée sur un sentier pavé et on arrive à une petite église rupestre avec un portique ; on tourne à gauche et on traverse la route provinciale pour reprendre le sentier qui arrive à nouveau sur la route provinciale au début du village de *Civezza* (Hospitalité) qui s'étire sur le sommet en position dominante, puis on prend la route qui longe le village ; arrivés à la petite église *della Madonna delle Grazie*, on suit le sentier empierré en

direction de Torazza en descente entre cultures et oliveraies. En entrant dans le village, admirer la tour sarrasine et le beau village, la place San Giovanni, la via Mons. Bracco où il y a une alimentation et une fontaine d'eau potable. On suit un sentier pavé qui côtoie le cimetière et arrive sur le parvis de l'église romane de San Giorgio (Hospitalité)

Hospitalité

Taggia: Convento dei Capucini, Via San Francesco; possibilité les vendredi, samedi et dimanche. Téléphoner a Mr. Sarubbi Giovanni, mobil (0039)3409124760, sac de couchage présent 10€

Castellaro: Ex école A. Minoia , route de Lampedusa ; référent: Don Molineris Tel (0039)3406107675. Prévenir d'avance obligatoirement toute l'année. 10 lits

Civezza: Eglise Paroissiale de San Marco; référent Mr. Pino, mobil (0039)3281462633 participation libre

Torazza: Canonica San Giorgio; référent Padre Giorgiomaria Michero; tel. (0039) 0183780005 aux heures des repas.

Montegrazie(Imperia) Sanctuaire de Montegrazie référent Pere Valter Arrigoni tel. +039018369305 mobil +0393483318188 valter.arrigoni@gmail.com prévenir d'avance obligatoirement.

Imperia Porto Maurizio à 3km de Torazza: Monastère Santa Chiara, 9 via Santa Chiara; tel. (0039)018362762; douche chaude, usage de la cuisine, disponible toute l'année avec préavis, participation libre. **Pension San Giuseppe**; 114 Piazza Mazzini; tel. (0039)018361457

Distances à partir de San Remo

Poggi	km 4,70
Bussana Vecchia	km 3,00
Taggia	km 4,40
Castellano	km 2,00
Lingueglietta	km 9,80
Civezza	km 5,60
Torrazza	km 3,50
totale km	33,00





3^{ème} étape : Torrazza-Andora 32km - 8 heures - Difficulté moyenne-haute

Dépassée l'agglomération de *Torrazza*, aux abords de l'église San Giorgio, on traverse la route provinciale, on prend la Via Fontana et par un ancien chemin piétonnier, on arrive au *Pont di San Martino* (pont médiéval) à Clavi, où on peut admirer la petite église dédiée au saint, restaurée grâce au FAI; on poursuit sur 200m, remontant la strada Coppi Rossi qui arrive à un sommet. On tourne à droite sur le goudron et, tout de suite après, sur la gauche en descendant sur un sentier pavé qui arrive à la route provinciale qu'on traverse. Le sentier continue entre les champs cultivés; on passe à gué la rivière Caramagna (En cas de problème, passer au Sud sur le pont provincial), arrivant à *Caramagna*. On traverse le joli village ancien, on tourne à droite pour rejoindre la route provinciale; on tourne encore à droite après un pont et, tout de suite après, à gauche par la via Cioza goudronnée. Dépassée la via Cioza, on rencontre une bifurcation: on prend à gauche une piste qui, en montée entre les oliveraies, rejoint l'intéressant Sanctuaire di Montegrazie: c'est le monument du tardif moyen-âge le plus important de la région, avec, à l'intérieur, des fresques du XVI^{ème} siècle, entr'autres dédiées aux miracles de Saint Jacques de Compostelle (Chapelle latérale). On reprend la route en montée passant à côté du restaurant et on continue sur la route goudronnée entre les fermes; à la bifurcation, prendre à droite et poursuivre sur le faux-plat entre les oliveraies, en profitant de la vue magnifique, jusqu'au Col dei Bardellini tout près de la propriété agricole du même nom; ici, on tourne à gauche en descente suivant un chemin muletier pavé puis cimenté qui arrive à la route goudronnée de Fontanarosa. Au carrefour, on tourne à gauche en descente rejoignant la route carrossable par *Santa Agata*. Tourner à droite et, tout de suite après, prendre à gauche, en descente, la strada dei Francesi; tout de suite après, prendre le sentier qui va à *Barcheto*. Au N° 20 de la via Calvi (une petite déviation à droite permet de rejoindre l'*Oratorio di San Giacomo* « *Oratoire Saint Jacques* »). On poursuit en descendant sur la digue du torrent Impero, on traverse le pont carrossable (avec, à gauche, les restes du vieux pont médiéval et en haut, l'imposant *Sanctuaire de Santa Maria Maggiore*, paroisse primitive de la Vallée d'Oneglia). On tourne à droite, on passe sous le nouveau pont de chemin de fer, on tourne à gauche puis à droite et on arrive à la parrocchia Sacra Famiglia (Hospitalité). On tourne à droite par la via Vecchia Piemonte, puis à gauche par la via A. Poliziano ; on traverse la via Garessio, on entre dans la voie piétonnière Ugo Foscolo; on traverse la via XXV Aprile. On dépasse le terrain de sport, la via Costamagna, on tourne à gauche dans la via Gozzano puis on prend à droite l'escalier jusqu'à la via F. Roncati Carli rejoignant la *petite église de San Luca*. On prend à droite en légère montée jusqu'à la bifurcation avec la strada Savoia. On tourne à gauche et on va jusqu'à la Villa Margherita, devant un portail vert N° 24, prendre le sentier en face, en descente qui coupe l'angle du cimetière; on tourne à droite sur le goudron pour descendre à *Diano Gorleri*; arrivés sur la route provinciale, on poursuit vers *Diano Serreta*. On passe derrière l'église Sant'Anna; par des petites routes, on rejoint et on dépasse le cimetière. Juste après, on tourne à gauche sur un sentier (raccourci) évitant plusieurs tournants de la route carrossable. On la laisse un peu après pour prendre sur la gauche la route du cimetière de *Diano Calderina* qui rejoint la belle église de San Giacomo (Saint Jacques) (Hospitalité). On poursuit sur la rue San Giacomo, on tourne à gauche sous un portique puis à droite et on descend sur le sentier pavé au milieu des oliviers jusqu'au pont roman de *Diano Marina*. Tourner à droite dans la via Ponte Romano puis à gauche dans la via Diano Calderina. On traverse le rond-point, on prend la via Diano San Pietro, la via All'Isola, on traverse le gué sur le torrent Evigno, on tourne à gauche dans la via Rossini puis à droite dans la via Torrente où on voit les ruines de la vieille église de San Siro, antérieure à l'an 1000 et le site de l'antique centre romain Lucus Bormani, à droite via Gombi, San Siro, via Gaiette, via delle Rodine, via Traversa; on arrive au minuscule vieux village à la place Della Rovere où on visite le beau Sanctuaire della Madonna Miracolosa della Rovere. On poursuit en prenant un escalier dans la Via Burmanno, la via C. Battisti, la via Roma, on tourne à gauche et on parcourt à peu près 100m puis on tourne à droite dans la via XX Settembre, la via dello Spuntone. On dépasse le torrent Steria, on tourne à droite dans la

via Steria, et on rejoint *Cervo*. On tourne à gauche dans la via San Nicola et on arrive à l'église San Nicola, au bord du cimetière ; on poursuit par un escalier en descente, on traverse le pont et on marche au long de la via Salita al Castello, la via Sandor Vegh pour rejoindre la place dei Corallini où se situe la magnifique église Parrochiale di San Giovanni Battista, dite dei Corallini, un excellent exemple de baroque ligure. On peut, en outre, admirer les nombreuses demeures nobles à l'intérieur du vieux village perché. On rejoint la partie haute du village où se situe le *Chateau Médiéval dei Clavesana* avec, en annexe, le Musée Ethnographique. On sort du village à travers la porte de la muraille, dans la piazza Castello. On tourne à droite, et, rejoint le parking à l'extérieur du village, on tourne encore à droite en prenant la route vicinale Monte Piano sur un sentier en descente qui mène vers le Parc del Ciapà. Ici commence un beau parcours, au milieu du maquis méditerranéen qui conduit au sommet près des antennes de télévision qu'on laisse sur la droite. Le sentier continue encore en montée jusqu'à une mare d'eau sur la gauche; le sentier devient maintenant moins pentu et conduit au Passo Chiappa, frontière entre les provinces d'Imperia et de Savone. Le parcours, ci-dessus décrit, entre le Pont Saint Ludovic (Menton) et le Passo Chiappa est balisé par une flèche jaune bidirectionnelle et un carreau de faïence avec la coquille Saint Jacques stylisée bleu et jaune. A Passo Chiappa, on tourne à droite en descente rapide, balisage par losanges rouges, et on rejoint, sur l'antique parcours médiéval, l'église di San Giovanni; nous sommes à *Andora*.

Hospitalité:

Imperia Oneglia: **église Sacra Famiglia**, via Sacra Famiglia, Don Paolo, tel. (0039) 3474272288 - **Casa della Carità**, 7 via N. Berio- m. Augusto Armelio, tel. (0039)3669116465

Diano Calderina: **église de San Giacomo**, Don Luca; tel. (0039)3332330291

Andora à 2km du parcours: **église Cuore Immacolato di Maria**, 11 via Delle Mille; Don Rinaldo tel. (0039)0182285409

Distances à partir de Torazza

Santuario Di Montegrazie	km 5,60
Sacra Famiglia (Imperia)	km 6,80
San Giacomo Diano Calderina	km 5,30
Cervo	km 6,00
S.Giovanni (Andora)	km 8,30
totale km	32,00



