



# CAI CINISELLO BALSAMO



*14 Marzo 2010*

*Monte Capenardo (m 693)*

*Sestri Levante – Cavi di Lavagna (GE)*

**RITROVO:** ore 6.00 presso il parcheggio del Palazzetto dello sport di Cinisello Balsamo

**LOCALITA' DI PARTENZA:** Campeggio Sant'Anna Sestri Levante (GE)

**ACCESSO:** Autostrada A7 MI-GE quindi imboccare la direzione per Livorno fino all'uscita di Sestri Levante. Proseguire in direzione di Sestri fino ad una rotonda dove voltiamo a destra in via Bruno Primi al termine della quale voltiamo a sinistra in via Arnaldo Terzi fino ad un semaforo dove, voltando a destra, è possibile parcheggiare l'auto. Proseguendo a piedi sulla via Antica Romana Occidentale (proseguimento della via Arnaldo Terzi) si raggiunge, dopo alcune centinaia di metri, il Campeggio Sant'Anna.

**CARTE E GUIDE:** Tigullio - Parco di Portofino – 1:25000 – FMB Bologna

**TEMPO DI PERCORRENZA:**

**itinerario A** - 5,30 ore anello Sestri – M. Capenardo – Cavi – Sestri (percorso lungo che richiede un buon allenamento)

**itinerario B** - 4,50 ore Sestri – M. Capenardo – Sestri

**DISLIVELLO:**

**itinerario A** +/- 693 m + 129 m

**itinerario B** +/- 693 m

**DIFFICOLTA':** E.

**ATTREZZATURA:** da escursionismo semplice.

**COLAZIONE:** al sacco (non ci sono rifugi di appoggio)

**QUOTA D'ISCRIZIONE:** € 2,00

**DIRETTORE DI ESCURSIONE:** Claudio Gerelli

Il monte Capenardo, panoramica cima (m 693) a picco su Sestri e Lavagna, fin dall'epoca romana fu sede di cave di ardesia, di cui si trovano numerose tracce nella parte sommitale.

Il percorso parte dal campeggio di S. Anna e segue la "Via dei Ponti" costruita dalla Repubblica di Genova alla fine del '700, attraversando la valle del Fico (Sito di Importanza Comunitaria). Si giunge così ai ruderi della chiesa di S. Anna, luogo assai suggestivo con bella vista su Sestri, la sua "isola" e la Baia delle Favole, situato lungo l'antica via Aurelia, di cui si possono ammirare ancora alcuni tratti.

Salendo quindi l'ampia cresta del monte Capenardo si attraverserà una rada pineta spesso soggetta a incendi ma ecologicamente interessante, per immergersi in seguito nel caratteristico bosco di leccio e di latifoglie, e giungere infine alla cima. Qui, circondati dalla vegetazione, si potranno osservare i resti dell'attività estrattiva, terminata alla fine dell'800.

Proseguendo oltre la vetta si scende in breve alla Colletta (m 640) dove alcuni cartelli raccontano l'epopea dell'estrazione dell'ardesia.

Da qui inizia la discesa su Cavi lungo lo storico "sentiero delle camalle", gradinata per la quale un tempo le donne scalze scendevano al mare portando sulla testa lastre di ardesia pesanti fino a 60 kg! Da Cavi si risale con breve e piacevole passeggiata ai ruderi della chiesa di S. Anna, per scendere verso Sestri ormai in vista del campeggio di S. Anna

**ATTENZIONE:**

I sentieri non sono sempre segnalati con precisione, si consiglia pertanto di non allontanarsi dal direttore di escursione

SCHEMA DI APPROFONDIMENTO:

## MONTE CAPENARDO e "sentiero delle camalle"

SESTRI LEVANTE – CAVI DI LAVAGNA (LIGURIA)

