

TOP 29 Campiglia – Portovenere

2.30 Std.



Auf der Panoramastrecke des Höhenweges Alta Via delle Cinque Terre

Wer einige ausgesetzte Stellen in Kauf nimmt, dem öffnet sich auf diesem Weg eine ganze Palette atemberaubend schöner Panoramablicke über die Cinque-Terre-Küste bis zum Kap S. Pietro und zur Insel Palmaria.

Ausgangspunkt: Bushaltestelle in Campiglia, 395 m.

Endpunkt: Portovenere, 4 m (Bus und Schiff).

Höhenunterschied: Rund 50 m im Aufstieg und 440 m im Abstieg.

Anforderungen: Unschwere Wanderung auf gut markiertem Weg, der aber an der Südwestflanke des Monte Castellana sehr schmal und ausgesetzt ist.

Einkehr: In Campiglia und Portovenere Bars und Restaurants.

Variante: Wer nicht schwindelfrei und

trittsicher ist, kann den Monte Castellana, 507 m, auch von der West- bis zur Südostflanke umrunden (»AVG«), muss aber zusätzlich 1 Std. Gehzeit einplanen.

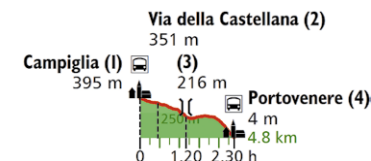
Kombinationsmöglichkeit: Mit Touren 15, 16 (Anstieg nach Soviore), 26, 27 und 28 (Alta Via delle Cinque Terre).

Hinweis: Wer sich mit dem Fahrschein-automaten an der Piazzetta in Portovenere schwertut, kann die Bustickets nach La Spezia auch bei der kleinen Enoteca (rechts an der Piazzetta, etwas tiefer gelegen) besorgen.

Das Kapgebirge im Rücken von Portovenere.



Von der Bushaltestelle in **Campiglia (1)** gehen wir rechts an der schmucklosen Kirche, an Gärten und einem ehemaligen Wachturm von 1840 vorbei zu unserem gut ausgeschilderten Höhenweg (Markierung: »AV5T« für *Alta Via delle Cinque Terre* bzw. »AVG« für *Alta Via del Golfo* auf weiß-rottem Grund) auf dem bewaldeten Kamm. Er führt als erdiger, breiter Weg über zwei Lichtungen (Rastbänke) und dann durch den Kammwald mit hohen Kiefern, kleineren Steineichen und fast 4 m hoher Baumheide. Bald darauf biegt der Weg nach rechts und fällt kurvig ab. Nach einer Serpentine bringt uns ein bequemer kleiner Abstecher durch eine wegartige Schneise etwa 100 m weiter geradeaus genau auf dem Grat zu einem ehemaligen MG-Nest auf dem jäh abfallenden Sporn des Ausläufers und endet dort. Nachdem man das Küstenpanorama der Cinque Terre von der Punta Mesco im Nordwesten bis hin zu den Inseln Palmaria, Tino und Tinetto im äußersten Südosten genossen hat, geht es zurück zur erwähnten Serpentine und damit zurück zu dem an Bäumen und auch am Boden weiß-rot markierten Hauptweg, der nach links ziemlich steil abfällt und nach etwa 200 m auf die **Asphaltstraße Colle del Telegrafo – La Spezia** stößt. Auf ihr gehen wir rechts etwa 100 m abwärts, kommen an einem Haus und einem verrottenden Boot vorbei und verlas-



sen sie dann halb rechts auf einem mit Kiefernadeln übersäten Waldweg, der etwa 100 m sanft ansteigt und danach als Kammweg wieder leicht fällt. Nachdem wir über ein Terrain mit rötlichen Felsplatten gewandert sind, tangieren wir die Asphaltstraße Campiglia – Marola, die **Via della Castellana** erneut bei einer **Kehre (2)**, 351 m. Hier gabelt sich unser Weg.

