



## ITINERARIO EMOZIONALE

10 COSE DA  
FARE A  
LERICI

### 1) Salire al Castello di Lerici attraverso il borgo medievale

Per raggiungere Piazza San Giorgio, in cui si trova l'ingresso del Castello di Lerici, oltre alla scalinata e all'ascensore cui si accede percorrendo la galleria che apre sulla Calata, esiste una via alternativa che permette di scoprire il vero cuore del paese, ovvero passare attraverso le strette viuzze che si inerpicano tra le case. Così facendo è possibile ammirare l'articolata architettura di queste abitazioni, coloratissime, che si sviluppano tutte in salita e che si intrecciano e sostengono l'una con l'altra. La loro composizione crea dislivelli e piccoli punti panoramici da cui si possono ammirare scorci di mare e del Golfo davvero unici e indimenticabili. Scegliendo questo percorso è possibile ammirare Lerici da un punto di vista interno e sentirsi parte del paese. Si può scegliere una tra le diverse "creuze" che salgono da Piazza Mottino o Piazza Garibaldi: in Liguria è bello perdersi nei carrugi, sapendo che, tutto sommato, non ci si perde mai del tutto... e che forse proprio perdersi è un modo per ritrovarsi!

### 2) Visitare il Borgo di Tellaro al tramonto

Tellaro, è uno dei Borghi più Belli D'Italia, è un vero gioiello che merita di essere visitato in ogni stagione e in ogni momento della giornata. Nonostante sia stupendo anche in pieno giorno, è proprio all'ora del tramonto che diventa magico: la luce calda del sole illumina il paese facendo brillare i colori delle case con sfumature uniche, capaci di creare un'atmosfera particolarmente suggestiva. Se vi troverete a Tellaro verso quell'ora camminate per le vie del paese e raggiungete la marina. Vedere il sole che piano piano scende verso il mare, è uno spettacolo che sa incantare e lasciare senza parole chiunque lo ammiri. Brevi percorsi sulla scogliera si dipartono dalla Marina, consentendo di raggiungere angoli più romantici e appartati: a Giugno si svolge a Tellaro la Notte Romantica... quale posto migliore per celebrare l'amore in tutte le sue forme?

### 3) Fare sport ... per tutti i gusti e all'aperto

Se siete amanti dello sport all'aria aperta Lerici è il luogo ideale: dal tennis alla mountain bike, dal golf al trekking, dal diving al sup, fino ai più tradizionali snorkeling, nuoto e vela, tutto si può fare tranne che annoiarsi! Un vero paradiso dell'outdoor con operatori del settore pronti ad accogliere le esigenze di sportivi di ogni età.

### 4) Esplorare la costa via mare

Se siete amanti dell'avventura e vi piace scoprire luoghi nuovi e lontani dalla folla, esplorare il litorale di Lerici via mare fa per voi. La costa lericina, per la sua conformazione rocciosa, nasconde baie e calette, non sempre raggiungibili via terra. Scegliendo di muoversi via mare, quindi, si ha la possibilità di raggiungere questi spazi misteriosi e pieni di fascino dove la natura regna sovrana; nei quali la vegetazione della macchia mediterranea scende diretta verso il mare e sembra abbracciare queste piccole insenature. Diverse le possibilità: noleggiare canoe o piccole imbarcazioni da diporto.

### 5) Scoprire "La Caletta"

Godetevi una giornata di mare lontani dalla folla nella meravigliosa insenatura che nasconde la baia della Caletta! L'insenatura è piccolissima, così come la spiaggia, davanti alla quale si staglia un piccolo faraglione che segna l'ingresso alla baia. La si può raggiungere via mare oppure scendendo per la scalinata che parte dalla strada carrabile, subito dopo il bivio per Maralunga, in direzione Tellaro. Ad aggiungere magia a questo posto è il segreto che essa custodisce nei suoi fondali: poco lontano dalla costa sono presenti i resti del carico di una nave romana del I secolo d.C.: una preziosa colonna in marmo bianco di Carrara. Con un'immersione è possibile ammirare questi resti e le particolarità della flora e della fauna marine che hanno trovato in essa un habitat dove stabilirsi. L'area del parco archeologico subacqueo è delimitata da apposite boe gialle: nel perimetro del parco è vietato sia il transito con natanti a motore e sia l'ancoraggio.