### **VALLE DEL FICO E ROCHE DI SANT'ANNA**

È questo un **SIC** (sito di importanza comunitaria) di particolare pregio naturalistico. Si evidenzia per l'interessante commistione di valori storici e naturali, con aspetti tipici delle vallecole fresche e dei versanti aridi e assolati, con garighe a euphorbia spinosa ligustica e pseudogarighe a genista salzmanni, e la macchia a euphorbia spinosa ligustica, si alternano a formazioni erbacee termoxerofile con specie perenni o annue e localmente ricche di orchidee, scogliere e comunità rupestri. Sono anche presenti lembi di boscaglia mesofita a orniello, carpino nero e ontano, importanti per l'insediamento di popolazioni di anfibi e uccelli. Gli aspetti forestali sono completati da un bosco rado di pino marittimo quasi totalmente distrutto da un violento incendio nel 2000 e da una macchia-forteto di leccio in via di ricostituzione.

### **L'ANTICA STRADA DELLE ROCHE DI S. ANNA.**

Il percorso stradale che collega Sestri a Cavi sale attraverso la stretta valle del Fico fino ai ruderi di S. Anna, ed è caratterizzato da diversi tornanti. La strada passa su una serie di cinque ponti ad unica arcata, che consentono il superamento di modesti corsi d'acqua a regime torrentizio. Un sesto ponte con le stesse caratteristiche costruttive si trova a ovest della chiesa di S. Anna.

Questa strada, parte dell'itinerario costiero dell'Aurelia, permette di superare lo scoglio roccioso naturale che si protende fino al mare con scoscesi dirupi, conosciuto come Rocche di S. Anna.

Il manto stradale è formato in alcuni tratti da una pavimentazione in arenaria locale, in altri dalla stessa base rocciosa adeguatamente spianata. La sede stradale ha una pendenza moderata ottenuta con frequenti tornanti e la sua larghezza, come quella dei ponti, è di 4-5 metri, per permetterne la percorribilità ai mezzi di trasporto su ruote.

### **LA CHIESA DI S. ANNA**

Si racconta che tanti secoli fa un nobiluomo francese, mentre viaggiava da Cavi a Sestri su un tratto fortemente scosceso sul mare, ad un tratto precipitò poiché il cavallo era scivolato. Durante il volo egli si raccomandò a S. Anna, che aveva molto in devozione, e miracolosamente rimase illeso cadendo sul cavallo fracassato. Per la grazia ricevuta fece edificare sul luogo dell'incidente una cappella dedicata alla santa, che poi fu ampliata in vari tempi.

Ciò che rimane della chiesa è una costruzione in arenaria databile fra il XVI e il XVII secolo, di cui però si hanno notizie scritte già a partire dall'inizio del 1500, quando era utilizzata per le messe ogni giorno.

Per la celebrazione della Santa, che era molto popolare, da antichi documenti si sa che in occasione della ricorrenza si svolgeva una fiera pubblica di diversi giorni, con giochi, musica, balli e canti. Dapprima tale manifestazione fu condannata perché ritenuta poco religiosa, pena la scomunica e una sanzione pecuniaria, dal Vescovo di Bugnato e dal Podestà di Sestri, ma in seguito venne ufficialmente autorizzata dalla Repubblica di Genova.

Dal 1810, quando fu aperta la nuova strada litoranea napoleonica, la chiesa cadde in disuso e in breve tempo cadde in rovina.

### **VERSO LA CIMA**

Salendo lungo il sentiero verso il Capenardo si attraversa quello che originariamente era un bosco di pino marittimo. Nel corso degli anni (l'ultimo nel 2000) ha subito diversi passaggi del fuoco, e sono visibili i vari stadi di degrado da **incendio**.

Alcuni pini, benché privi di vita, sono ancora in piedi, mentre altri, dopo aver perso la corteccia carbonizzata, sono crollati a terra. Diversi esemplari della macchia stanno tentando la ricrescita.

