

Der Küste entlang... Beschreibung, Sehenswürdigkeiten und Ausflüge in die Dörfer der Riviera di Levante

Portovenere



Portovenere

Der von den Römern gegründete Hafenort "Veneris Portus" liegt auf einer weit vorspringenden Halbinsel, die den Golf der Dichter nach Westen hin abschliesst. Seine vorteilhafte strategische Position war ideal um den Seehandel des Golfs von La Spezia zu kontrollieren und erweckte das Interesse Genuas für das antike Küstendorf. Portovenere verdankt sein Wachstum der Vorherrschaft Genuas (Beginn: 1113).

Es kam zu einer heftigen Auseinandersetzung zwischen Genua und Pisa, welches seine Herrschaft bis Lerici ausgedehnt hatte.

Portovenere diente den Genuesern jahrhundertlang als östlicher Vorposten ihrer Macht.

Das Dorf wird von einem Schloss "beschützt" und blickt auf die Insel Palmaria, auf welcher sich auf einem Felsvorsprung die Reste des Turms Scola befinden, der 1606 von den Genuesen errichtet wurde.

Der Hafenkai wird von schmalen, bis zu siebenstöckigen Häusern mit bunten Fassaden gesäumt.

Durch ein turmflankiertes Stadttor gelangt man in die Via Capellini, die die Hauptader des Dorfes darstellt und parallel zur Küste verläuft.

Sie wird von antiken Häusern gesäumt, die sehr oft mit originellen architektonisch-dekorativen Elementen verziert sind: kleine Bögen, Tore aus Schiefer oder Marmor, dekorierte Torbögen.

Im Laufe der Jahre hat das Dorf seine ursprüngliche militär-seetechnische Berufung nicht jedoch die Charakteristika aus vergangenen Zeiten verloren.

Heute ist es eines der beliebtesten Tourismuszentren dieser Gegend.

Achtung: Aufgrund der grossen Touristenzahl im Hochsommer gibt es grosse Parkplatzprobleme.

Sehenswertes...

Kirche San Pietro - Die Kirche wurde auf dem Felsvorsprung Arpaia zwischen dem 4. und 5. Jahrhundert auf den Grundmauern eines heidnischen Tempels errichtet. Sie setzt sich aus Bauteilen verschiedener Epochen zusammen. Diese Stil Mischung setzt sich auch im Inneren fort. Vor der Kirche befindet sich eine Terrasse, die einen atemberaubenden Ausblick auf das Meer bietet.

Geht man von der Kirche Richtung Ortszentrum, sieht man zur linken eine Treppe, die zur: Grotte Arpaia (sie wird auch Grotte Byron genannt) führt.

S. Lorenzo - Geht man noch ein bisschen weiter, kommt man zu einem leichten Anstieg, der zur romanischen Säulenbasilika S. Lorenzo führt.

Die Kirche hat ihren Ursprung im Beginn des 12. Jahrhunderts, aber im Laufe der Zeit wurden Teile zerstört, die im jeweils zeitgenössischen Stil repariert wurden.

Die Kirche setzt sich deshalb aus einfachen römischen Formen aber auch aus gotischen Elementen zusammen.

Schloss - Vom Platz vor der Kirche führt eine Treppe zum Schloss, das im 12. Jahrhundert von den Genuesern zur Sicherung von Portovenere errichtet wurde, hinauf. 1453 wird das Schloss zerstört und wiedergebaut.

Die derzeitige Konstruktion setzt sich aus zwei Teilen (Innen- und Aussenraum) aus unterschiedlichen Epochen zusammen.

Ausflüge

Zu den Inseln Der Umgebung - Ein Besuch in Portovenere kann durch einen Ausflug auf die Inseln Palmaria, Tino und Tinetto begleitet werden, welche sich am westlichsten Ende des Golfs befinden.

Die heute unbewohnten Inseln waren einst wichtige prähistorische und später klösterliche Ansiedlungsgebiete - von diesen Zeiten gibt es immer noch Überreste.