4^{ème} étape: Andora - Loano 30km – 7,30 heures - Difficulté moyenne

Le parcours, de l'église de San Giovanni, continue avec un **balisage losange rouge**; on traverse la voie carrossable en direction du **Pont médiéval**. Une fois passé celui-ci, on tourne à droite puis tout de suite à gauche on passe la voie carrossable et on poursuit sous une passerelle. La route poursuit tournant à droite en montée, passant sous l'Autoroute dei Fiori, qu'on côtoie sur la gauche, pour, après, tourner sur un sentier à droite en montée au long duquel on peut admirer une fontaine médiévale en excellent état. Toujours suivant le balisage **losange rouge**, on arrive à un parking; ici, en faisant une brève déviation à droite, on visite l'église romano-gothique du XIV^{ème} siècle de Saints Giacomo et Filippo. Du parking, on reprend sur la gauche un sentier en mauvais état, on longe une rivière et, en montée, on rejoint la route vers Colla Micheri. On traverse la route pour reprendre en montée le sentier pavé qui rejoint **Colla Micheri**, site antique où, le 14 février 1814, le pape Pie VII fit une halte. Passé le petit village ancien, on poursuit sur la via San Bernardo; sur la droite, on peut admirer la structure d'un très vieux moulin à vent, et, tout de suite après, de nouveau à droite (A la hauteur du panneau signalétique des parcours) on tourne à gauche sur un sentier empierré (balisage **carré rouge évidé**), en direction de Ruderer di San Bernardo (faire attention aux déviations sur la gauche qui évitent les dos d'âne en montée). Rejointes les ruines, on tourne à droite en descente pour rejoindre Alassio (Balisage **deux traits rouges**). La descente est pavée; c'est un raidillon, parcours médiéval par lequel on rejoint **Alassio** par la via Solferino, au bout de laquelle on tourne à droite dans la via San Giovanni Battista puis à droite dans la via Neghelli. On poursuit tout droit en traversant la route et, après un bref parcours, on tourne à droite en passant sous la voie ferrée par un passage piéton. Tourner à gauche en Via G. Mameli, après 150 mètres on tourne à gauche sur le pont à escalier qui dépasse la voie ferrée, on tourne à droite en descendant en Via Michelangelo B., via Adelasia on longe la voie ferrée, la route termine avec une barre, le passage piéton est possible avec une rotatoire, on tourne à droite dans le passage souterrain de la voie ferrée, on tourne à gauche en Via Aurelia, pour tourner encore à gauche sous le passage de la voie ferrée, on tourne à droite sur un escalier montant et, dès que on arrive sur la carrossable on la traverse pour prendre la **Mulattiera per Solva** (Chemin muletier): nous sommes au lieu-dit Ciazze qui est un escalier en pente raide. On traverse la route carrossable et tout de suite après le chemin creux via Modigliani qui conduit à la petite place de l'église de Solva (Balisage: **deux carrés rouges évidés**). On descend sur l'asphalte jusqu'à **l'église de Santa Croce** du XII^{ème} siècle où on profite d'un panorama à couper le souffle ! On continue, dépassé l'arc, sur la « Via Julia Augusta », an 13 avJC et ici, on trouve un des plus beaux parcours conservés; on peut admirer les restes de villas, de tombes et de pavements d'origine (Balisage **un carré rouge évidé**). En longeant ce parcours, on passe devant la petite église de Sant'Anna du XII^{ème} siècle, en appréciant le beau panorama, à mi-côte de la mer, avec vue sur l'île Gallinara, ancien siège d'un couvent bénédictin. On arrive ainsi à **Albenga** en descendant dans Regione Monti, Salita Madonna de Fatima. Sur la droite, via San Calogero, on tourne dans la via Ruffini, on traverse le pont sur le fleuve Centa, on continue tout droit, on tourne à gauche dans Largo Doria et on poursuit pour rejoindre la Cathédrale de San Michele Arcangelo, des XII-XIII^{èmes} siècles. On continue tout droit pour ensuite tourner à droite dans la via Medaglie d'Oro, après avoir dépassé Porta Molino, on continue par la via ponte Lungo pour rejoindre et traverser le pont du même nom. On tourne à gauche dans la via Collodi, on dépasse l'Aurelia (Prudence !) et on continue tout droit par un bref tronçon, jusqu'à tourner à droite en route vers Campochiesa, et, arrivés à la route goudronnée, on se trouve sur l'ancien tracé de la « Voie Romaine ». il est nécessaire de cheminer avec attention au bord de la route du fait du trafic automobile. Rejoint la bifurcation reconnaissable par un pilier dédié à la Vierge, garder la droite par Prati del Vescovo ; toujours sur la « Voie Romaine », on rejoint **l'église de San Giorgio**, du XIV^{ème} siècle, avec, à l'intérieur, des fresques. Poursuivre jusqu'au feu rouge et continuer tout droit pour entrer dans **Ceriale**. On peut emprunter le trottoir sur ce tronçon. On passe dans la via Pontetto et on continue toujours tout droit dans la via Maixe. Arrivés à la bifurcation, on

tourne à droite dans la via del Borgo et tout de suite après, on tourne à gauche par la ruelle dallée en montée, via Vecchia del Cimitero Puis tourner à gauche dans la via Cadanzo, et ensuite à droite dans la via Piccandone; suivre les balises **carré rouge évidé**. A côté d'une maison rose, quitter le goudron en tournant sur la gauche pour suivre le sentier caillouteux qui monte doucement et qui permet dépasser Capo di Santo Spirito, au milieu du luxuriant maquis méditerranéen, avec de rares chênes liège et un vaste panorama; le balisage **carré rouge évidé** nous accompagne jusqu'à rejoindre le Castello Borelli. Ici on poursuit en descente sur une piste, longeant le mur du château. On continue sur 30 mètres pour arriver au tournant où on tourne à gauche sur un sentier à peine marqué et dangereux. Plus loin, à une bifurcation, prendre le sentier «liaison terres hautes» en descente à droite, rapide et rocailleuse (Sur les arbres, une affiche indiquant le danger) qui amène rapidement à l'agglomération de **Borghetto**. Suivre les indications «Centro Storico»; entrant dans l'îlot piétonnier, traverser la Porte Santo Spirito, du XVIème siècle. On continue au long de la via Roma. Tourner à gauche, via Mazzini. Au carrefour Piazza Indipendenza, tourner à droite par la via Dante et, rejoint le torrent Varatella, tourner à droite pour traverser sur le pont piétonnier. Poursuivre par la via Ponti jusqu'à rejoindre les ruines du pont roman «Il Pontasso». Continuer par la via Pontasso, tourner à gauche dans la via Puccini. Arrivés au club de pétanque, tourner à droite, puis après 50m à gauche on arrive au rond point; après le rond point, on monte et on arrive à l'**église moderne de San Pio X**. Prendre via Ponchielli, via Carducci, et dépasser l'Istituto San Giuseppe delle Suore della Carità dell'Immacolata Concezione di Ivrea. Tourner à gauche par la via Petrarca; traverser la bifurcation et continuer tout droit par une courte rue piétonnière, via Madre Rubatto, longeant le cimetière. Continuer par la via Azzuri d'Italia et suivre les indications vers le Monte Carmelo. Arrivés à la chapelle de Maria della Consolazione, tourner à gauche dans une ruelle pour rejoindre le pont roman qu'on traverse; tourner ensuite à droite puis tout de suite à gauche pour monter au **Couvent dei Padri Carmelitani**, du XVIIème siècle. Nous sommes à **Loano**.

Hospitalité :

Alassio: **église Sant'Ambroggio**; Don Angelo de Canis tel. (0039) 018264057

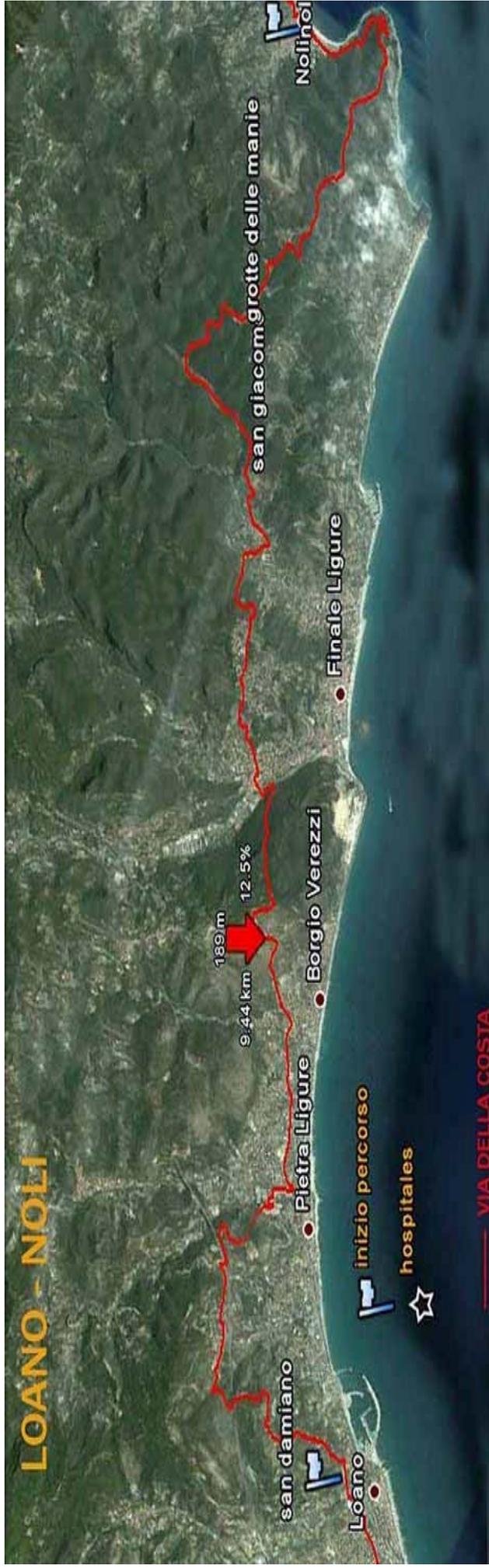
Albenga: **Séminaire Vescovile**, 5 via Lungo Mare Doria, tel. (0039) 018250443

Distances à partir de San Giovanni (Andora)

Colla Micheri	km 2,50
Alassio	km 6,40
Albenga	km 7,40
S. Giorgio (Campochiesa)	km 3,60
Ceriale	km 2,50
Conv. del Carmelo (Loano)	km 8,00
totale km	30,00