Si tratta di specie caratterizzate da strategie contro gli effetti del fuoco. Alcune sono provviste di sistemi per rigermogliare molto velocemente dopo gli incendi, attraverso gemme poste molto in basso, alla base del tronco (es. erica, corbezzolo). Altre sono favorite dalla composizione chimica del suolo bruciato (es. ginestra dei carbonai, calicotome spinosa). Altre ancora hanno una veloce ripresa, in quanto il calore del fuoco favorisce la germinazione dei semi (es. cisto e conifere).

Fra le piante della macchia troviamo arbusti di varia dimensione e densità: cisto, erica arborea, corbezzolo, terebinto, mirto, fillirea, lentisco.

Salendo ulteriormente si incontrano, fra rarissimi esemplari ancora vegeti, altri pini secchi a terra, che non sembrano morti per effetto del fuoco, in quanto non sono visibili segni di incendi recenti. Il che fa pensare che invece siano stati vittime dei parassiti. Qui la macchia è piuttosto evoluta, con piante alte quali corbezzoli ed eriche arboree, che cominciano a creare quel sottobosco ombroso adatto alla germinazione delle piantine di leccio, bisognose di un suolo ricco e di un'adeguata protezione dal sole e dal vento per evitare di seccare precocemente.

Salendo di quota la foresta di lecci pressoché pura gradatamente si arricchisce di roverelle e, a partire dai 400-500 metri e sui pendii più freschi, di altre specie come carpino nero e ornello.

Più in alto si raggiungono zone in passato coltivate, su cui l'uomo, alternatamente a pascoli, ha piantato il castagno, ancora assai diffuso fra altre specie arboree mesofite, cioè amanti di condizioni di umidità ed esposizione intermedie (carpino, rovere, etc). Nei prati sono diffuse orchidee selvatiche.

### **LE CAVE DI ARDESIA**

*"Chi estraeva ardesia faceva una vita da bestie: il cavatore viveva continuamente in mezzo alla polvere, all'umidità e al buio, sia dentro che fuori le cave."*

Raggiunto il crinale, ci si trova su un terreno a groviera. Osservando con attenzione, si notano ovunque i segni **dell'attività estrattiva** terminata un secolo fa. In alcuni casi la roccia è visibilmente tagliata in modo innaturale, si intuiscono entrate verso le profondità della terra, ma non si vedono, poiché in parte l'uomo le ha sbarrate per motivi di sicurezza, in parte detriti e vegetazione hanno coperto tutto. In altri casi si vedono avvallamenti più o meno profondi rispetto al livello del terreno circostante, probabilmente sede di cave divenute alla fine a cielo aperto (si scavava verso l'alto). Poco dopo il bivio per S. Giulia sulla sinistra un esempio di entrata di cava ancora in parte aperta, anche se non accessibile.

### **DISCESA SU SANTA GIULIA**

Questo è uno dei percorsi delle antiche trasportatrici di lastre di ardesia.

*"Addette al trasporto dal Sangiacomo al mare erano le donne, che si facevano sistemare sulla testa (protetta solo da un grosso fazzoletto avvolto a ciambella) lastre che raggiungevano sessanta chilogrammi di peso. La strada da percorrere a passo svelto era lunga almeno un paio di chilometri e per meglio mantenersi in equilibrio scendevano scalze, ma ciò non scongiurava il rischio di scivolare o inciampare."*

Lungo la gradinata, si può osservare come essa stessa sia stata costruita con gli scarti di lavorazione nella pavimentazione dei gradini e nelle lastre di delimitazione del percorso dai terreni circostanti. Intorno fasce abbandonate una volta coltivate a castagno. Qua e là i resti di qualche edificio rurale anch'esso interamente costruito di ardesia. Come anche nelle fasce i muretti di divisione, le scalette, le pose.

Più in basso qualche casetta con poderi ancora abitati e alberi da frutta e ulivi che, scendendo, diventano sempre più predominanti. Adesso le fasce sono curate e si può osservare come anche i pergolati siano retti da pali infilati in buchi appositi scavati nell'ardesia di alcuni elementi dei muretti.