



La sezione escursionisti del G.E.B., organizza

**SABATO 12 APRILE '25**

L'escursione a :

## **Sentiero del pellegrino (NOLI-VARIGOTTI)**

### **ITINERARIO :**

Il **Sentiero del Pellegrino** è un vero e proprio **gioiello** incastonato nella splendida **costa ligure**, un percorso che condurrà alla scoperta di alcuni dei **luoghi più suggestivi** di questa regione, tra **storia, natura e panorami mozzafiato**. **Itinerario ad anello** che permetterà di esplorare questo sentiero in tutta la sua bellezza, partendo da **Noli**, un borgo medievale ricco di fascino, e arrivando fino a **Varigotti** passando dalla **Torre delle Streghe**, un'antica costruzione che domina la costa. Il percorso si snoda tra sentieri ben segnalati e strade sterrate, attraversando boschi di **macchia mediterranea, uliveti e piccoli borghi**. Lungo il tragitto, ci sarà l'opportunità di ammirare **panorami mozzafiato sul mare**, di scoprire le tracce dell'**antica presenza dell'uomo** in questi luoghi. Esso si snoda, in questo caratteristico promontorio che, in alcuni punti, si getta in un mare ancora bellissimo e selvaggio con delle spettacolari scogliere. Il tracciato, come si diceva, parte dall'antica Repubblica Marinara di **Noli** e porta all'antico borgo saraceno di **Varigotti** attraversando la tipica macchia mediterranea con alcune finestre panoramiche e con scorci tra i più belli della riviera di ponente. Grandiosa vista sulla **baia dei saraceni** importantissimo porto naturale fino alla sua distruzione da parte dei genovesi nel 1341. Il percorso lungo è un giro ad anello che parte ed arriva a **Noli** con due sentieri distinti: uno (andata) che si affaccia al mare e l'altro (ritorno) nell'entroterra e che formano un circuito da compiere nelle mezze stagioni. Mare, monti, natura e panorami sono i punti di forza di questa semplice camminata.

### **PROGRAMMA :**

RITROVO:            ORE 6,15    Ritrovo in Via Paradigna (presso la rotonda dell'Eurotorri)  
                         ORE 6,30    Partenza in pullman per Noli (Liguria) **km 255**  
                         ORE 10,00   Inizio percorso

### **Note tecniche**

Percorso corto        : **Escursionistico**    Noli Varigotti  
Tempo complessivo: **2,30 ore**  
DISLIVELLO         : **270 m**

Percorso lungo      : **Escursionistico**    Noli Varigotti e ritorno (2 sentieri distinti)  
Tempo complessivo: **4,30 ore**  
DISLIVELLO         : **580 m**

### **Pranzo: al sacco**

Il contributo per l'escursione è di (€ **30** circa) e verrà definito appena si conoscerà il numero dei partecipanti che salvo indicazioni contrarie dell'ultimo minuto non potrà essere inferiore alle 40 persone.

**ATTREZZATURA** : abbigliamento "a cipolla"; indispensabili gli scarponcini o scarpe da trekking con suola Vibram, felpa e giacca impermeabile (in caso di pioggia e/o vento).

Al termine dell'escursione ci sarà una piccola merenda offerta dagli organizzatori ed **arricchita dalla generosità dei partecipanti**.

Tutti coloro che sono interessati a partecipare all'escursione sono invitati a contattare entro e non oltre il **5 Aprile'25** ai Sigg.ri

|                  |                  |
|------------------|------------------|
| PALMIERI Rosy    | Tel 335 609 9091 |
| PASSERA Roberto  | Tel 338 641 9677 |
| SCHIANCHI Sergio | Tel 339 300 5667 |

Al raggiungimento dei 55 partecipanti, le iscrizioni saranno chiuse anche prima del termine indicato

**Si ricorda che la partecipazione all'escursione è a titolo personale per cui non può essere addossata alcuna responsabilità al G.E.B. o ai partecipanti, per danni a persone o cose conseguenti a eventuali incidenti prima, durante e dopo la gita.**

Il Sentiero del Pellegrino è lungo circa 6 km, considerando la solo andata, e la durata è di 2 ore e mezza. Il sentiero ad anello unisce i borghi di **Noli e Varigotti**. L'altezza massima del sentiero è di 260 metri s.l.m. Il dislivello è di circa 300 metri. Il sentiero è indicato con un pallino rosso vuoto nell'area di Noli e con una X rossa nel tratto per Varigotti.

Da Noli il sentiero inizia in via XXV Aprile, quando terminano le case, in direzione Varigotti, poco lontano dalla chiesa di San Francesco. Il percorso è indicato dal **cartello informativo della Passeggiata Dantesca**. L'inizio sale in maniera graduale e non è ripido. Dopo circa 20 minuti si incontra la chiesa di Santa Margherita, un vecchio edificio oggi in rovina, con un bel balcone sul mare.