Nach Riomaggiore - Wanderweg Nr. 1

Riomaggiore



Riomaggiore

Riomaggiore ist nicht nur das westlichste Dorf der Cinque Terre (und das erste, das man von La Spezia aus kommend erreicht), sondern wahrscheinlich auch das älteste.

Die Legende erzählt, dass die Ursprünge des Dorfes auf das 8. Jahrhundert zurückgehen.

Es soll von Griechen gegründet worden sein, die vor den Verfolgungen des byzantinischen Kaisers Leo III nach Italien geflüchtet waren.

Die ersten schriftlichen Erwähnungen stammen aus 1276 und betreffen die Übergabe des Dorfs vom mächtigen Geschlecht der Fieschi an die Republik Genua.

Die ältesten Konstruktionen des Dorfes vermitteln einen ersten Eindruck der typischen Architektur der Cinque-Terre-Dörfer, die sich an den herrschenden Platzmangel anpassen müssen.

Die antiken Häuser wurden nach dem Schema "Haus-Turm" auf 3-4 Stockwerken

errichtet.

Sie bestehen aus zwei Zimmern pro Stockwerk - diese sind durch Paralleltreppen miteinander verbunden.

Riomaggiore befindet sich im engen Tal des "Rivus Maior" (heute bedeckt), der nicht nur der Namensgeber des Dorfes ist sondern auch dessen Konstruktion bzw.

Verlauf sehr stark beeinflusst. Von der Hauptstrasse zweigen zahlreiche kleine Gassen ab, die zwischen Treppchen, Tunneln und Torbögen verlaufen. Im Zuge kürzlich durchgeführter Restaurationsarbeiten wurden die mittelalterlichen Torbögen von Verzierungen aus den 50er Jahren "befreit", und somit erstrahlen sie jetzt in neuem Glanz.

Die scheinbar planlos durcheinander gewürfelten Häuser mit ihren Fassaden, deren Farbskala von Gelb über Rosa und Ocker bis hin zu Blau reicht, strahlen einen ästhetischen Reiz aus, dem man sich nur schwer entziehen kann.

Riomaggiore verdankt seine Bekanntheit dem Florentiner Maler Telemaco Signorini, der ab 1860 mehrere Sommer hier verbrachte und in zahlreichen Gemälden die Charakteristika des Dorfes widerspiegelte.

Sehenswertes...

Pfarrkirche San Giovanni Battista - Im oberen Teil des Dorfes befindet sich die Pfarrkirche S. Giovanni Battista, die 1340 errichtet wurde. 1870 wurde die Fassade, die einzustürzen drohte, in neugotischem Stil wieder aufgebaut. Einzig die Fensterrose blieb im Originalzustand.

Besondere Beachtung verdienen die Spitzbögen, die den Innenraum in drei Schiffe teilen, das Holzkreuz von Maragliano und ein Bild des Hl. Johannes, das Fiasella zugeschrieben wird.

Mittelalterliches Schloss - Im Nord-Osten des Dorfes, beim alten Friedhof, befinden sich auf dem Hügel Cerricò die Überreste des Schlosses (15.-16. Jhdt.); vom Schloss aus kann man die Wallfahrtskirche Montenero sowie einen grossen Meeresabschnitt sehen.

In der Nähe befindet sich das Oratorium S. Rocco von 1480 - die Jahreszahl ist am Eingangstor zu lesen.

Wallfahrtskirche Madonna di Montenero (vgl. "Ausflüge") - Die Legende erzählt, dass die Kirche von griechischen Flüchtlingen im 8. Jhdt. gegründet wurde.

Die ersten historischen Hinweise stammen allerdings aus dem Jahr 1335; Ende des 19. Jhdts. wurde die Fassade renoviert und bis heute nicht mehr verändert.

Ausflüge

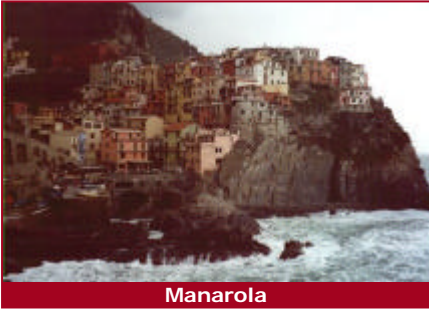
Zur Madonna di Montenero - 341 m - Wanderweg Nr. 3 a - 1 Stunde Im Süd-Osten des Dorfes beginnt der Wanderweg, der zur Wallfahrtskirche führt.