Links führt die mit *agevole* als »bequem« charakterisierte Variante »AVG« um die West-, Nord-, Ost- und Südostflanke des **Monte Castellana** in 3 Std. nach Portovenere (Variante). Wir wählen aber den rechts abzweigenden, schwierigeren Weg an seiner Südwestflanke, der das gleiche Ziel (»AV5T«, 2 Std.) hat – zwar *difficoltoso*, aber eine der schönsten Wegstrecken der Cinque Terre. Er verläuft durch die Macchia am meerseitigen Abhang als schmaler Pfad, gelegentlich auch über felsiges Terrain. Dann geht es in Kurven leicht abwärts durch ein dichtes Steineichenwäldchen. Über ein etwas ausgesetztes, aussichtsreiches Wegstück mit rötlichen Felsen wandert man nun hoch über der Küste und einem burgartigen Luxusdomizil bis zu einem hellen Felssporn (gelb-weiße Markierung) aus nahezu vertikal geschichtetem Schiefer. Hier ist etwas Trittsicherheit gefragt.

Dies wiederholt sich nun mehrmals: Um drei weitere halbrunde Felssporne herum und dazwischen auf dem felsendurchsetzten, gepflegten Macchia-Pfad wandert man beständig in Richtung Südosten, immer mit traumhaftem Blick auf die Küste und auf das Kapgebirge vor Portovenere sowie die vorgelagerten Inseln – Genuss pur!

Am Abstieg zum Castello di San Giorgio, kurz vor Portovenere.



Nach einem Felstreppechen gelangen wir schließlich auf einem nadelübersäten Weg unter Kiefern hinab zum asphaltierten »AVG«-Fahrweg, der jetzt wieder mit unserem Weg »AV5T« identisch ist. Auf einem aus Felssteinen gefügten markierten Abkürzer spazieren wir nun rechts durch niedere Macchiavegetation auf den spektakulären meerseitigen Kletterfelsen Roccia Muzzerone des Kapgebirges zu und treffen bald wieder auf die Teerstraße. Über den breiten **Sattel (3)**, 216 m, südlich des Monte Castellana vor uns geht es eben an einem weißen Haus mit grünen Fensterläden vorbei zu einem Mischwald mit Hainbuchen, wo wir die Straße verlassen und geradeaus auf einen geschotterten Fahrweg mit Schieferplatten-Ab-



Die romanische Kirche am Kap San Pietro.

raum treffen, den wir (Pfeil beachten!) sofort nach rechts hangaufwärts auf einem Abkürzer verlassen. Er mündet kurz darauf wieder in die Asphaltstraße, der wir nun nach links (Felsmarkierung) Richtung Südosten etwa 400 m leicht ansteigend um die Rückseite der Muzzerone-Felsen folgen, an einem Schiefer-Steinbruch und zwei Findlingen vorbei bis zu einer Rechtskurve der Straße.

Sie führt mit »516/Castello Muzzerone« markiert zu einer Festung oberhalb der Kletterfelsen. Wir verlassen sie aber im Kurvenscheitel auf dem geradeaus (südöstlich) verlaufenden und mit »AV5T« bezeichneten kiesigen Fahrweg, der sich bald zu einem erdigen Waldweg verjüngt. Durch lichte Macchia, an vereinzelten Kiefern und markierten Felsen und Häuserruinen vorbei wandern wir nun leicht abwärts auf die Spitze der Halbinsel zu. Nach einem Kiefernwäldchen beginnt der Weg steiler zu fallen und von rechts mündet der Muzzerone-Weg »516« wieder in unseren ein. Auf nun schotterig-rutschigem, felsendurchsetztem, breiterem Weg geht es dann etwas nach links und steil bergab auf große, flache, blaugraue Schieferfelsen vor der rückwärtigen Wehrmauer des **Castello di S. Giorgio** zu. Von dort genießt man den prächtigen Blick auf die Meerenge mit der romanischen Kapkirche San Pietro, auf die Insel Palmaria und die große Bucht Baia di Portovenere dazwischen. Linkshaltend geht man nun über einige Felsplatten zu der zinnenbewehrten Wehrmauer des Castello di San Giorgio und erreicht auf einer langen Treppe aus Schieferplatten die Piazzetta am Hafen von **Portovenere (4)**.