

VON BONASSOLA NACH MONTEROSSO

Die abwechslungsreiche Tour führt von Bonassola zunächst über einen kleinen Pass nach Levanto, anschließend folgt ein großartiger Weg hoch über der Küste durch Buschwald und Ginster, unter Pinien und Erdbeerbäumen, mit begeisternden Blicken über steile Felsabstürze zum Meer. Vom Vorgebirge Punta Mesco überblickt man den gesamten Küstenbogen der Cinque Terre und steigt anschließend nach Monterosso ab.

Dauer (reine Gehzeit ohne Pausen): 3.45 Std.

Höhenunterschiede: 600 m An- und Abstiege

Markierungen: markiert von Levanto bis Monterosso

Abkürzen: von Bonassola bis Levanto (1.15 Std.) die Bahn nehmen

Trinkwasser, Bars, Lebensmittelgeschäfte, Restaurants in allen Orten

Verpflegung: Ausgezeichnete Fischrestaurants sind das *L'Oasi* in Levanto (Piazza Cavour, Tel. 0187 800 856, Mittwoch geschl.) und das *Miky* in Monterosso (im neuen Ortsteil, Via Fegina 104, Tel. 0187 817 608, Dienstag geschl.). Der Qualität entsprechend hohe Preise, im Oasi etwas günstiger.

Außerdem: *Nuova Pizzeria Bruna*, verlässliche und nicht teure Pizzeria in Levanto (Piazza Staglieno 42, Tel. 0187 807 796, nur abends geöffnet, Donnerstag geschl.). *Belvedere* unter der Bahnbrücke im alten Ortsteil von Monterosso (Piazza Garibaldi 38, Tel. 0187 817 033, Dienstag geschl.), gute Küche zu für hiesige Verhältnisse zivilen Preisen..

Sehr gutes Eis in Levanto : *Antica Gelateria Pinguino*, Corso Dante 3. Gute Weinstube in Monterosso : *Enoteca da Eliseo*, Piazza Matteotti 3.

Unterkunftsempfehlungen: In Monterosso gibt es zahlreiche Hotels und Privatvermieter. Ich würde aber empfehlen, an den nächsten Tagen in Levanto zu übernachten und jeweils nach der Wanderung dorthin zurückzukehren. (Züge verkehren halbstündlich, die Fahrzeit beträgt wenige Minuten.) Die Cinque-Terre-Orte sind zwar wunderschön, aber von April bis Oktober unangenehm überlaufen und völlig vom Tourismus dominiert. Levanto dagegen ist eine typisch italienische Kleinstadt, nur teilweise vom Tourismus geprägt und mit sehr viel mehr Eigenleben.

Auch hier gibt es eine Reihe von Hotels und Privatvermietern, z.B. das traditionsreiche, solide *Palace****, Corso Roma 25, www.hotelpalacelevanto.it, die preisgünstige, sehr ordentliche Zimmervermietung *La Loggia*, Piazza del Popolo, www.loggialevanto.com, die Jugendherberge *Ostello Ospitalia del Mare* (keine Altersbegrenzung, Mehrbett- und Doppelzimmer), Via San Nicolò, www.ospitalialevanto.com . Außerdem hat Levanto fünf Campingplätze. Zentral, schattig und meernah ist der Platz *Acquadolce*, Via Gudio Semenza 5, www.campingacquadolce.com

DER WEG

Vom Bahnhof **Bonassola** geht man aufwärts auf dem Sträßchen in Richtung Serra und biegt nach 50 m in einen Treppenweg nach rechts. Kurzer Anstieg zur Burg, hier nach links weiter ansteigen. Der Weg durchquert eine Häusergruppe und gelangt anschließend wieder zur Straße. Man geht auf dem Pfad rechts hoch, kommt erneut zur Straße und folgt ihr für 100 m bis zu einer Linkskurve. Hier nimmt man den Weg nach rechts in Rg. Scernio/Levanto (Wegweiser).