LOANO - NOLI



NOLI - VARAZZE



5^{ème} étape : Loano-Noli 30km -7,30 Heures - Difficulté moyenne

L'itinéraire part de l'esplanade du Couvent del Carmelo, descend le vaste espace pavé pour tourner à gauche dans la via San Damiano (parcours jubilé et route romaine), dépasse l'esplanade «delle Rolandette» où s'élève une belle petite église et commence à monter entre les oliviers. La route est goudronnée, puis, au N°16, commence le sentier pierreux en montée, qui devient pavé quand on dépasse un pilier votif. Au N°28, recommence le goudron et on aperçoit l'église de San Damiano où on peut admirer le golfe Loanese, du Cap Mele à Caprazoppa; l'église est érigée dans le lieu le plus ancien de Loano. On poursuit en dépassant le portail fermé à droite de l'église sur la route goudronnée sans dénivelé jusqu'au panneau *Pietra Ligure* pour tourner à gauche en montée dans la via Castellari (Piste, parcours n° 1). On continue en restant sur le tracé principal, dépassée l'autoroute. Arrivés peu après à un panneau réclame de l'ENEL et à un socle de pilier disparu, on tourne à droite en descente sur un sentier pavé romain, qui conduit à *Ranzi* sur l'esplanade de Santa Liberata où, à gauche, on peut admirer un beau lavoir, puis on prend la route à gauche en montée et, tout de suite après, au premier croisement, on descend à droite. Arrivés à la hauteur de l'hôtel «Ca' Ligure» tourner à droite sur l'espace pavé dans la via B. Balzi; on dépasse un autre beau lavoir et un passage sous un portique. Au fond, à un chemin creux, tourner à gauche en légère montée pour rejoindre de nouveau la voie carrossable et dépasser l'autoroute sur une passerelle. Tout de suite après, tourner à gauche sur le goudron, dépasser un dépôt de voitures accidentées, puis descendre en pente douce (Sans tenir compte d'une route en montée qui va à la décharge). Continuer jusqu'à une bifurcation où se situe un portail ouvert avec un passage de contournement du portail mais ne pas en tenir compte; continuer à descendre toujours sur la gauche pour arriver à un quartier résidentiel ; poursuivre par la via Lombardia et puis tourner à droite le long du torrent Maremola ; dépasser le cimetière sur la droite et passer sur la passerelle piétonnière. Tourner à gauche et prendre par *Borgio Verezzi* et la via Soccorso, ancien chemin creux on dépasse l'église del Soccorso (fontaine). On dépasse Villa Gaggero ; prendre à gauche dans la via San Stefano, longer le terrain de sports, via Dott. Giacomo di Vicenzi; on rejoint le cimetière (fontaine) et l'église della Madonna del Buon Consiglio (Balisage: deux lignes jaunes). On traverse le pont sur le torrent Bottassano et on monte sur la chaussée pavée Salita alle Grotte; une fois dépassée, tourner à droite pour arriver à l'église, place San Pietro: nous sommes à *Borgio Antica*. A l'angle de l'église, on tourne à gauche et par la ruelle Cesare Battisti (Fontaine), -balisage deux stries vertes-. On arrive sur une avenue arborée, via Trento e Trieste: nous sommes devant les Grotte di Borgio. On poursuit en montée (Balisage deux triangles rouges) d'abord sur le goudron puis sur sentier dans la via delle Severe; dépassée le plan d'eau de l'aqueduc, poursuivre vers Roccaro sur la chaussée pavée. Arrivés à l'oratoire de San Giuseppe, continuer dans la via S. Giuseppe et entrer dans le village de *Verezzi*, marcher vers la belle place San Agostino, réputée pour les représentations théâtrales en été, puis monter à gauche de la petite église dédiée au saint philosophe; traverser la route goudronnée et poursuivre tout droit en montée pavée, via della Crosa, pour rejoindre un autre centre résidentiel de Verezzi. Tourner à droite sous la Madonnina via alla Chiesa qui conduit après un passage entre maisons et jardins potagers, à deux belles églises. Poursuivre sur le sentier qui longe le cimetière (Balisage trois boules rouges). On dépasse un grand pré à droite et on entre dans un bois en faux-plat; puis le sentier descend franchement vers Finalborgo ; dépassé le petit pilier dédié à la Madonna, on rejoint la route goudronnée SS.490 ; tourner à droite, traverser le pont sur le torrent Porra et on entre dans Finalborgo par la porte antique (Fontaine). Passer outre la via Nicotera, la place Garibaldi et rejoindre l'église de San Biagio. A partir d'ici, poursuivre vers la porte antique, traverser le pont et la voie carrossable pour, ensuite, poursuivre directement en montée sur goudron, dépassant à droite la Croix Rouge, prendre tout de suite à droite la montée vers Monte Tabor, petit chemin creux pavé qui conduit au quartier Ponticello entre jardins potagers et campagne. Sur ce tronçon, on dépasse un oratoire Marial, un passage souterrain et on traverse la route. On continue directement sur le sentier jusqu'au N° 20; on tourne à gauche comme

l'indique le panneau pour San Bernardino; parcourus 30m sur un méplat, tourner à droite au contact d'un haut mur en ciment qu'on longe. Le sentier en montée est difficile à cause de la végétation et d'une zone marécageuse ; On arrive et on dépasse la villa ocre N° 103 sur des gradins cimentés; on traverse la route goudronnée et, tout de suite, à gauche, on reprend le sentier. Arrivés près d'un groupe de villas et dépassée une autre villa de couleur ocre, tourner à gauche et suivre un beau sentier pavé qui permet de dépasser le complexe résidentiel ; à l'olivier, tourner à gauche pour, ensuite, passer sous l'arche d'une villa rose au N° 11; on dépasse une chapelle votive et on arrive à la signalisation « Trattoria Cucco » débouchant sur la route carrossable. Le trajet continue tout droit, à plat, vers le centre sportif. Au premier virage sur goudron, on prend, à gauche en descente, un sentier; après 20m on tourne à droite ; tout de suite après, on abandonne la chaussée pavée pour entrer à gauche, en terrain plat, sur un sentier avec balisage boule jaune. On continue à descendre, on dépasse une zone marécageuse, le sentier suit une anse et passe sous un gros rocher. On descend encore sur le sentier principal avec un balisage ligne rouge. Nous dépassons une vasque circulaire sur la droite et arrivons à San Cipriano, un beau complexe de constructions médiévales (Nous sommes à *Calvizio*). On poursuit sur le goudron. Arrivés à un oratoire dédié à Marie, on tourne franchement à gauche par une descente en gradins arrivant et dépassant un village ancien dans la via del Buon Viaggio; tourner sur la route goudronnée à gauche pour rejoindre, après 100m le pont de Verzi avec indications Ponti Romani. On traverse puis on tourne à gauche en montée. Ensuite, on prend à droite, le chemin de traverse avec balisage cercle rouge; de nouveau sur l'asphalte, monter sur 100m et après 3 tournants, un escalier cimenté mène vers *Verzi*. On passe devant une petite église appelée Mater Misericordia; juste après, on abandonne le sentier tournant en épingle à cheveux à gauche sur du gravillon. Arrivés au goudron, poursuivre tout droit en descente et, tout de suite après, prendre la large piste empierrée (Julia Augusta Valle Ponci) . On poursuit sur gravillons, dépassant trois ponts romains : balisage losange et carré rouges. Arrivés à la bifurcation, tourner à droite par l'Arma en entrant dans le bois (balisage deux carrés rouges). Le sentier romain est dégagé et conduit à la grotta dell'Arma, où on trouve à manger ; poursuivre sur goudron pour rejoindre l'église de San Giacomo, garder la gauche; un large chemin empierré et plat, mène à la *lieu dit Ferrin*: ici, tourner à droite sur l'asphalte et après 200m tourner à gauche sur un large chemin empierré (Balisage flèche blanche et cercle barré. Rejoindre le poste de contrôle des carabinieri et avec une courbe en U, descendre à gauche (Ne pas tenir compte des portails ouverts de la déviation du passage) (Balisage cercle barré); après plusieurs tournants, on rencontre quelques carcasses de voitures, gardant la droite, on passe par les ruines de San Margherita où on admire la splendide vue sur Noli. A un dernier tournant, nous trouvons une pierre sur laquelle est écrit BACK; prendre à gauche et descendre le long d'une traverse qui rencontre le sentier principal; on passe devant les ruines de San Lazzaro et on arrive par un escalier à « Villa Palma »; on rejoint la Colonia Marina Monza, puis, à la place Lorenzo Vivaldo, on poursuit le long de la via Collegio et on rejoint la vieille église protoromaine de San Paragorio: nous sommes à *Noli*.

Hospitalité :

Finale Ligure à 1,2km du parcours - **Casa Santa Chiara GiovanniXXIII** via Brunenghi
église dei Cappuccini tel. (0039)019691725

Distances à partir du Convento del Carmelo (Loano)

Ranzi	km 3,90
Pietra Ligure	km 3,60
Verezzi	km 2,60
Finalborgo	km 3,40
Grotta dell'Arma S. Giacomo	km 8,90
Noli	km 7,60
totale	km 30,00



6^{ème} étape : Noli-Varazze 29km - 7,15heures – facile

Passé San Paragorio, on continue sur la via Mario Cesare jusqu'à la Porta di Piazza qu'on traverse pour ensuite tourner à droite ; on continue sous les arcades sous les Logge della Repubblica Nolese pour arriver sur la place Dante. Ici, on prend la via al Castello, on dépasse l'escalier en ciment (Sur la droite, tour médiévale), on traverse la route carrossable pour reprendre à droite l'escalier pavé qui amène à l'Evêché (Vescovado) (Balisage: (4) Rond rouge ligne rouge). On dépasse l'édifice, passant sous un arc et on continue dans la via al Cimitero. Ici se trouve une petite et précieuse église d'où on admire une belle vue sur le Golfe de Noli. On continue sur un large sentier pavé et on arrive à une petite chapelle dédiée à Nostra Signora Addolorata; on passe à proximité du cimetière; continuer le parcours sur le petit sentier à droite jusqu'à la route goudronnée ; on continue tout droit pour arriver en région Chiarimenti. On poursuit sur le sentier empierré jusqu'à une petite place privée avec libre accès et on poursuit sur un petit sentier entre les jardins potagers jusqu'à rejoindre par un escalier goudronné la via dei Pini qui conduit à l'entrée de *Spotorno* «Hôtel Tripodoro». Poursuivre sur la gauche, dépasser la pizzeria «Puerta del Sol» et prendre sur la droite une piste (bien qu'avec barrière) qui mène au torrent Crovetto, le traverser à gué et sur l'autre rive tourner à gauche. Dépasser le passage souterrain et prendre à droite via Lombardia, via Berninzoni et rejoindre à gauche la via Laiolo et, après grosso modo 30m à droite prendre l'escalier via Cincinnato qui se confond avec l'ancienne voie romaine (Balisage X rouge), le premier tronçon est goudronné puis empierré, en faux plat. Arrivés au carrefour pour Monte Mao, quitter le balisage X et continuer tout droit sur le faux plat empierré qui va parallèle à la côte (balisage 3 boules rouges). On continue en montée en montée s'avancant en direction de la carrière désaffectée qui est située plus haut que le sentier qui traverse le vallon ; on rejoint une piste (Balisage 2 carrés rouges évidés). On tourne en montée sur la gauche dépassant un panneau explicatif de la zone; ensuite, après à peu près 100m on rejoint la gorge de Sant'Elena qui est sur route goudronnée en descente, la suivant à droite en descente; après plusieurs tournants, Joint au panneau Bergeggi poursuivre tout droit en montant, Joint à la confluence avec une route qui arrive sur notre droite, poursuivre en descendant: on est sur une route goudronnée dans le forêt, à partir de ce moment on peut voire les cheminées de Vado et la mer. Apres plusieurs tournants joint un croisement on prend la route blanche à gauche pour tourner tout de suite à gauche, le sentier est signalé avec un gros rocher qui empêche l'accès aux véhicules à moteur, **signal x rouge**, le sentier poursuit pendant 700 mt environs en descendant parmi pins méditerranés. Joint à un autre rocher poursuivre à droite sur une route blanche qui descend; joint à la balle blanche tourner à droite en descendant sur voie goudronné, on passe sous le viaduc, on tourne à droite, après gauche et encore à gauche dans via E. Delitta, qui est tout droit, poursuivre en via La Braja, atteint la fin de la route tourner à droite en via Trieste après tourner à gauche en via Aurelia qui on pacouire sur le trottoir de gauche, pour atteindre la cocessionnaire Peugeot on tourne à gauche et on continue, traversant le pont médiéval, on tourne à droite dans la via Quiliano, on dépasse l'église du Santo Spirito et on rejoint la via Aurelia qui conduit à *Savona*. A l'entrée de la ville, on prend à gauche la via Saredo, poursuivre à gouche en via F. Bourniquez passent sous la voie ferrée, on tourne à droite dans via Servettaz, traverser corso Benech, on porsuivre en via E. De Amicis, traverser le pont sur la rivière Le Timbro poursuivre en via L. Corsi, on tourne a gauche en corso Italia, apres à droite en via dei Vacciuoli et tornant à gauche on est devant à la **Cattedrale dell'Assunta**. Poursuivre en via A. Aonzo et on tourne à droite dans la via Paleocapa, toute en arcades, la suivre jusqu'à la Torreta Medievale sur le port. On tourne à gauche vers l'Est sur le Lungomare (Bord de mer) Matteotti, qu'on laisse sur la droite pour prendre la Passeggiata (Promenade) dei Artisti, ainsi nommée car le pavement est une série d'oeuvres d'art faites à la main. Nous sommes à *Albisola Marina*. On dépasse, sur une passerelle le torrent Sansobbia et on poursuit sur la promenade longeant le vieux village; on arrive au tunnel de l'ex voie ferrée qu'on prend, et à la sortie, on monte par l'escalier jusqu'à la via Aurelia. On tourne à droite et par le trottoir, on arrive à *Celle Ligure*. Arrivés, on quitte l'Aurelia à droite par l'escalier