Der Grossteil der Strecke liegt im Schatten, trotzdem muss man sich ziemlich anstrengen, bevor man die wunderschöne Aussicht der Küste entlang geniessen kann, da man vom Meeresniveau auf eine Höhe von 300 Metern ansteigen muss.

Bis zum 11. Jhdt. war die Wallfahrtskirche die Pfarrkirche von Riomaggiore. Von hier kann man dem Wanderweg Nr. 3 bis Telegrafo folgen, von wo aus man zur rechten auf den Wanderweg Nr. 1 gelangt.

Nach Manarola - Wanderweg Nr. 2 - vgl. "Sentiero azzurro".

Manarola



Manarola

Verwaltungstechnisch gehört Manarola zu Riomaggiore.

Manarola wurde von der römischen Siedlung Volastra gegründet und ging 1276 von den Fieschi an die Republik Genua über.

Das Dorf, das sich auf einem Felsvorsprung aus dunklem Stein befindet, schlängelt sich am Bach Groppo (seit einigen Jahrzehnten bedeckt) entlang bis zur Küste hinunter.

Von der durch den Bach definierten Hauptstrasse zweigen kleine Pflastersteingassen sowie steile Treppchen ab, die zu den Häusern und Gärten führen.

Die verschachtelten Gassen und Treppchen bilden ein kunstvolles Labyrinth, das zur Entdeckung einlädt. Für einen Dorfplatz blieb hingegen nicht genug Raum - eine moderne Betonplattform schafft einen gewissen Ersatz.

Einen richtigen Hafen hat die Natur in Manarola ebenfalls nicht vorgesehen.

Die Einwohner sind also gezwungen, ihre Boote zwischen zwei Felsspornen mittels Winden und Rampen ins Wasser zu lassen.

Sehenswertes...

Pfarrkirche zur Ehren der HI. Jungfrau Maria - Die Pfarrkirche, auch S. Lorenzo genannt, wurde 1338 erbaut. Sie befindet sich über dem Dorf, von wo aus sie alles überwacht. Das Bauwerk stellt eine Mischung aus gotischem (eine einfache Fassade mit Fensterrose mit Säulchen und Bögen) und barockem Stil (der Innenraum, der in drei Schiffe aufgeteilt ist) dar.

Friedhof Ausserhalb - des Dorfes befindet sich der malerische Friedhof.

Ausflüge

Nack Volastra - 314 m - Wanderweg Nr. 6 - 1 Stunde In der Nähe der Pfarrkirche von Manarola steigt der Wanderweg an, der zwischen Weinbergen und Olivenhainen nach Volastra führt. Volastra ist es gelungen ist, seine ursprünglichen Strukturen aufrecht zu erhalten. In einer etwas abgelegenen Lage befindet sich die Wallfahrtskirche Nostra Signora della Salute (340 m) aus dem 12. Jhdt.; obwohl das Gebäude mehrmals umgebaut wurde, konnte es seine romanischen Ursprünge erhalten.

Nach Corniglia - Wanderweg Nr. 2 - vgl. "Sentiero azzurro"

Nack Riomaggiore - Wanderweg Nr. 2 - vgl. "Sentiero azzurro"

Corniglia



Corniglia unterscheidet sich von den anderen Dörfern durch seine Lage hoch über der Küste und den fehlenden direkten Meerzugang. Es hat wahrscheinlich römische Ursprünge und erstreckt sich auf einem Felsvorsprung in rund 100 m Höhe über dem Meer. Eine nicht enden wollende Treppe führt vom Bahnhof zum Dorf. Die Hauptstrasse durchquert den ganzen Ort und führt an niedrigen Häusern vorbei zu einer Panoramaterrasse mit einer phantastischen Aussicht. Die Bauweise des Dorfes wurde im Laufe der Zeit kaum verändert und gleicht stark den Bauten des Landesinneren. Besonders einladend präsentiert sich der kleine Dorfplatz, auf dem Einheimische und Touristen die Atmosphäre Corniglias, das mehr an ein Bauern- als an ein Fischerdorf erinnert, genießen können.