Nach einem kurzen Abstieg steigt der alte, z.T. gepflasterte Maultierweg ein Stück steil an. Dann geht es aussichtsreich auf halber Höhe bis zum Weiler **Scernio** (45 Min. ab Bonassola, 190 m ü.M.). Man überquert die Straße und steigt nun allmählich ab. Bei einer Wegverzweigung nach gut 5 Min. geradeaus, abwärts bis zu einem Sträßchen. Nach links und 30 m danach nach rechts abwärts in den Treppenweg. Wieder zur Straße, nach rechts, hinter der nächsten Kurve wieder rechts hinab in einen Treppenweg. Man gelangt zur Uferpromenade und geht am Meer entlang ins Zentrum von **Levanto** (1.15 Std.).

Sie gehen in südlicher Richtung durch den Ort bis zur Kirche Sant'Andrea, die von weitem an ihrem schwarz-weiß gestreiften Turm zu erkennen ist. Rechts an der Kirche vorbei, durch einen Torbogen, dann auf einem Treppenweg nach rechts aufwärts. Vor einem gelben Haus (wenige Meter oberhalb der Burg) überquert man eine Straße und steigt an auf einem gepflastertem Sträßchen. Der Weg ist nun bis Monterosso rot-weiß markiert.

Das Sträßchen verengt sich zu einem Treppenweg und dann zu einem schönen Pfad unter Ölbäumen. Man erreicht eine Asphaltstraße (30 min ab Levanto). Auf der Straße halten Sie sich rechts, steigen etwas an und biegen nach 5 Minuten beim Hotel La Giada del Mesco in einen nach rechts abzweigenden Weg. In leichtem Auf und Ab geht es nun immer in südlicher Richtung weiter, vorbei an einigen schön gelegenen Bauernhäusern. Nach dem letzten Haus beginnt ein gut zehnminütiger, steiler Anstieg. Anschließend geht es ein kurzes Stück abwärts, dann steigt der Weg hoch über dem Meer kontinuierlich an. Man erreicht schließlich eine kleine Kuppe (1.45 Std. ab Levanto). Gleich danach folgt eine Gabelung. Achtung: Beide Wege sind rot-weiß markiert ! Sie folgen dem **Weg SVA** geradeaus.

Wenige Minuten später biegt dieser markierte Weg nach links ins Tal. Hier empfiehlt sich der kurze Abstecher geradeaus zum Aussichtspunkt **Semaforo** mit den Ruinen eines Leuchtturms und einer Kirche. In südöstlicher Richtung genießt man hier einen herrlichen Blick über das gesamte Gebiet der Cinque Terre.

Sie gehen zurück zur Abzweigung, halten sich rechts und steigen in 40 Minuten nach **Monterosso** ab. Dort erreicht man im neueren Ortsteil **Fégina** die zum Bahnhof führende Uferpromenade. Der alte Ortskern befindet sich noch rund 500 m weiter östlich. Sie werden ihn morgen durchwandern, so daß der Abstecher heute nicht mehr unbedingt notwendig ist. Für ein Eis oder einen Cappuccino empfehle ich die *Bar Eden*, etwa 200 m hinter dem Bahnhof rechts an der Straße direkt über dem Strand .

AM WEG

LEVANTO *ist eine lebendige Kleinstadt von rund 6000 Einwohnern. Obwohl sie einst als Hafenstadt bedeutend war, ist von der historischen Bausubstanz verhältnismäßig wenig erhalten geblieben. An der Piazza del Popolo findet man noch die **Loggia del Comune** aus dem 13.Jhdt. Das interessanteste Baudenkmal ist die gotische Kirche **Sant'Andrea** am südlichen Ortsende. Man kommt auf der Wanderung nach Monterosso an ihr vorbei. Sie hat eine schöne, weiß-grün gemusterte Fassade und ein fein gearbeitetes Rosenfenster; auch der Innenraum ist reizvoll. Hinter der Kirche erheben sich die mittelalterlichen **Stadtmauern**, oberhalb passiert man die Reste eines **Kastells** aus dem 12. Jhdt.*

MONTEROSSO *ist der größte Ort der Cinque Terre. Als einziges des Cinque-Terre-Dörfer hat es außer dem mittelalterlichen Ortskern einen „neueren“, inzwischen aber auch schon 100 Jahre alten Ortsteil. Die Kirche S. Giovanni Battista (13./14.Jhdt.) zeigt einen Bautypus, der man auch in den anderen Orten begegnet. Ihre Fassade ist schwarz-weiß gestreift und weist ein fein gemeißeltes Rosenfenster auf.*