(Bains publics) et on poursuit sur le Lungomare Colombo puis le Lungomare della Crocetta pour revenir sur la via Aurelia di Levante (Variante après l'église de Celle, il y a deux tunnels et le tracé de l'ancienne voie ferrée qui conduisent vers Varazze (Après le 2^{ème} tunnel, ne pas prendre le premier escalier mais le second) en marchant sur le trottoir. Prendre la via Savona, tourner à gauche sur la place XXIV Maggio, à la résidence entourée d'une protection «Il Boschetto», tourner à droite: nous sommes dans l'antique cité de Varazze (Hospitalité) ; on prend la via Luca Corsale pour rejoindre l'église paroissiale Collegiata di Sant' Ambrogio dans le Centre Historique.

Hospitalité :

Savona: Casa delle Giovane, 3 Via Rossello, tel. (0039)019812147 - **Ostello Aig "Villa de Franceschini"** via alla Strà, 29 tel. Fax (0039)019263222

Celle Ligure: Chiesa Parrocchiale San Michle Arcangelo via Lavatore, 3 tel. (0039)019990184 ce n'est pas disponible les mois de Juliet et aout.

Varazze: Parrocchia Sant'Ambrogio piazza Sant'Ambrogio tel. 01979416

santambrogiovarazze@virgilio.it - **Salesiani Don Bosco** – via S. Giovanni Bosco, 2 – tel. (0039)01997501 – (0039)019933266

Distances à partir de Noli

Spotorno	km 3,30
Vado	km 8,30
Savona	km 6.50
Albissola	km 3,80
Celle	km 3,30
Varazze	km 3,80
totale km	29,00



VARAZZE - GENOVA Commenda



VIA DELLA COSTA

inizio percorso

hospitales

GENOVA COMMENDA - CAMOGLI



VIA DELLA COSTA

inizio percorso

hospitales

142 m
16.9 km
-8.6%

7^{ème} étape : Varazze-Genova Commenda 36km - 9 heures - entre facile et moyen

De la piazza della Cattedrale, on prend à gauche via M. Carattini; on continue à droite dépassant la place qui recouvre le torrent Teiro, on continue par la via Baglietto puis via C. Battisti sur la gauche et via Bruzzone (Voie ferrée désaffectée); au bout, continuant toujours sur la gauche de la route, on prend via C. Marconi puis on tourne à droite dans la via XXV Aprile puis à gauche sur le bord de mer Europa pendant 4,3km, ex voie ferrée qui, en 1 heure nous conduit à *Cogoleto* (Fontaines le long du parcours). Arrivés à Cogoleto, on dépasse le pont sur le torrent; tout de suite après, on traverse l'Aurelia et on entre dans la via D. Giusto, dans la via Arresta Interna longeant la voie ferrée. Au fond, on tourne à droite et on entre dans la via Arresta sul Lungomare poursuivant vers l'Est et on continue dans la via L. Parenti. On entre dans l'ancienne ville dans la via Parasco et dans la via Mazzini puis dans la via C. Colombo, via Rati et on arrive sur la place de l'église; tout de suite après, on reprend l'Aurelia sur le trottoir de gauche; après 1,3km, on traverse la route et on arrive au complexe sportif de Cogoleto. On poursuit vers l'Est sur chemin empierré pour arriver à la Passegiata De André (Balisage flèche jaune Mare-Monti); on arrive sur le port d'Arenzano, on traverse l'Aurelia et on continue par la place de la vieille Ferrovia, dans la place S. Allende, dans la via D. Bocca (Prendre via Buonarotti en montée tournant à droite pour rejoindre le Santuario del Bambino di Praga), via Olivette on traverse l'espace recouvrant le torrent et on poursuit en montée pour rejoindre par un escalier le Santuario delle Olivette. On poursuit sur la droite de l'église (Balisage flèche jaune MM) sur route carrelée: nous sommes via Romana di Levante. Au N°26, descendre et au N°5 on tourne à droite via Ronchetto puis on tourne à gauche dans la via Terra Rossa et après plusieurs tournants en montée on arrive à une petite place d'autobus. Ici, on passe au dessus des tunnels de l'autoroute en longeant cette dernière sur la droite; on dépasse le restaurant « Le Rose » et arrivés à un carrefour on tourne franchement à droite en descente sur chemin empierré. On dépasse un tunnel de l'autoroute (Tracciato fuoristrada « tracé hors de la route » MC don Bosco) et on continue; nous sommes toujours dans la via Terrarossa. Entre les deux voies de service de l'autoroute, on franchit une barrière métallique ouverte, au carrefour on prend une rapide descente cimentée à droite et après plusieurs tournants on passe sous les ponts de l'autoroute. Au croisement, prendre à droite, en faux plat goudronné puis empierré; on passe sur le petit pont au dessus d'une rivière avec une chute cimentée et on poursuit dans la via *Vesima* pour rejoindre le vieux village du même nom. Celui-ci dépassé, près de la belle et grande entrée prendre à gauche le sentier empierré en montée et continuer dans le bois: nous sommes dans la via Gainotti; on repasse sous l'autoroute et nous montons à droite sur une portion carrelée puis un escalier qui conduit à une route goudronnée: nous sommes dans la via Romana di Voltri dans le bourg de Crevari; on passe un pont et après deux virages en épingle, en montée, on tourne à droite en U en descente pour tourner de nouveau en U en direction Est sur la petite route entre les jardins potagers, toujours sur la via Romana di Voltri. On passe devant une belle villa qui domine la mer puis on monte un bref escalier puis on chemine encore parallèle à l'autoroute entre les jardins potagers, dans la via Nuova di Crevari, on passe dans un bosquet un petit ruisseau et sur un escalier cimenté, et en descente on tourne à gauche sur la route en terrain plat pour arriver sous l'église de Crevari sur la via Romana di Voltri. On poursuit sur asphalté et, un peu après, signalé par un réverbère, on commence à suivre le nouveau balisage: un X rouge. On descend un escalier à droite puis, tout droit un sentier puis un autre escalier qui mène à la route carrossable; on poursuit en descente pour rejoindre un autre escalier à droite qui mène à la Via Aurelia: nous sommes à *Voltri*. On traverse le pont sur le torrent et on tourne à gauche en descente Santa Limbiana, on arrive sur la petite place du même nom puis on passe à droite sous l'arc antique et on entre dans la via Cerusa qu'on parcourt en entier. On passe sur la place G Saredo, dans la via E. Guala à droite de l'église, on continue dans la via E Cialdini, on tourne à droite sur la digue du torrent, on passe le pont et on tourne à gauche dans la via Lemerle; tout de suite après, on tourne à droite dans la via S. Ambrogio di Voltri, via Chiaramone et en descente on arrive à l'Aurelia; on dépasse le pont sur la voie ferrée et marchant sur le trottoir de gauche, on

reprend la via Voltri qui devient via Pra qu'on parcourt sur un long tronçon. On dépasse un petit torrent et, arrivés à la place C. Laura, on poursuit sur la gauche dans la via Sapello; on traverse la zone antique de *Pra*, on arrive sur la place arborée G. Bignani, on poursuit dans la via C. Airaghi, on dépasse la rivière San Pietro, via A. Fusinato, place A. Sciesa, via G. Ratto et, au fond, on tourne près du bar « Chicco » dans la via Ferriere di Pra puis à gauche dans la via Pra pour arriver à *Pegli*. Nous sommes dans la via Pegli, sur le trottoir de gauche ; arrivés à la place G. della Chiesa, on entre dans le centre antique dans la via C. Forte, on traverse la route et on entre sur la place Porticciolo et on suit le bord de mer de Pegli. On traverse le pont puis on poursuit par la via Ronchi, on passe sous la voie ferrée et on continue dans la via Moltedo di Pegli puis dans la via Merano et arrivée à un virage serré on continue tout droit dans la via Sestri, dans le centre antique. On passe devant le Duomo, on traverse la zone piétonnière, via Giotto, via A Siffredi, on dépasse le rond point et on poursuit jusqu'à la gare de chemin de fer de *Cornigliano*, on prend la via Cornigliano, la via G. Ansaldo, on dépasse le pont de Cornigliano, via R. Peragostini, puis, toujours tout droit dans la via E. Degola, on passe sous la passerelle de chemin de fer et on tourne à droite dans la via P Reti. On dépasse la gare de chemin de fer de *Sampierdarena*, sur la place N. Montano qu'on traverse pour continuer dans la via A. Cantore qui mène au Matitone, on tourne et, en descendant, on joint en traversant la route à gauche, les arcades de Via Milano, poursuivre sur le trottoir pour arriver au passage souterrain de la voie ferrée, il ne faut pas y passer, mais poursuivre à droite en via Fassolo en passant entre la voie ferrée et le marche couvert, on poursuit en rue en Via San Benedetto en passant devant au Palazzo del Principe (garder le trottoir de gauche), on joint en Piazza Principe, on va en Via A. Doria, on traverse et après 100 mt on descend à droite en Salita San Paolo et on joint à la Commenda, Nous sommes à Genova

Hospitalité :

Arenzano: **Suore Pietrine Villa Sacro Cuore-** 3 via Cesare Battisti; tel. (0039)010913161; pietrine@hotmail.it ; demander la Madre Elena- 19 places de couchage; usage de la cuisin; toilettes avec douches; 25 € pour les pèlerins

GE-Voltri: **Suore Itineranti di Villa Galliera;** tel. (0039)010613650-3397193880 - 5 places de couchage; repas- toilettes avec douches- possibilité de laver le linge- participation adéquate

Distances depuis Varazze

Cogoleto	km 7,20
Arenzano	km 4,10
Vesima Alta	km 4,60
Voltri	km 4,20
Pegli	km 8,10
Genova Commenda	km 7,80
totale	km 36.00