## 6) Ammirare il fenomeno della Farfalla Dorata

Uno spettacolo quasi mistico da non perdere nei mesi estivi sulle alture lericine, in località Monti di San Lorenzo è la Farfalla Dorata. Il fenomeno della Farfalla Dorata è visibile al tramonto, nei giorni che precedono e seguono il Solstizio d'estate: il periodo ideale va da metà giugno a metà luglio...ma l'incommensurabile fascino del sito merita una visita in ogni periodo dell'anno. Visite guidate specifiche per ammirare il fenomeno sono organizzate dall'Associazione Pro Monte Caprone.

Ma che in che cosa consiste il fenomeno della Farfalla Dorata? Al tramonto i raggi del sole si incuneano tra le pietre di un trilita naturale, proiettando sul monolite retrostante l'immagine di una luminosa farfalla. Molto è stato detto e scritto sulla probabile origine antropica di questo fenomeno

## 7) Percorrere la passeggiata "da castello a castello"

Una delle particolarità di questa costa è che alle due estremità si trovano due Castelli; essi sono collegati da passeggiata lungomare che permette di ammirare da un lato le tipiche case liguri dall'altro l'alternarsi di spiagge e scogliere. Questa strada per il suo essere particolarmente suggestiva ha vinto il premio Meraviglia Italiana, riconoscimento istituito dal Forum Nazionale dei Giovani in occasione del 150° anniversario dell'Unità d'Italia. Se deciderete di compiere questa passeggiata di sera avrete la possibilità di godere dell'affascinante spettacolo del golfo illuminato che si riflette nel mare.

## 8) Mangiare i muscoli del Golfo

Lo sapevi che la mitilicoltura spezzina affonda le proprie radici nella seconda metà dell'800? I pionieri di questa attività erano coltivatori di ostriche, ma ben presto l'attività più remunerativa si è rivelata la "coltura" del muscolo (vietatissimo chiamarlo "cozza" da queste parti!). Se è vero che i vivai sono sparsi un po' in tutto il mare della Spezia, proprio a Lerici, nella baia di Santa Teresa, si trova l'impianto di depurazione dove il prodotto viene lavorato dopo la raccolta e preparato per la commercializzazione in tutto il mondo. Qui è possibile acquistare il prodotto per cucinarlo a casa e visitare un piccolo museo (aperto su prenotazione) in cui si ripercorre la storia centenaria della mitilicoltura spezzina.

Come condimento per un buon primo, alla marinara, fritti, ma soprattutto ripieni, i muscoli della Spezia si possono degustare in quasi tutti i ristoranti di Lerici, mentre ogni due anni (anni pari) nel mese di settembre, torna con cadenza biennale Mytiliade, la storica rassegna dedicata alla mitilicoltura e alla cultura mediterranea ... non solo gastronomica!

## 9) La Serra: scatta una foto dal belvedere

Si fa presto a parlare di Golfo dei Poeti ed immaginarlo in tutto il suo splendore, ma non sono molti i luoghi che permettono di abbracciarlo in un solo sguardo... e di immortalarlo, quindi, in uno scatto. Alla Serra questo è possibile: come se si fosse trasportati su un drone - o ancor meglio sul dorso di un gabbiano - basta percorrere in auto la strada tortuosa che conduce al paese per percepire già la sensazione di "volare" sul Golfo. Ma è solo percorrendo a piedi i carrugi del borgo, fermandoci alla piazzetta Santa Croce, proprio davanti alla Chiesa, o salendo ancora fino al Belvedere che si può abbracciare in uno sguardo la vera "poesia".

## 10) Il Parco letterario P.B. Shelley (in fase di completamento)

Il nuovo Parco Letterario dedicato a Percy B. Shelley è stato ideato in occasione del bicentenario dalla morte del poeta, avvenuta nel 1822. Il progetto ha l'obiettivo di unire idealmente - e non solo - due luoghi unici e iconici: Parco Shelley a San Terenzo e la cosiddetta "Pietraia", ai piedi del Forte della Rocchetta. Arte, poesia e paesaggio si fondono per dare vita ad una nuova suggestiva esperienza all'interno del Parco Regionale di Montemarcello - Magra Vara.

Alla Pietraia della Rocchetta, otto opere d'arte realizzate da Marco Nereo Rotelli - libri letterari in marmo con incisi i versi shelleyani - ricreano un piccolo museo a cielo aperto, uno spazio contemplativo dove ammirare il paesaggio, lasciandosi trasportare dalla suggestione poetica trasmessa dall'arte e dal panorama stesso.

Parallelamente, a San Terenzo, Parco Shelley - accanto a Villa Magni, ultima dimora terrena del poeta - diventa teatro di una nuova scenografia ove ammirare altri libri poetici, scoprendo il luogo iconico e senza tempo che ispirò gli ultimi componimenti di Shelley prima della sua tragica scomparsa.