Sehenswertes...

Pfarrkirche S. Pietro - Die Pfarrkirche befindet sich etwas ausserhalb des Dorfes, und es handelt sich um eine der interessantesten Bauwerke der ligurischen Gotik der Cinque Terre. Sie wurde 1334 erbaut und vermischt gotischen mit barockem Stil. Sie beeindruckt besonders durch die elegante Einfachheit der Fassade mit einer Fensterrose aus weissem Carrarer Marmor. Im Inneren ein Taufbecken aus dem 12. Jhd. und ein Polyptychon.

Die antike Poststation - Unterhalb der Pfarrkirche befindet sich ein Gebäude mit gotischen Bögen aus schwarzem Stein. Es handelt sich wahrscheinlich um die antike Poststation der Familie Fieschi. Diese sowie die antiken Reste einer Festung direkt über dem Meer sind mit Sicherheit sehenswert. Essa e anche i resti delle antiche fortificazioni a strapiombo sul mare sono sicuramente da vedere.

Oratorium dei Disciplinati di S. Caterina - Das Oratorium befindet sich auf dem Hauptplatz.

Ausflüge

S. Bernardino - 385 m - Wanderweg Nr. 2 und 7 b - 1 Stunde Man folgt dem Wanderweg Nr. 2 Richtung Vernazza bis Prevo, wo man rechts abbiegt und auf dem Wanderweg Nr. 7 zur Wallfahrtskirche hinaufgeht. Das Gebäude stammt aus den Anfängen des 20. Jhdts. und wurde auf den Überresten einer antiken Kapelle erbaut, deren Ursprünge auf das 17. Jhd. zurückgehen. Wendet man sich Richtung Nord-Westen, sieht man Vernazza und die Landzunge Mesco, im Süd-Osten kann man die Küste bis Montenero bewundern. Verso nord-ovest si vede Vernazza e la punta Mesco, a sud-est si può ammirare la costa fino al capo di Montenero.

Nach Vernazza - Wanderweg Nr. 2 - vgl. "Sentiero azzurro"

Nach Manarola - Wanderweg Nr. 2 - vgl. "Sentiero azzurro"

Vernazza



Vernazza wurde um das Jahr 1.000 von den Einwohnern eines kleinen Ortes in der Nähe von Reggio gegründet. Seine gesamte Entwicklung ist eng mit dem Meer verbunden. 1276 ging es von den Fieschi an die Republik Genua über. Da Vernazza über den einzigen natürlichen Hafen der Cinque Terre verfügt, erlebt es eine Blütephase während der Vorherrschaft Genuas. Zeugen dieser Zeit sind die Häuser in klassischer Turmform, die durch besondere architektonische Formen wie zB Bogengänge, Torbögen und verzierte Türen verfeinert wurden. Die Architektur Vernazzas verweist auf einen besseren Lebensstil in wirtschaftlicher und sozialer Hinsicht im Vergleich zu den anderen Dörfern der Cinque Terre. Dank seiner besonderen Architektur wird Vernazza als schönster unter den Cinque Terre Orten gehandelt und gilt gleichzeitig als einer der faszinierendsten Orte

Liguriens.

Das Dorf befindet sich am Bach Vernazzola (bedeckt), der die Hauptader bildet und das ganze Dorf durchquert, das sich aus einer Reihe von steilen Treppen und kurzen Stegen zusammensetzt.

Geht man die Strasse hinunter, kommt man zum malerischen Platz, der vor dem Hafen liegt: auf einer Seite mittelalterliche Häuser; auf der anderen die Pfarrkirche S. Margherita d'Antiochia mit ihrem achteckigen 40 Meter hohen Glockenturm.

Geht man hingegen zum oberen Dorfteil hinauf, trifft man auf Überreste aus der Zeit der Vorherrschaft Genuas - Teile der Stadtmauer und ein quadratischer Verteidigungsturm.