8^{ème} étape de Genova Commenda à Camogli 26km – 6,30 heures - Difficulté moyenne

L'itinéraire part de la place della Commenda; on dépasse l'église San Giovanni di Pré, traversant les fameux «carrugi» (*Rappel: mot ligure désignant des vieilles routes où des vieux chemins entre les maisons dans les vieilles villes ou les vieux villages*) de Gènes, passant sous les jardins du Palazzo Reale et traversant la via delle Fontane. On passe par la Porta médiévale dei Vacca (qui faisait partie de la muraille d'enceinte de 1163 en défense du Barberousse), rejoignant la via del Campo, célèbre reddition de Fabrizio de André. On poursuit par la place di Fossatello, la via di Fossatello, puis on dépasse, sur la gauche, l'église di San Siro, une des plus vieilles églises de Gènes, déjà mentionnée au VII^{ème} siècle, qui fut la première cathédrale de Gènes. Ici commence la via San Luca, puis la place San Luca avec l'église du même nom, la place Bianchi avec l'église de San Pietro in Bianchi, dite della Porta; on longe sur la droite la via San Pietro della Porta, on passe sous un arc et on arrive à la via Canneto il Curto. Sur ce tracé, on peut admirer les magnifiques maisons nobles. On arrive dans la via San Lorenzo où trône la Cathédrale du même nom consacrée par le Pape Gelasio II en 1118; on arrive à la place G. Matteotti avec, à gauche le Palazzo Ducale, la Curia Vescovile et l'église del Gesù du XVII^{ème} siècle qui abrite des toiles d'importants artistes dont deux œuvres de Rubens. On monte sur le circuit piétonnier vers Porta Soprana, anciennement connue comme « de Sant' Andrea »; on la dépasse, on descend par un escalier, via di Ponticello, à gauche se situe la maison de Christophe Colomb où le grand navigateur paraît avoir passé sa jeunesse et le vieux cloître dédié à l'apôtre André. On arrive à la place Dante, on tourne à gauche dans la via Ceccardi puis à droite dans la rue la plus au centre de la ville, la via XX Settembre avec tout l'intérêt qu'elle présente. On rejoint la via Cadorna, le corso Buenos Aires, on traverse à droite la place Tommaseo, on monte l'escalier et on traverse la via F. Pozzo. On reprend un des deux escaliers pour se reporter dans la via F. Pozzo, on tourne à droite et on continue dans la via Albaro, sur le trottoir de gauche, puis on suit la via Ricci, la via Boselli, on entre dans la via Pisa, via Caprera, on arrive sur la place Sturla, on tourne à gauche dans la via Era, on poursuit le long de l'avenue (Viale) Cembrano, sans trottoir puis on continue sur la via Romana di Quarto, on la parcourt, à gauche, dans sa partie antique; on traverse le passage souterrain pour dépasser le corso Europa puis on monte l'escalier et on tourne à gauche en montée via Romana di Quarto. Au croisement avec la via Prasca on tourne à droite pour rejoindre l'église de San Giovanni Battista (Hébergement). Pour dépasser le corso Europa on tourne à gauche sur la passerelle Borghero et on rejoint la via Romana della Castagna où se situe l'église della Madonna de la Castagna. On poursuit pour rejoindre la voie antique Romana di Quinto pour arriver à l'église di San Pietro à Quinto, qu'on dépasse sur la droite et on poursuit sur la via Romana di Quinto, dans la via E. Cabrana, tourner à gauche pour entrer sur le corso Europa. On tourne à droite et on continue sur le trottoir, continuant en descente sur la bretelle de la grande route, on prend la via Oberdan, on poursuit sur la gauche de la grande platebande, on monte par le trottoir la via D. Somma puis on traverse la voie carrossable et on monte l'escalier D. Morelli. Arrivés en haut, on tourne à droite dans la via Maggiolo di Nervi, on la suit pour poursuivre dans la via Crocifisso en montée carrelée; on prend à droite la via S. Rocchino di Nervi et, au N°6, on descend toujours tout droit dans la via Noffi. Toujours droit, sur le faux plat, on arrive à S. Ilario. De la petite place on prend à droite la via Superiore S. Ilario, en descente, au bout on traverse la voie carrossable, on descend le petit escalier, on prend la via Penco pour continuer en montée. Arrivés au lavoir, on prend la via della Zuccona et arrivés au croisement, on tourne à droite par la via Armanna, par une descente en gradins cimentés, suivre toujours la voie principale large puis carrelée. Admirer la belle vue sur *Bogliasco* (Fontaine). Au N°4, on tourne dans un virage en U gravillonné, puis, à la bifurcation, on tourne à droite dans la via Fritallo, tout de suite après, on tourne à gauche sur un escalier avec une balustrade bleue et on arrive dans la via De Marchi. On poursuit à gauche pour arriver à la via Aurelia on continue vers l'Est, passant sur le pont routier jusqu'à joindre au viaduc piéton qui on parcourt, après on tourne à droite en Via Favaro qui d'abord est un escalier et après devient route goudronne et se joint avec via Fratelli Ferrari. Joint à

l'hauteur de une glace routière, prendre à gauche un court escalier (via Pale) qui monte qui permet de joindre en Via Mazzini par une traverse piétonne après un autre escalier descendant, on poursuit en montant en via Campodonico qui on enfile sur la gauche. Peu après, en montée, on tourne à droite sur l'escalier pour prendre à droite la via alla Chiesa, carrelée et étroite; à la bifurcation, sur la route goudronnée, tourner en montée à gauche ; puis la route goudronnée se rétrécit et, peu après, passe par-dessus une rivière; un escalier avec balisage deux carrés rouges pleins permet de rejoindre l'école primaire « Ferrante Aporti ». Dépassée celle-ci, on rejoint l'église de *Pieve Alto* (Ravitaillement); on traverse la petite place de San Michele; sur la droite de l'église, on continue dans la via Roma qu'on laisse sur la droite à un escalier (Le balisage étant toujours deux carrés rouges pleins) qui mène maintenant sur la route carrossable. Tourner à gauche par la via S. Gaetano, dépasser le parking du complexe sportif en poursuivant sur sentier dans la via Priaruggia, au bout, il y a un tournant en U et on tourne à droite sur les marches pour arriver via Solimano. Toujours sur les marches, on arrive à la route carrossable via N. Sauro, tournant à droite et puis à gauche on dépasse le pont sur le torrent puis on tourne à droite dans la via Mangini en légère montée, on dépasse le passage souterrain de l'Aurelia et de la voie ferrée à droite l'église di Santa Margherita, on dépasse et on poursuit vers la via alla Stazione, on arrive et on tourne à gauche pour dépasser la via Aurelia tournant à gauche pour ensuite monter l'escalier de la via Dante et rejoindre la petite place de l'église di San Rocco. On poursuit toujours dans la via Dante, tournant en U à droite en montée carrelée; après quelques tournants, on arrive à un cyprès, on dépasse d'abord un oratoire puis sur la gauche un portail avec des étoiles. On tourne à gauche et on continue; nous sommes sur la « creusa Ostin ». arrivés à deux maisons dans un tournant en U poursuivre vers la Torre Sarracena datant de 1600, dans l'arrière pays de *Sori*; on poursuit sur un sentier dans la via della Torre, on dépasse un ruisseau puis on descend par un escalier via alla Torre Sarracena; on tourne à gauche puis, tout droit, au croisement, on descend à droite la salita (Montée) Costa Lunga qu'on parcourt en entier jusqu'à arriver sur l'Aurelia (Corso Cavour). On tourne à gauche; après 300m au N°75, on descend à droite par l'escalier Professore Maccaggi; on passe sous la voie ferrée et on tourne à gauche dans le Cours Garibaldi qu'on suit jusqu'à un petit espace plus large avec un banc d'où descend un escalier à droite arrivant dans la passeggiata (Promenade) Sant'Anna. Un peu après on tourne à droite pour traverser le pont piétonnier. On arrive sur la place Caduti del Mare à *Recco*. On la traverse pour aller à la Poste Italiane; on dépasse le porche, on tourne à gauche par l'escalier San Michele puis à droite dans la via San Francesco, puis la via Romagneno, via Ruffini, on traverse l'arc de la via Schiaffino rejoignant le faubourg de *Camogli*.

Hospitalité

Genova Quarto: **Arcipretura-Plebana, Paroisse San Giovanni Battista**, 64 via Prasca; tel. (0039)010388324; demander Don Francesco Di Comite tel. (0039) 3484740308 sangiovanni64@gmail.com

Camogli: **Monastero di San Prospero** dei Padri Olivetani, via romana, 59 tel. (0039)0185770131 (demander du Padre Superiore).

Distances à partir de Genova la Commenda

Quarto (San Giovanni)	km 7,80
Bogliasco	km 7,20
Sori	km 4,30
Recco	km 4,20
Camogli	km 2,50

