

## Cinque Terre: Monterosso-Riomaggiore

**Sezione Appenninica:** Appennino Ligure

**Località:** La Spezia

**Periodo:** tutto l'anno

**Copertura Cellulare:** sì

**Adatto ai Bambini:** sì

**Livello Difficoltà:** [I](#)

**Quota massima:** 200 mt.

**Tempo percorso:** 5:00 h

**Panorama:** ottimo

**Segnavia:** [sentiero azzurro](#) (striscia bianca e azzurra)



<http://www.lecinqueterre.org>

### Accesso Stradale

L'accesso al sentiero azzurro si ha dalla località Monterosso. Si consiglia di raggiungere la località in **treno** poiché l'afflusso di turisti è sempre notevole e questi piccoli paesi non offrono molte possibilità di parcheggio.

### Percorso

Il sentiero azzurro è un tracciato molto caratteristico che unisce i paesi delle 5 Terre., la sua notorietà lo porta ad essere molto frequentato dai turisti che spesso affollano queste vie. Il percorso è semplice e nonostante alcuni saliscendi non presenta dislivelli impegnativi. Lungo 12 km, si snoda sulla costa ligure offrendo paesaggi meravigliosi e la possibilità di visitare i 5 borghi marinari. Anche se occorrono poco meno di 5 ore per attraversare le Cinque terre è bene dedicare una giornata intera a questa escursione poiché è consigliabile soffermarsi spesso ad ammirare i paesaggi e i borghi antichi. Per accedere al sentiero è necessario pagare un pedaggio di 3,00 euro per persona.

Si parte da **Monterosso** e dopo una breve passeggiata sulla scogliera si sale tra i vigneti.; scalinate ripide, mulattiere e ponticelli in pietra saranno una costante durante tutto il tragitto. Dopo alcuni chilometri si incontra un'area di sosta attrezzata e da qui si comincia la discesa per Vernazza; da non perdere alcuni punti panoramici che offrono splendidi scorci sul mare. La discesa si completa con un ultimo tratto molto ripido che porta direttamente nel centro abitato di **Vernazza** (circa 2 ore). Vicino alle fortificazioni di Vernazza il sentiero prosegue per Corniglia, si sale tra gli uliveti per raggiungere il punto più alto dell'itinerario, frazione Prevo 220 mt.; da qui si possono osservare bellissimi panorami e i borghi sottostanti restano incorniciati tra il verde della vegetazione e il blu del mare. Dopo un paio di saliscendi poco impegnativi, un'area di sosta attrezzata e alcuni ponti in pietra si arriva a **Corniglia** nei pressi della chiesa (circa 1 ora e mezza).

Da Corniglia si dovrà salire la lunghissima scalinata di 377 gradini che porta alla stazione per poi continuare sulla percorso che costeggia i binari, passata una galleria si sale nuovamente per valicare la collina e trovarsi già alla vista di **Manarola** che si raggiungerà rapidamente (circa 1 ora). Da Manarola si prosegue attraverso quello che è il tratto più famoso del percorso; la "[Via dell'Amore](#)" un camminamento scolpito sulle rocce della scogliera che scende a picco sul mare; il sentiero si conclude con l'arrivo a **Riomaggiore**. (circa 30 minuti)

### Note

Esistono [numerose escursioni](#) in questa zona e gli appassionati di Trekking possono trovare diverse alternative, il sentiero azzurro è sicuramente il più famoso e frequentato, ma anche gli altri percorsi non sono da meno. Molto bello il sentiero rosso che è segnato sul crinale delle montagne alle spalle del mare.

La scheda descrive l'itinerario da Monterosso a Riomaggiore ma ovviamente questo tragitto può essere anche percorso in senso contrario.

---

**Le informazioni che trovate in questa pagina sono frutto di esperienze personali; si consiglia sempre, prima di effettuare una escursione di reperire informazioni e percorsi aggiornati presso Sezioni CAI di competenza – Enti del Turismo locali.**

# CARTA SENTIERI (5 TERRE)



[http://www.cinqueterreresidence.it/cinque\\_terre/sentieri\\_cinque\\_terre/images/sentieri\\_hires.gif](http://www.cinqueterreresidence.it/cinque_terre/sentieri_cinque_terre/images/sentieri_hires.gif)