Schlussendlich kommt man zum Gemeindeplatz, von wo aus man das ganze Dorf überblicken kann.

Sehenswertes...

Santa Margherita di Antiochia - Die gotische Kirche wurde 1318 auf einem Felsen am Meer auf den Überresten eines Bauwerks aus dem 11. Jhd. erbaut. Zwischen 1964 und 1970 wurde sie restauriert, und es gelang, die ursprüngliche Struktur wieder herzustellen.

Der Haupteingang ist im Norden, allerdings betritt man die Kirche wegen der räumlichen Enge von der Apsis aus.

Zum dreischiffigen Innenraum führen mehrere Stufen hinauf.

Charakteristisch ist der achteckige 40 m hohe Glockenturm, der von vier Pfeilern im Chorraum getragen wird.

Schloss Doria - Das Schloss befindet sich auf einem mehr als 70 m hohen Felsvorsprung im Süden des Dorfes.

Er wurde Mitte des 11. Jhdts. während der Vorherrschaft der Oberthengi errichtet.

Diese erkannten sofort die strategische Bedeutung Vernazzas als Haupthafen der Cinque Terre.

Kirche dei Frati - Die Kirche befindet sich im Norden des oberen Stadtteils und geht auf die Mitte des 17. Jhdts. zurück.

Sie wurde auf ausschliesslichen Wunsch der Einheimischen erbaut, um junge Ordensleute zu beherbergen.

Ausflüge

Zur Madonna di Reggio - 354 m - Wanderweg Nr. 8 - 1 Stunde - Im Norden des Dorfes beginnt ein Wanderweg, der am Bahnhof vorbei zwischen Olivenhainen zur Wallfahrtskirche ansteigt.

Das Gebäude stammt wahrscheinlich aus dem 11. Jhd. und wurde auf einem antiken Gebetsort errichtet.

Reste dieses Gebetsortes sind am Fussboden zu bewundern. Das Gebäude wurde bereits mehrfach restauriert.

Nach Monterosso - Wanderweg Nr. 2 - vgl. "Sentiero azzurro"

Nach Corniglia - Wanderweg Nr. 2 - vgl. "Sentiero azzurro"

Monterosso al mare



Monterosso al mare

Monterosso al Mare ist das östlichste der Cinque Terre Dörfer und das erste, das man erreicht, wenn man von Levanto kommt.

Monterosso entsteht wahrscheinlich nach der Zerstörung von Albareto durch die Longobardi im 7. Jhd.

Der Ortsname wird erstmals 1056 in einem Dokument erwähnt. Mit Sicherheit weiss man, dass Monterosso ein Lehengut der Obertenghi und der Da Passano war; 1276 geht es an Genua über.

Das Dorf ist zwischen zahlreichen zum Meer hin abfallenden Hügeln eingeschlossen. Man sieht Oliven- und Zitronenhaine und v.a. Weinreben, die einen hervorragenden Weisswein hervorbringen.

Das Dorf besteht aus zwei Stadtteilen, die an der sandigen Küste liegen: Fegina und Monterosso.

Der letztgenannte Stadtteil hat zum Teil die antiken Charakteristika aufrecht erhalten und folgt dem natürlichen Verlauf des Baches Buranco, der heute bedeckt ist und die Hauptachse des Dorfes bildet. Westlich des alten Stadtteils entstand vor ca. 100 Jahren eine Wohnsiedlung mit Villen, die den "Startschuss" zur touristischen Entdeckung der Cinque Terre gab.

Heute hat die ursprüngliche landwirtschaftliche Berufung dem Tourismus Platz gemacht, der auch zu einem wahren Bauboom geführt hat.

Monterosso ist weitläufiger als die benachbarten Dörfer und strahlt daher nicht den typischen Charme eines Cinque-Terre-Dorfes aus, dennoch besitzt es ohne Frage seine Vorzüge.

So bietet es zB ein grosses Unterkunftsangebot und zwei grosse Strände, die im Hochsommer allerdings fest in der Hand von Badeanstalten sind.

Ausserdem eignet sich die Uferpromenade für ausgiebige Spaziergänge.