totale km 26,00

CAMOGLI - SESTRI LEVANTE



SESTRI LEVANTE - LEVANTO



9ème étape : Camogli-Sestri Levante 33km – 8,15h - difficulté moyenne

Le parcours part de la via della Repubblica près de la gare de Camogli. On continue dans la via Gio Bono Ferrari; à l'élargissement de la rue, on continue, en suivant en avant, la via S. Bartolomeo qui est un sentier cimenté longeant le torrent ; on traverse le petit pont et on monte dans la via San Rocco (Balisage 2 boules rouges); le parcours est une longue (et raide) montée gravillonnée qui s'enfonce dans les oliveraies, les châtaigneraies et les maisons de campagne. On arrive à l'église de San Rocco d'où on apprécie la belle vue sur le Golfe de Gènes et la Côte de Portofino. Fontaine et alimentation. D'ici, on reprend le sentier via Galletti avec balisage cercle rouge évidé. On longe l'abside de l'église et on continue sur le sentier richement pavé des stations du Chemin de Croix et des Mystères du Rosaire: la vue sur Camogli est splendide! Le sentier est totalement dans le bois de châtaigniers et d'ormes. On arrive au carrefour avec la route empierrée qui mène à Ruta: ici, on tourne à droite puis après 100m on continue sur la gauche en direction « Pietre Strette » où on arrive rapidement (Balisage Carré rouge plein). On prend la direction de *Santa Margherita* (Balisage 2 losanges rouges pleins). Après 100m on abandonne la route principale descendant à gauche sur un sentier étroit et escarpé indiqué par un balisage 2 losanges rouges pleins. Le sentier devient plus facile un peu après, jusqu'à devenir chemin muletier pavé «immergé» dans un bois de châtaigniers, d'arbousiers et de chênes; on arrive dans la via Costasecca qu'on parcourt jusqu'à rejoindre et dépasser l'hôpital. On tourne à gauche sur la Place del Comune. Traverser la place et tourner à droite en Via Palestro, joint à l'église de Santa Margherita tourner à gauche et parcourir le petit trait de route, puis traverser Via Roma et se déplacer un peu à droite pour entrer en Corso Doria et devant le Restaurant Nello tourner à gauche en Via Stazione et prendre le passage souterrain que, parmi des escaliers, nous porte en Via Fiume, on poursuit à gauche en via dei Pellerani pour arriver à un petit escalier en pierre avec une porte de entrée, on traverse et on tourne à gauche en montant en Via Banchi, long chemin gravillonné qui mène au «Centro ANFFAS» dans la via Gimelli qui poursuit à gauche par un escalier étroit, en montée qui conduit, sur une route droite à une bifurcation; on tourne à droite en descente jusqu'à rejoindre un autre carrefour reconnaissable par la petite boîte du compteur d'électricité de l'Enel 1715. Ici, on tourne à gauche sur une petite route toute droite entre les murets des propriétés. On descend le long de la via Donega dans le village de *San Michele*; on poursuit dans la via Meucci; on tourne à gauche le long de la route carrossable jusqu'au bureau de Poste pour tourner à gauche dans la via Pitosforo, d'abord asphaltée puis gravillonnée et étroite; on monte à la bifurcation et on tourne à droite dans la via San Nicola, en faux-plat et avec la vue sur le Golfe. On rejoint la Via Aurelia di Ponente, tout de suite après, dans un virage en épingle à cheveux (Pancarte Lyon's) on descend à droite une voie en gradins et puis, par l'intermédiaire d'une route étroite, on rejoint le pont di Annibale à *Rapallo*. On prend la via A.Moro, on traverse le pont, on tourne à gauche dans la via A. Diaz puis à droite dans la via G.Matteotti rejoignant l'église paroissiale di San Gervasio e San Protasio sur la place Cavour ; puis on prend à droite la via Mazzini et on rejoint la Place Pastene, on tourne à droite sur le Lungomare Castello et on pénètre dans la via Aurelia di Levante. En continuant, on dépasse l'église San Rocco pour tourner à gauche dans la via Pietrafraccia qu'on laisse sur la droite traversant un petit pont de pierre avec l'indication San Ambrogio. A travers la montée du même nom il y a un escalier qui rejoint le parvis de l'église avec une très dégagée sur tout le Golfe: deux chênes verts majestueux font comme un cadre au panorama. On laisse le parvis à droite de l'église et on descend sur la via (carrossable) en Via Liggia qui poursuit en deux tronçons, on conseille de prendre la partie de droite (plus tranquille) la route goudronnée poursuit avec plusieurs virages en Via Cornice di Sant'Ambrogio 8 ou on peut admirer à droite la Villa rose ou as habité Ezra Pound pour rejoindre après l'église e S. Pantaleo, peu avant, on prend, à gauche de l'église, un sentier qui tourne à gauche en descente sur à peu près 50m, puis qui tourne à droite en U et continue vers Zoagli; le sentier, en partie en bon état et en partie défoncé entre sur l'Aurelia à la hauteur de l'entrée du tunnel de la route nationale. On continue en descente,

traversant l'Aurelia pour la laisser ensuite, prenant à droite une vieille voie piétonnière qui termine par un escalier qui conduit à la via Duca Carlevaro puis sur la place de *Zoagli*. D'ici, on se dirige à l'Est dans la via Garibaldi qui débute par un escalier de dalles, de briques et de cailloux; on passe sous la voie ferrée et on rejoint une petite esplanade, on continue sur une route pavée, commence une légère montée puis un escalier à deux rampes qui conduit à une route goudronnée. On prend celle-ci à gauche pour entrer ensuite sur l'Aurelia qu'on suit à droite sur à peu près 60m puis qu'on traverse pour entrer via San Pietro qui commence par un escalier de quelques marches. On monte entre villas et jardins surplombant une route goudronnée qu'on rejoint ensuite; en la parcourant, on admire l'originale villa di Sem Benelli, construite pour l'auteur comique en 1912 et la Villa Cordani, siège d'un centre textile connu. La route est peu passante et elle est entourée d'oliveraies. On rejoint, par un virage en épingle le Rio Rico qui se divise en deux branches qui se passent sur deux petits ponts. Après 50m on prend sur la gauche la montée Montà, piétonnière qui débouche sur le parvis de l'église San Pietro (Fontaine). On dépasse le cimetière et, tout de suite après, l'église di Sant'Andrea di Rovereto. C'est une belle route avec beaucoup de maisons secondaires: une, particulière, est la «Pousada das Oliveiras» décorée de délicats « azulejos » blancs et bleus d'origine portugaise. Après 1km en légère descente, on rejoint l'Aurelia, qu'on traverse, au feu rouge, et on continue vers l'Est, puis on la laisse avant le tunnel sur la droite pour arriver au Santuario della Madonna delle Grazie qui mérite une pause pour ses précieuses fresques à l'intérieur du Sanctuaire. On poursuit et par un escalier on rejoint à nouveau l'Aurelia, mais sans la prendre: on tourne brusquement à droite en arrière sur le sentier; après 20m, sur un élargissement, ne pas poursuivre tout droit mais tourner à gauche, en U, toujours en descente, dans le bois. Après plusieurs tournants on rejoint le Cours (arboré) Buenos Aires puis la Place Porta Torriglia ; en la traversant en diagonale sur la gauche, on entre dans l'avenue (Viale) F. Tappani et dans l'avenue N. Arata, nous arrivons à la Cattedrale di Nostra Signora dell'Orto; nous sommes au centre de *Chiavari*. On tourne à gauche et on prend la via della Citadella; on tourne à droite sur la Place et on entre via Rivarola, Piazza Matteotti; on se met sur la gauche et on entre dans la via Veneto, corso Dante, piazza Cavour, on reprend le corso Dante, on dépasse le fleuve Entella et on entre dans *Lavagna* par le Cours Buenos Aires, la Place Conde S. Cordeviola, la via Cavour, arrivés à la Place V. Veneto on tourne à gauche dans la via Roma pour arriver sur la précieuse Place de la parrocchia di San Stefano. On tourne à droite dans la via Dante puis on avance à droite pour rejoindre la via Sanguinetti, via Tedisio, en légère montée, on tourne à gauche à la bifurcation où se trouve un oratoire avec la Vierge. On monte sur la route dallée via Monte (balisage boule rouge), en direction de Santa Giulia. La montée est raide, entre murs et maisons; arrivés à un grand portail, on poursuit sur le sentier avec dalles de pierres régulières et pavés sur les côtés; on arrive sur une route goudronnée; après 50m, on reprend le sentier piétonnier entre les oliveraies. Le sentier devient plus difficile sur des longues marches puis devient plat et tourne franchement à droite en légère descente; on passe à côté de la chapelle di San Benedetto et on continue sur l'asphalte; la petite route décrit une courbe et arrive sur une autre route goudronnée plus large; on la suit sur 80m puis on la quitte après un tournant, à droite, sur le sentier à bande centrale et dalles de pierre. On emprunte à droite une route privée sur une courte distance puis on reprend à droite le sentier, on dépasse le « Ristorante Gabbiano » , on continue sur le sentier, on franchit la route goudronnée, on dépasse un pylône votif et on monte jusqu'à traverser la route provinciale pour prendre l'escalier qui conduit sur le parvis de Santa Giulia d'où on jouit d'un magnifique panorama sur Tigullio. De là petite Place, on descend vers l'Est sur la route goudronnée qu'on quitte sur la droite pour un sentier; on reprend la route carrossable qu'on suit environ sur 80m en reprenant dans un virage le sentier qui descend tout droit; le sentier est pavé, on passe devant les ruines de la chapelle de Santa Cecilia, on traverse la route carrossable qu'on suit sur un petit parcours, sur la gauche puis on reprend le sentier, on dépasse Villa Ravano, puis on tourne franchement à droite, on descend en pente raide un escalier, on traverse la route goudronnée et on continue tout droit, on rejoint de nouveau le goudron et on poursuit à gauche sur la via Romana; après 100m on arrive à l'église dell'Immacolata Concezione à *Cavi di Lavagna*. On continue et on rejoint l'Aurelia puis on

entre à gauche via Brigate Partigiane, on tourne à gauche sur le Lungo Torrente Barassi; après 20m on tourne à droite pour ensuite prendre en montée la route piétonnière S. Anna qui débouche sur la route goudronnée; on la suit quelque temps puis on poursuit à droite sur un sentier en terrain plat arrivant aux ruines de S. Anna (Le tracé est l'antique Via Aurelia). On poursuit en descente et après plusieurs tournants, on arrive sur la route carrossable qui longe à droite la voie ferrée: on est dans la via Antica Romana Occidentale à *Sestri Levante*.

Hospitalité:

Leivi (Genova): Sorelle Povere (Petites Sœurs des Pauvres) di Santa Chiara, 26 Via 1° Maggio, 16040 Leivi. Demander Suor Chiara Gioia, tel. (0039)0185319689. (Localité hors chemin : la rejoindre par moyen de transport public)

Chiavari: Seminario; tel. (0039)0185325250 - **Ostello Aig "Camping al Mare"** via Preli,30 tel. Fax(0039)0185304633 € 30 bungalowavec 2 place lit, € 50-52 bungalowavec 4 place lit, ouvert de avril à octobre, c'est obligatoire prévenir d'avance.

Sestri Levante: Opera Madonnina del Grappa, piazza Enrico Mauri, 1 le long de la via Romana Occidentale) tel. 0185457131 fax 0185485403 mdg.centro@virgilio.it

Distances à partir de Camogli

Pietre Strette	km	4,80
S. Margherita	km	4,40
Rapallo	km	3,00
Zoagli	km	4,30
Chiavari	km	6,50
Lavagna	km	1,80
Santa Giulia	km	2,80
Sestri L.	km	5,40
totale km		33,00

Petite variation

Pantaleo, peu avant, on prend, à gauche de l'église, un sentier qui tourne à gauche en descente sur à peu près 50m, sur la tourne à droite en U, on poursuivre tout droit sur un chemin cimenté, puis on tourne a droite dans une descente raide, on arrive à la fin, tourner à droite sur un chemin de terre qui entre sur l'Aurelia à la hauteur de l'entrée du tunnel de la route nationale.



