

## PORTOFINO PUNTA CHIAPPA

Questa escursione è breve ma decisamente ricca di emozioni e di meravigliosi panorami. E' considerata non impegnativa, e se fatta nei mesi estivi non dimenticate il costume. Equipaggiamento: scarpe comode e zainetto con Snecks e acqua. Distanza andata e ritorno 6 Km. Percorrenza media 1,30 ore. Si parte dalla **Chiesa di San Rocco di Camogli** (1863) situata all'estremità EST del **Parco di Portofino**. Addossato alla Chiesa c'è un piccolo Borgo un tempo abitato da contadini, pescatori e religiosi. Alla Chiesa si può arrivare con il BUS, auto o moto, strada nazionale **Aurelia** direzione **Genova / Camogli**. Giunti su retro della **Chiesa di San Rocco di Camogli**, lato mare, iniziamo l'escursione. Un comodo sentiero, con una leggera pendenza ci conduce verso la scogliera, passando tra piccoli insediamenti di Case Liguri, di orti, ricchi di alberi di limoni e degli immancabili ulivi. Arrivati alla piccola **Chiesa di S.Nicolo' di Capodimonte**, che è considerata una delle più antiche chiese della Liguria (III sec), ci fermiamo qualche istante ad ammirare lo splendido scenario del **Golfo Paradiso**. Di fronte si mostra in tutta la sua bellezza la costa che abbraccia **Genova e Savona** e oltre, facendo intravedere le cime dei monti, le **Alpi Marittime**. Eccezionale è la vista al Tramonto, con il sole che si tuffa nel mare blu. Proseguiamo la nostra escursione tra scalinate e sentieri e scendiamo rapidamente vicino al mare dove scopriremo un affascinante minuscolo approdo: **Porto Pidocchio**. Fino a poco tempo fa in questo tratto di mare c'era un'antica tonnara. Lungo il percorso, nella stagione estiva, si possono trovare caratteristici ristoranti dove mangiare pesce e cucina ligure. Percorriamo ancora i pochi metri che ci separano dalla meta. Arriviamo su un piccolo promontorio di roccia, una lunga punta di roccia sospesa tra il mare e il cielo. **Punta Chiappa**. Spero non abbiate dimenticato l'attrezzatura fotografica....

3

(third century), you stop for just a few minutes to admire the spectacular view of the **Paradise Gulf**. In front of you is displayed, in all its beauty, the coast that embraces **Genoa and Savona** and further, showing you glimpses of mountains' peaks, the Maritime Alps. The view at sunset is the most exceptional, with the sun dipping into the blue sea. Proceed now your excursion among stairways and trails descending quickly by the sea where you'll discover a tiny port: **Porto Pidocchio**. Until recently, in this sea area, there used to be an old tuna fish trap. Along the path during the summer you'll find typical restaurants where fresh fish is served everyday and enjoy the local cuisine as well. Few more meters till destination. You'll arrive on a small rocky promontory, a long pointy rock, suspended between the sea and the sky, **Punta Chiappa**. Hope you didn't forget your camera....



Aleko Kontis



Veduta di Camogli

*This excursion is short yet definitely rich in emotions and beautiful views. It is not considered difficult, and if done in the summer don't forget to bring your bathing suits. Equipment: comfortable shoes, backpack with snacks and water. Roundtrip distance 6 Km. Average walking time 1 hour and 30 minutes. Departure is from **Chiesa di San Rocco di Camogli (Church of Saint Rocco of Camogli 1863)** located east of the **Portofino Park**. Leaning to the Church there is a small village once inhabited by farmers, fishermen and religious people. You may reach the Church by bus, car or motorcycle, on the main road **Aurelia** towards **Genova/Camogli**. Once you've reached the back of the **Church**, on the seaside, the excursion begins. An easy trail, with a slight inclination, will take you toward the cliff, through small settlements of Ligurian style homes, rich with gardens, lemon trees and of course olive groves. Arrived at the small **Church of Saint Nicolò of Capodimonte**, which is considered one of the most ancient church of the region*

## PORTOFINO SAN FRUTTUOSO

### Escursione nel Parco di Portofino San Fruttuoso. *Hike in the Park of Portofino - San Fruttuoso.*

4

Il Promontorio del Monte di Portofino, che separa il Golfo del Tigullio da quello Paradiso, è proteso sul mare, dove, insieme alle rocce, alla vegetazione e agli antichi casolari, crea uno spettacolo indimenticabile.

Il miglior modo per raggiungere il borgo di San Fruttuoso è utilizzare una delle innumerevoli mulattiere (tutte molto ben segnalate) che partono sia da Nozarego (dopo la chiesa), sia da Paraggi (in fondo al parcheggio) sia da piazza della Libertà di Portofino.

Il tragitto (consigliate scarpe da trekking) si protrae fra boschi di castagno, pini marittimi, antichi mulini e frantoi, testimoni d'una intensa lavorazione di prodotti agricoli che hanno avuto nel settecento il loro apice.

Raggiunta la località "OLMI" nel cuore del Parco ci troviamo a scegliere tra due sentieri: uno (abbastanza facile) punta sulla località "Crocetta" e "Pietre Strette" per poi scendere velocemente su San Fruttuoso; l'altro (più impegnativo), di una bellezza naturalistica eccezionale, è proteso sul mare, attraversa la "Base Zero" e discende ripidamente a San Fruttuoso.

Questo borgo ospita una magica abbazia risalente all'anno mille, oggi proprietà del FAI ([www.fondoambiente.it](http://www.fondoambiente.it)), intorno alla quale si sviluppano una spiaggia sassosa, la Torre dei Doria e poche case di pescatori che si specchiano nel blu smeraldo del mare dove è immersa la statua del Cristo degli Abissi. Consigliamo il rientro in vaporetto per ammirare dal mare la bellezza della costa.

(Consultare in anticipo il calendario e orari delle partenze - Servizio Marittimo del Tigullio [www.traghettiportofino.it](http://www.traghettiportofino.it))

*The promontory of Portofino, which separates the Gulf of Tigullio from the Gulf Paradise, leans towards the sea, where, alongside with rocks, vegetation and old farmhouses, creates an unforgettable sight.*

*The best way to reach the village of San Fruttuoso is to use one of many mule tracks (all very well marked) that depart from Nozarego (after the church), from Paraggi (at the end of the parking lot) and from the "piazza della Libertà" in Portofino. The path (trekking shoes recommended) proceeds throughout forests of chestnut, maritime pines and old mills that had seen a sustained agriculture production which had its peak in the eighteenth century. When you get to "Olmi" in the heart of the Park you can choose between two paths:*

*one track (fairly easy) reaches the site "Crocetta" and "Pietre Strette" and then descends quickly on San Fruttuoso; the other (more difficult, but of outstanding natural beauty), runs through "Base Zero" and descends steeply to San Fruttuoso.*

*In this village stands a gorgeous abbey dating back to the year one thousand, now owned by FAI ([www.fondoambiente.it](http://www.fondoambiente.it)), around which there is a shingle beach, the Doria Tower and some fishermen's houses mirroring in the emerald blue sea where it is submerged the statue of Christ of the Abyss. We suggest returning by boat to admire the beauty of the coast.*

*Check the timetable in advance*

*- Servizio Marittimo del Tigullio  
[www.traghettiportofino.it](http://www.traghettiportofino.it)*



San Fruttuoso, Abbazia dei Dogi



Annamaria De Pasquale