Sehenswertes...

San Francesco - Ein Weg führt auf den Cristoforo -Hügel, der Monterosso und Feggina teilt. Über diesen Weg erreicht man das Kapuzinerkloster mit der anschliessenden Kirche von S. Francesco. Im Inneren kann man mehrere Barockgemälde bewundern, darunter auch eine "Kreuzigung" von Van Dyck.

San Giovanni Battista - Sehenswert die Kirche S.Giovanni Battista aus dem Jahr 1244 - ein wunderbares Beispiel der ligurischen Gotik, mit einer Fassade aus Marmor und Stein aus der Gegend und einem Glockenturm, der ursprünglich Überwachungszwecken diente.

Ausflüge

Nach Madonna di Soviore - Man folgt Richtung Norden der Strasse, die zum Gritta -Hügel hinaufführt; man biegt nach rechts Richtung Pian di Barca (km 5,9) ab; oder zu Fuss am Nordende des Dorfes entlang dem Wanderweg Nr. 9 (1.20 Stunden).

Man geht durch Olivenhaine hindurch und kommt so zur Wallfahrtskirche (464 m), deren Entstehung weit zurück in der Vergangenheit zu suchen ist - nämlich in der Zeit der longobardischen Invasion durch Rotari.

Die Kirche, die im 14. Jhd. umgebaut und zwischen dem 18. und 19. Jhd. eingehend restauriert wurde, wird durch ein Spitzbogentor mit einem Marmorbild (Madonna Addolorata) in der Mitte betreten.

Die Fassade wird zur Hälfte von einem Glockenturm bedeckt.

Auf der Bergseite des weiten Platzes befinden sich das Gebäude und die Torbögen eines Gästehauses aus dem 18. Jhd., welches das letzte Mal 1909 ausgebaut wurde.

Zum Felsvorsprung Mesco - 311 m - Wanderweg Nr. 10 - 45 min. Vom Strand von Fegina aus lässt man "Il Gigante" hinter sich und steigt einen Saumpfad zu den Überresten der Kirche von S. Antonio hinauf. Von hier aus kann man bis nach Levanto weitergehen.

Nach Vernazza - Wanderweg Nr. 2 - vgl. "Sentiero azzurro"

Levanto



Auch wenn die ersten historischen Hinweise Levantos auf das 12. Jhdt. zurückgehen, hat es wahrscheinlich vorromanische Ursprünge wie aus der Eisenzeit stammende Funde beweisen.

Das Dorf ist ein antikes Lehensgut der Malaspina und Da Passano; 1229 wird es an die Republik Genua übergeben.

Aber Levanto bekommt zahlreiche Privilegien von der "Superba": neben einem eigenen Statut auch eine vollständige Verwaltungsautonomie.

Der Anschluss an Genua erleichterte die seetechnische Entwicklung.

Dennoch wurde schon vor einiger Zeit die ursprüngliche seetechnische und landwirtschaftliche Berufung vom Tourismus verdrängt.

Dieser veränderte auch Levantos Erscheinungsbild durch zahlreiche Neubauten. Das Dorf befindet sich im Schutz eines weiten hügeligen Amphitheaters voll von Pinien, Kastanienbäumen, Olivenhainen und Weinbergen.

Levanto ist einer der beliebtesten Ferienorte der Riviera di Levante.

Es verdankt seine Beliebtheit v.a. dem grossen Strand, der z.T. mit groben Sand z.T. mit Kieselsteinen bedeckt ist und natürlich auch seiner Nähe zu den berühmten Cinque Terre.

Im Vergleich zu den Cinque Terre bietet Levanto viel mehr Übernachtungsgelegenheiten, und deshalb nehmen viele Reisende hier Quartier.

Sehenswertes...

Pfarrkirche S. Andrea - Die 1226 errichtete Kirche wurde im 15. Jhdt. erweitert und ist ein hervorragendes Beispiel für die ligurische Gotik.

Dank ihrer grün-weiss gebänderten Fassade mit weissem Marmor gilt sie als eine der schönsten Kirchen Liguriens. Das Spitzbogentor ist mit einer Freske aus dem Jahr 1400 in einem halbmondförmigen Fenster und einer Rosette verziert; an den Seiten befinden sich zweibogige Fenster.