10^{ème} étape : Sestri Levante-Levanto 30km – 7,30 heures - étape difficile

A *Sestri Levante* on suit la via Antica Romana Occidentale sur à peu près 1,3km puis on tourne à droite en Piazza Ponte Santo Stefano et on traverse le torrent sur homonyme Ponte Medievale (caché par une maison et un passage a tunnel qui porte au pont) on tourne à gauche en Via Nazionale et on traverse. Tout après on prend via Antica Romana Orientale pour rentrer après à nouveau en Via Nazionale, après on poursuit à droite en Via A. Gramsci en longeant la voie ferré (nous sommes à Riva); au feu rouge, on prend à gauche la montée Villa Valle Lago puis Villa della Maniarta (Balisage Deux croix rouges Monte Comunaglia), en partie goudronnée et étroite puis empierrée qui amène à la rencontre avec le sentier qui arrive de Punta Baffe près de l'aire de pique-nique: d'ici, on prend à droite par Moneglia; le sentier est «immergé» dans une végétation luxuriante avec des zones plus ardues en terrain bosselé, puis nettement en descente: balisage trait d'union/point rouge. Commence la dernière descente vers Moniglia qui a pour balisage XX: Arrivés à l'enceinte d'une villa, on tourne franchement à droite sur un chemin creusé dans le tuf. On tourne à gauche sur l'asphalte, rejoignant la via Colnaghi, puis on prend à gauche le sentier dallé Garassino Garbino Giuseppe, on longe un camping et on arrive à l'église de San Giorgio (Fontaine) de *Moneglia*. Sur ce tronçon, Sestri Levante-Moneglia il n'y a pas d'approvisionnement en eau...se munir d'eau par avance! On suit vico Boeri et Place Caduti di Tutte le Guerre, on tourne à gauche le long du fleuve, on arrive « largo » (Petite place) Don G.B.Dolla et on prend le sentier gravillonné vers Lemoglio en montée (Balisage Carré rouge et cercle bleu plein vers Deiva marina). En haut, on reprend la route carrossable jusqu'à *Lemoglio*, en montée; au restaurant «La Cuoca», on monte à droite un escalier rejoignant le village qu'on traverse en montée; suivre le balisage carré rouge. Après avoir dépassé l'église, on tourne à gauche et on passe sous un arc sur une petite route dallée, puis on tourne à droite en descente sur un sentier caillouteux. Le premier tronçon est une bosse sur sentier carrelé; arrivé à un carrefour, tourner à droite vers Deiva (Balisage boule bleue); on arrive, poursuivant en descente d'abord caillouteuse puis goudronnée, à une glissière de sécurité d'où on prend l'escalier Mazzini (fontaine): on est à *Devia* (En traversant la route, on emprunte une vieille chaussée jusqu'à l'église paroissiale de Santa Croce). Puis on poursuit dans la via della Libertà tournant à droite, on traverse la route provinciale, on tourne à droite le long du fleuve sur le Corso Italia; arrivé au pont, on tourne à gauche et on le traverse, on tourne à droite et, passé sous la voie de chemin de fer, après quelques mètres, on tourne à gauche puis de nouveau à droite pour entrer dans le bois près du «Camping degli Ulivi». Commence le sentier vers Framura; ici, on grimpe dans le bois par un escalier sculpté dans la roche comme un petit fossé, puis le sentier continue en crête. On rejoint le lieu-dit Serro près d'une maison qu'on dépasse. Un peu après, on arrive à un croisement avec plusieurs signalisations: on prend vers Bonossola; ici le sentier devient une piste, d'abord en terrain plat puis en descente, à virages serrés puis de nouveau en terrain plat, on dépasse la déviation vers l'Orto Botanico (Jardin botanique) et on rejoint la route carrossable; on tourne à droite en descente sur le goudron et, après un où deux virages, il y a un sentier (raccourci) sur la gauche de la route qui permet d'éviter les virages (Balisage flèches bleues). Sur le goudron, on continue tout droit sur la route principale et à une bifurcation on prend à gauche; au lieu de tourner, on va droit et on passe à côté d'une maison jaune avec une vigne. Après plusieurs courbes, on arrive à un hangar à bateaux: ici, suivre la droite, dépasser la palissade de fer avec un élargissement; on continue un peu plus puis on tourne à droite et on entre dans le vieux village appelé Roma, à *Framura*. A travers plusieurs ruelles, on passe devant un lavoir, on dépasse la petite église de San Rocco, on tourne à droite en descente, on dépasse la tour, on retourne sur la route goudronnée et tout de suite après, sur la droite, on descend par l'escalier à droite; on traverse le lieu-dit Ravecca et on rejoint l'asphalte dans un virage serré, puis on descend par un escalier en ciment, on tourne en descendant à droite et on rejoint la route goudronnée : nous sommes dans le lieu-dit Anzo au dessus de la gare de Framura. On continue en descente et on arrive au lieu-dit Ciama avec son original petit port naturel protégé des vagues par un rocher de 70m de long sur 15m de haut surmonté d'une petite

Madonne. On continue et on recommence à monter vers Casa Rosse lieu-dit Vanderecca; dépassé le goudron commence un sentier empierré dans le bois, à la bifurcation, prendre à gauche le sentier balisé n°1 avec deux vagues bleues, on dépasse un petit pont puis on continue en montée (balisage une petite boule bleue. On rejoint «Poggio del Salice», un Bed&Breakfast, la route devient cimentée et on arrive à un croisement où on prend à droite un petit sentier, d'abord en terrain plat puis en descente. Dans une courte montée on rejoint une petite Place caillouteuse avec dos d'âne; à notre gauche il y a un réverbère en ciment avec indications en bleu vers Bonassola; la route est empierrée et large puis il y a deux bandes de ciment, sur les côtés, en descente. Au croisement, on arrive sur la route principale, Via Carpaneggio puis via Roma à la hauteur des petites remises pour le matériel d'entretien (balayage); sur la droite, un escalier conduit sur la petite place de l'église de *Bonassola*. On poursuit vers l'Est dans la via Fratelli Rezzano, puis dans la via Maxinara, on tourne à gauche en montée via Poggio (Balisage: un rond bleu pein avec une flèche). Au pressoir, tourner à gauche dans la via Poggio en escaliers de ciment, on traverse la route et on reprend l'escalier; on arrive à une petite place avec un parking et tout de suite après, à gauche, on reprend l'escalier en montée avec une rampe de fer; on arrive sur la route goudronnée, on traverse en tournant à gauche et en montant jusqu'au restaurant «La Giulia» dans la via Schernio, on traverse et on reprend le sentier vers Levanto avec des cailloux vert foncé. Au portail, continuer en descente sur l'escalier évitant les tournants de la route; au N° 16, à droite, descendre par l'escalier jusqu'à la mer, près d'une construction jaune puis continuer sur la promenade du bord de mer pour rejoindre *Levanto*.

Hospitalité:

Deiva Marina: Camping Valdeiva, localité Ronco tel +390187824174 fax +390187825352 cell. +393384183860 – téléphoner à l'avance au moins 2/3 jours, seulement pour pèlerin à pied, €10 par personne l'entrée est offerte dans le restaurant du camping l'été et l'hiver l'entrée peut être cuisine personnellement, hospitalité pendant toute l'année pour le Pèlerin, du 15/5 al 15/9 en canadienne montée avec matelas en caoutchouc www.valdeiva.it

Framura: Antico Hospitale Loc. Costa tel. +390187823044 - +39010504206 info@suframura.it
www.suframura.it

Bonassola: “Le Scuole-Nanni Scarrà” via Del Campo,14 fraz. Montaretto- tel. +390187814414 +393336950547

Levanto: Ospitalia del Mare, via San Nicolò,1 tel. +390187802562 fax +390187803696 - € 18/30 – 60 places lit ospitalia@libero.it www.ospitaliadelmare.it

Distances à partir de Sestri-Levante

Trigoso	km 4,40
Moneglia	km 6,30
Deiva	km 4,20
Framura	km 6,80
Bonassola	km 4,60
Levanto	km 3,70
totale km	30,00

LEVANTO - VOLASTRA



VOLASTRA - SARZANA



11^{ème} étape : Levanto-Volastra 22km – 5,30 heures - étape difficile

(...) On part du refuge par la via Cantarana, on tourne à gauche dans la via Guani; au bout à gauche, au lieu de tourner à droite on prend un escalier recouvert et on tourne à droite dans la via Dante Alighieri ; on traverse la route puis on chemine dans la via Martiri della Libertà, on passe sous la voie de chemin de fer, on arrive via Albero d'Oro, on traverse un torrent, on tourne à droite, on est au lieu-dit Case sparse Pie di Legnaro. On continue sur le goudron, après la Caserne des Pompiers (« Vigili del Fuoco ») on arrive à une bifurcation, on continue droit vers Fontona, on continue et avant le « BSB Angela », on prend sur la droite le sentier N°12 vers Fontona. Après avoir traversé un petit pont très ancien, on entre dans le bois sur le sentier empierré ; on traverse la route carrossable, on se met sur la gauche pour reprendre le sentier, on longe une vigne et le parcours, de piste se transforme en vieux sentier. On dépasse un escalier en ciment sur la droite, on continue tout droit puis à un tournant en U on continue jusqu'au parking. On tourne en U à gauche, dépassant des nouveaux garages ; après deux tournants en S on arrive au croisement: ici on tourne à droite en suivant les indications Madonna del Socorso sentiero n°1. Le sentier devient piste et, tout de suite après, sur la gauche, est balisé cercle rouge; un escalier sur la gauche amène au Sanctuaire qu'on longe sur la droite et on prend à gauche, après le parvis, sur un sentier qui conduit en montée à la rencontre avec le sentier n°1. ... On prend le sentier à gauche qui amène à Colle Gritta, on rejoint et on passe sur le parking d'un hôtel. Nous sommes ici à Colle Gritta; on traverse la route nationale (Statale) vers La Spezia, on descend par un escalier qui coupe le tournant et on continue sur le goudron pour rejoindre le Santuario di Soviore (hospitalité). On suit les indications du panneau Cinque Terre; tournant à droite on poursuit dans le parc du Sanctuaire et on reprend l'asphalte; peu après on arrive au panneau des carabinieri de Monterosso et tout de suite après, sur la droite, un poteau indique le début du sentier 8b vers Madonna di Reggio; le sentier est rude, et se dévoile à mi pente un panorama à couper le souffle; on alterne montées et descentes jusqu'à arriver à la route carrossable par une sortie dans un tournant. On continue en descente sur asphalte, on prend plusieurs tournants puis sur la droite on descend un large sentier en partie asphalté qui conduit sur le parvis du Santuario della Madonna di Reggio, au dessus de *Vernazza*. On remonte sur la route carrossable, on continue en descente et après deux tournants sur la gauche se détache une voie en escaliers rocheux étroite et en pente raide avec le balisage **Sa**; le sentier traverse plusieurs vignobles clos par des barrières mais ouverts pour le passage où on rencontre une originale végétation luxuriante; on sort sur une route de servitude asphaltée, on tourne à gauche en montée, on dépasse une ferme et sur la droite on descend sur un sentier avec indication San Bernardino; le bois est dense et sauvage, se succèdent des vignes et encore un bois, on traverse deux ruisseaux; dépassé le dernier ruisseau, on tourne à gauche en montée (Pour celui qui va à San Bernardino, au ruisseau, ne pas continuer tout droit: dépasser le ruisseau en tournant à droite); tout de suite après sur un sentier boueux, on tourne à droite et on chemine prudemment sur un mur à sec; sur ce parcours, nombreux sont les passages de ce type, parfois on passe dans les cours des maisons où on peut avoir de l'eau qui manque sur tout le parcours. Arrivés à la route goudronnée, on traverse, on prend le petit sentier en montée et tout de suite après on tourne à gauche sur le sentier avec balisage n°7 (Pour arriver au parvis de l'église de San Bernardino, poursuivre tout droit), on continue en montée jusqu'à la route carrossable dans un tournant. On la prend et après quelques tournants on arrive à un croisement, on prend à droite (indication La Spezia); la route est goudronnée mais avec un faible trafic et après plusieurs kilomètres on arrive à *Volastra*. Si on veut parcourir un sentier un peu plus long mais avec un panorama superbe, après 2km environ du panneau routier La Spezia, on quitte le goudron sur la droite et on prend le sentier marqué 6d qui, au début, fait perdre de l'altitude, mais après 200m tourne à gauche et, à travers bois, vignes, cours de fermes, conduit tranquillement sur le parvis du Santuario di Volastra (Hospitalité).