Proseguiamo nel verde della macchia mediterranea fino a quando, sulla sinistra compare un cartello che indica la **deviazione verso la Grotta dei Briganti o antro dei Falsari**.

### **Grotta dei Falsari o dei Briganti**

Oltre la deviazione, poco prima della discesa verso la grotta, si trova una bella zona panoramica. Se è l'ora giusta, è il luogo perfetto per un pranzo al sacco con vista sul blu intenso del mare. Per raggiungere la Grotta dei Falsari si continua a scendere lungo un tratto di sentiero con fondo polveroso e pietre. Ci sono delle corde a cui aggrapparsi, utili per non scivolare. Ancora pochi passi e compare la **Grotta dei Falsari, inondata dalla sua inconfondibile luce dorata**. Questo particolare effetto ottico è dovuto all'inclinazione dei raggi del sole che entrano. La grotta è una enorme **cavità naturale** nella roccia **con vista favolosa sul mare**. La grotta ha avuto **origine** dalla lenta e continua erosione del mare, durata milioni di anni, quando la parete era sotto al livello dell'acqua. Per scendere nella grotta c'è una piccola apertura, un cunicolo per calarsi all'interno. Si racconta che un tempo i contrabbandieri la usassero per nascondere le loro merci, luogo perfetto per non essere avvistati: e da qui il nome Grotta dei Briganti o dei Falsari.

Dopo la visita si risale fino al sentiero principale.

La via diventa più ampia e si apre un pittoresco **punto panoramico** con vista sulla costa, Noli, Spotorno e l'isola di Bergeggi.

Dopo poco si svolta a sinistra, si supera località Semaforo di Capo Noli, con una zona recintata con grandi antenne, e inizia un altopiano. Continuiamo e sorpassiamo la **Torre delle Streghe**, una torre diroccata costruita nel 1586 da Noli, nei pressi della linea di confine, per proteggersi dai tentativi di invasione di Varigotti. In passato tra le due cittadine c'era molta rivalità: Noli era alleato di Genova e Varigotti apparteneva al marchesato di Finale. La costruzione è stata poi chiamata "Torre delle Streghe" per via del nome usato dai nolesi per deridere le donne di Varigotti.

Dal sentiero principale, **pochi passi dopo la Torre, sulla sinistra inizia un promontorio su cui consiglio di fare una deviazione, perché uno dei punti panoramici più belli ed emozionanti** di tutto il trekking! Arriva fino in cima, poi scendi sulla parte destra per una vista migliore.

Qui la montagna cade a picco e il mare sottostante ha infinite sfumature, dal turchese al blu intenso. L'acqua è cristallina e si intravedono gli scogli sommersi. Tra le alte falesie si scorge la spiaggia del Malpasso.

Rivolgendo lo sguardo a destra, **il promontorio verde e selvaggio all'orizzonte è Punta Crena**, con l'inconfondibile torre saracena. La torre fu costruita dopo l'invasione dei Turchi nel XVI secolo, per avvistare i pirati al largo delle coste. La splendida insenatura che la precede è la bellissima Baia dei Saraceni.

Il percorso rimane sempre in altura e, **dopo un breve tratto, un altro promontorio richiede una sosta**: anche qui il panorama è spettacolare!

Qualche passo e, sulla sinistra, nascosta tra le rocce, si intravede una piccola spiaggia candida. Proseguendo sulla destra si trova il punto migliore per osservare l'inconfondibile falesia di **Punta Crena** e i colori cangianti della Baia dei Saraceni.

**Baia dei Saraceni** è una delle spiagge più belle della Liguria, 400 metri di sabbia e ghiaia bagnati da un mare con tutte le sfumature di smeraldo e di blu. E vista dall'alto, questa tavolozza di colori, è ancora più brillante. Rimane invece nascosta la piccola spiaggia segreta di Punta Crena, una insenatura incastonata tra le rocce della falesia, con acqua limpidissima. La spiaggetta si raggiunge dalla costa a nuoto o, più facilmente, con pedalò e canoe. Si arriva anche via terra, ma l'ultimo tratto è impegnativo e bisogna calarsi con delle corde.

Dopo la sosta continua la discesa tra la natura.

Quando ormai manca poco a Varigotti, appare un originale muretto colorato: è il **mausoleo di Giuseppe Cerisola**. Giuseppe Cerisola nacque a Varigotti all'inizio del secolo scorso, dedicò la sua vita al mare e trascorse molti anni in Australia. Tra queste alture si trovava il suo orto, e qui decise di costruire un piccolo monumento per ricordare i momenti importanti della sua vita. Il muretto è dedicato al mare e sono scolpiti salvagenti, stelle marine, incisioni con i nomi delle persone salvate. Prima di arrivare a Varigotti, un bivio sulla sinistra porta alla **chiesa di San Lorenzo**, un'abbazia benedettina del XIII secolo a picco sul mare.



Grotta dei Falsari



Baia dei Saraceni