Schloss S. Andrea - Es wurde im 12. Jhdt. von den Malaspina zur Verteidigung des Dorfes von der Meeres- und von der Südseite errichtet.

S. Rocco - Die barocke Klosterkirche verfügt über eine Agati-Orgel aus dem Jahr 1879.

Kirche von S. Maria della Costa - Die älteste Kirche des Dorfes besitzt ein zu beachtendes Eingangstor mit einem Basrelief aus Marmor aus dem späten 16. Jhdt.

Gebetshaus der Brüder S. Giacomo - Das Gebetshaus stammt aus dem 17. Jhdt.

Das Eingangstor ist mit einem Basrelief aus den Anfängen des 16. Jhdts. verziert; im Inneren befinden sich zwei Holzkreuze aus dem 18. Jhdt. und eine Agati-Orgel aus dem Jahr 1827.

Loggia der Gemeinde (13. Jhdt., mit Erneuerungen) - Es handelt sich um eine Loggia mit fünf Bögen auf Säulen mit romanischen Kapitellen aus Serpentinfels.

Franziskaner Kirche der HI. Jungfrau - Sie wurde 1449 errichtet und 1615 nach dem Einsturz eines Kirchenschiffes wieder erbaut; über dem Eingangstor sieht man ein Marmorrelief, das die Marien Verkündigung darstellt.

Ausflüge

Zum M. Rossola - 563 m - 2 Stunden Man folgt der Staatsstrasse 332 Richtung der Abzweigung nach Bonassola. Kurz vorher führt ein Wanderweg Richtung Norden an Marmorsteinbrüchen vorbei zum Gipfel des Berges Rossola. Das wunderschöne Panorama umfasst nicht nur die Ebene von Levanto und die Cinque Terre auf der einen Seite sowie Sestri und den Felsvorsprung von Portofino auf der anderen Seite, sondern an klaren Tagen sieht man im Süden bis zu den Inseln Elba, Capraia und Korsika, im Westen bis zum Felsmassiv Monviso, im Osten bis zu den Apuanischen Alpen.

Zur Landzunge Mesco - 1.30 Stunden (vgl. auch Wanderweg Nr. 1) - Im Süden des Dorfes folgt man dem Wanderweg, der an Pinien und Buschwerk vorbeiführt, man kommt nach Semaforo und zu den Überresten der Klause S. Antonio 311 m (11. - 14. Jhdt. - am Beginn des 17. Jhdts. aufgelassen).

Die Landzunge Mesco bietet ein umfangreiches Panorama der Cinque Terre.

Von hier aus kann man nach Monterosso al Mare hinabsteigen oder Richtung Nord-Osten zum Berg Vé (oder Focone) 487 m hinaufsteigen.

Es handelt sich um den höchsten Punkt des Felsvorsprungs.

Nach Montale - 154 m, Auf der Strasse nach Monterosso al Mare nimmt man eine Abzweigung nach links.

Diese läuft am rechten Ufer des Flusses Ghararo entlang und steigt 4,5 km bis nach Montale an. Bereits im 6. Jhdt. wurde das Dorf, das sich der Legende nach für die Gründung Levantos verantwortlich zeichnet, unter dem Namen "Ceula" erwähnt.

Auch heute noch weist es die Charakteristika eines Bauerndorfes auf.

Hier stösst man auf die romanische Kirche S. Siro (11. Jhdt.), die älteste Pfarre der Umgebung; sie wurde mehrmals restauriert, und 1952 wurden z.T. die Originalstrukturen des Inneren wieder hergestellt.

Im inneren rechten Kirchenschiff befinden sich ein halbmondförmiges Fenster aus dem 16. Jhdt., Steinfragmente aus

dem Spätmittelalter und eine wertvolle Holzskulptur von Maragliano (Madonna).

Neben der Kirche erhebt sich der Glockenturm - ursprünglich ein quadratischer Wachturm (10. Jhdt.), der in der Barockzeit umgebaut wurde.