(...): Variante signalée sur la petite carte par un trait bleu: On part de Levanto près du refuge Ospitalia del Mare, on dépasse la porte médiévale (Sentier n°14), on longe le torrent; le sentier est, au début, cimenté puis devient empierré; on passe sur un pont médiéval et on monte par un escalier (Fontaine), on rejoint le goudron et on tourne à gauche en montée; arrivés à un virage, on continue tout droit; au début, la route est goudronnée puis caillouteuse; on trouve un balisage sur une boîte aux lettres. On continue sur la piste; à un virage on laisse la piste et on entre dans le bois puis on le laisse sur la gauche et on prend un escalier en bois avec balisage : n°1 Cai blanc et rouge (GR)-l'autre boule jaune. On dépasse une maison détruite et le sentier rocheux devient dallé; au gros rocher, tourner à droite, comme balisé; on arrive au petit relais de secours n.13, on tourne à gauche en montée et on emprunte le sentier n.1 ; on dépasse les relais téléphoniques, on descend et on arrive à la bifurcation qui monte à Fontana). ...

Hospitalité:

Soviore(Monterosso): Santuario di N.S. di Soviore, loc. Soviore di Monterosso al Mare tel. +390187817385/0187817470 fax +390187817097 € 15 nuitée, € 12 souper, seulement pour pèlerin à pied avec sac de couchage et lettre de créance, Référénts Paolo o Simonetta. info@soviore.it

Volastra (Riomaggiore): Hospitalité dans la «canonica del Santuario» - Don Carlo : tel. (+39)0187920671 Massimiliano (0039)3391223926- 12 places de couchage; usage de la cuisine – toilettes avec douches – 10€

Distances à partir de Levanto

Fontona	km	3,20
Madonna di Soviore	km	4,40
Madonna di Reggio	km	3,70
San Bernardino	km	5,00
Bivio Case Pianca	km	2,70
Madonna di Volastra	km	3,00
totale	km	22.00



12^{ème} étape : Volastra-Sarzana 34km - 8,30 heures ; difficulté moyenne

On part, à *Volastra*, de la Place du Sanctuaire; on traverse la route carrossable et on prend la route des Sanctuaires; le premier tronçon est goudronné et en montée puis devient empierré et en terrain plat ; l'itinéraire continue dans un bois touffu vers l'Ouest. Arrivés à un virage en épingle très accentué, on voit un pylône rouge anti-incendie (Ce tronçon est d'environ 5km); ici, on tourne à gauche sur le sentier en montée balisé 01 qui se déroule presque rectiligne; seulement quand on arrive au sommet avec des tournants, le sentier arrive au lieu-dit La Croce où il rencontre une piste. On tourne à gauche, et en face d'un panneau explicatif, on tourne à droite en descente sur un sentier défoncé, on passe sous une tour de guet pour les incendies et on arrive à *Carpena*. On continue tout droit sur l'asphalte puis, dépassé le Monument aux Morts, on prend à droite le sentier caillouteux (Balisage 01) qui amène au petit village ancien Castè; on le dépasse en suivant une route dallée puis un escalier et on arrive sur l'asphalte qu'on suit quelque temps pour ensuite reprendre un autre sentier qui est cimenté, au début, quand il coupe la route goudronnée, mais tout de suite après devient empierré et traverse le bois. On arrive à la Foce par l'intermédiaire d'une petite échelle en bois, on tourne à droite et, tout de suite après sur l'asphalte sur la gauche, on passe devant l'hôtel «Nella», on traverse l'Aurelia, nous positionnant légèrement à gauche, on longe une barrière de sécurité et on tourne à droite et tout de suite après, sur asphalte, à gauche, on passe devant le monument de Mazzini, on continue en montée via Montalbano et à un tournant on continue tout droit sur chemin empierré, en longeant une copropriété. On rejoint à nouveau la voie carrossable qu'on traverse, on continue tout droit en légère montée sur une route avec des marches. A peine dépassé un oratoire à la Vierge, poursuivre en marchant à droite jusqu'à arriver sur le parvis de l'église de San Stefano à *Marinasco* (Fontaine) d'où on jouit d'une vaste vue sur le golfe. On dépasse l'église en descendant à gauche puis à droite sur un escalier ; arrivés à l'asphalte, tourner à droite vers Sabia avec balisage AVG; on traverse la route, on continue sur le goudron, après «Oasi Verde» on quitte l'asphalte et on prend sur la droite une route dallée vers Chiappa entre les maisons (Alimentation). On arrive à un petit escalier, on le monte, on passe en face d'un immeuble jaune sur la gauche, puis on continue tout droit devant : on est dans la via Costa Santa Lucia, lieu-dit Strà; à la bifurcation, continuer tout droit en montée sur route pavée où se trouvent des cippes (stèles funéraires) militaires, on passe devant un portail rouge, on poursuit à gauche sur chemin empierré, on arrive au goudron, on traverse et on continue sur un chemin avec des marches. On arrive aux écoles, on dépasse en légère descente et on revient sur l'asphalte ; on poursuit après plusieurs tournants en descente jusqu'à *Sarbia*. Sur la Place, on continue dans la via Montalbano en légère descente sur 2km environ. Dépassée la résidence «Gli Ulivi di Montalbano», on continue tout droit pour ensuite quitter le goudron par un escalier pour éviter les tournants, puis au n° 156a, on reprend l'escalier cimenté; on continue sur piste en montée ; au pylône électrique, on tient la droite et on descend par un escalier, nous sommes ici à Case Ratti ; on poursuit sur le sentier jusqu'à arriver au goudron, aux alentours du bar-auberge «Il Torchio»; on reprend la via Montalbano sur route goudronnée, évitant de monter dans le bois comme le signale l'AVG. On continue sur l'asphalte en montée en direction vers Valeriano qu'on rejoint en descente après quelques kilomètres. On poursuit toujours en descente; en laissant le village, on arrive au cimetière et, tout de suite après, on prend à gauche via Valeriano Vecchia, d'abord sentier puis route goudronnée. On rejoint via Valeriano dans un tournant, on continue tout droit et on arrive à la grande route SP330 à la hauteur de la petite église della Madonna di Buonviaggio; ici, on traverse l'Aurelia et on monte vers la gauche; au tournant, on continue tout droit par un raccourci, balisage AVG, puis on reprend la via G. Matteotti qu'on parcourt en entier jusqu'à arriver à la via Del Monte. On suit la via Del Monte sur 2km d'abord en montées puis en descentes, puis on tourne (...) à droite dans la via Cafaggio, on continue tout droit dans la via Sarzana: nous sommes arrivés à *Termo di la Spezia*. On poursuit tout droit sur la route nationale puis on tourne à gauche et on traverse la route; on monte par un petit escalier (Balisage AVG), on tourne à gauche dans la via Sommovigo en montée goudronnée; au premier

virage en U on continue tout droit, abandonnant la route carrossable pour ensuite la reprendre, poursuivre jusqu'à une bifurcation où on prend à gauche la via Fontanaviva, puis à une autre bifurcation on prend à droite la via Romana, la place 2 Giugno, on tourne à gauche dans la via Valentini; plus loin on traverse l'Aurelia, l'avenue (Vialle) della Repubblica, on passe sous la voie de chemin de fer et on entre sur la viale (Avenue) Amendola et, tout de suite après, on tourne à droite dans la via Caduti del Lavoro. On continue tout droit dans la via Giovato qui nous conduit sur l'Aurelia. On prend la gauche pour continuer vers Sarzana, traversant le long pont sur le Magra ; on arrive à un rond point, on continue tout droit toujours en direction du centre; au second rond point, on tourne à gauche et, peu après, on arrive au centre-ville de *Sarzana* (Hospitalité)

Hospitalité :

Sarzana: **Paroisse San Francesco d'Assisi**, 8 Via A. Paci tel. (+39)0187620356 (Don Renzo) - 20 couchages avec matelas, draps, couverture, toilettes avec douches 2€; participation 5€

Distances à partir de Volastra

La Croce	km 5,40
Foce	km 3,80
Sarbia	km 2,90
Case Ratti	km 2,00
Valeriano	km 4,00
Carozzo	km 3,90
Termo diLa Spezia	km 2,40
Passerella ponte ferroviario	km 2,70
Sarzana	km 6,90
totale km	34,00

Variante de 2km de longueur en plus :

(...) à gauche en Via Termo. On longe la voie ferrée sur la droite on dépasse la gare de Vezzano, on poursuit en pas and le passage souterrain de la gare , on tourne à gauche en Via Don Minzoni, on tourne à gauche dans le passage souterrain de la voie ferrée, on prend à droite la route qui longe la voie ferrée , on joint la route parallèle au viaduc de l'autoroute Forcola, on passe en dessous pour gagner le rond point qui on traverse et on poursuit tout droit en direction Sarzana le long la SP 1. Poursuivre 300 mt en passant sous la voie ferrée, on tourne à gauche pour monter un escalier en ciment et joindre le passage piéton qui longe le pont de la voie ferrée et traverse le fleuve Magra, de l'autre côté on trouve un escalier qui nous porte sur la rive gauche d Magra. Poursuivre le long du fleuve sur une route non pavée, tourner à gauche en longeant un canal pour rejoindre donc la route goudronnée et tourner à droite. On poursuit 200 mt environs et au croisement on continue tout droit sur route non pavée, garder le côté gauche en montant légèrement, en longeant l'autoroute, on tourne à droite le long du terrain de foot pour tourner après à gauche le long du fleuve (le parcours est marqué PF). Continuer toujours tout droit le long du fleuve pendant 2 km environs, tourner à gauche en longeant le petit lac, continuer en longeant l'autoroute, tourner à gauche sous le viaduc pour rentrer sur une petite route goudronnée en longeant un canal sur la droite. Tourner et traverser un petit pont à droite donc tourner à gauche toujours en longeant le canal. Dépassée le TIRO A SEGNO, tourner à gauche en Via Pecorina sous le passage de la voie ferrée. On dépasse le panneau qui indique SARZANA, on tourne à gauche jusque à rencontrer l'avenue flanquée d'arbres Dante Alighieri. Aller tout droit pour rejoindre le centre de la ville.



SUORE DI CARITA'
"Villa Costantina"
Via Santo B. Capizano e V. Genova 6
17027 PIETRA LIGURE (SV)



CONVENTO FRATI
CAPPUCCINI
VARAZZE
Fella
16/08/12



Sorelle Clarisse Itineranti
Santuario S. S. delle Grazie
Genova Voltri



ISTITUTO DI CULTURA E LINGUE MARCELLINE
Via S. Nazaro, 20
16148 GENOVA

