



CAI - La Spezia

1926 - 2026



Parco Nazionale delle Cinque Terre

SVA Levante Monterosso Scoprendo il Podere Lovara

Domenica 14 Giugno 2026



In occasione della 14ª edizione di "In Cammino nei Parchi", la Giornata Nazionale dedicata alla scoperta e alla valorizzazione delle aree protette italiane, abbiamo pensato di proporre questa suggestiva escursione nel Parco Nazionale delle Cinque Terre. Escursione lungo il Sentiero Verde Azzurro, tra pinete, vigneti, macchia mediterranea e panorami spettacolari sul mare. Dalla stazione di Levante si raggiunge l'imbocco del sentiero e si percorre il tracciato fino alle Case Lovara, importante esempio di recupero del paesaggio rurale tradizionale, dove è prevista una sosta. Si prosegue quindi verso Punta Mesco (313 m), straordinario balcone naturale affacciato sulle Cinque Terre, con una vista che nelle giornate più limpide si estende fino all'Arcipelago Toscano e alla Corsica. Dopo una sosta presso i suggestivi resti della Chiesa di Sant'Antonio al Mesco, il percorso scende verso Monterosso al Mare, il più settentrionale dei borghi delle Cinque Terre, caratterizzato da spiagge, limoneti e dal fascino del suo centro storico. Al termine dell'escursione, tempo a disposizione per una breve visita del borgo e rientro secondo il programma previsto.

Dislivello: 450 mt; **Difficoltà:** E

Tempo di percorrenza: 4/5 ore

Mezzi di trasporto: Treno

Ritrovo: ore 7:30 davanti alla biglietteria della Stazione della Spezia con biglietto fatto treno per Levante delle ore 7:50

Ritrovo alla Stazione FS di Levante ore 8:25

Accompagnatori: Maurizio Cattani - Giorgio Raso 3311136695

Attrezzatura: Calzature da trekking, cappello, crema solare. **Pranzo:** al sacco, buona scorta di acqua