

La Spezia

e la sua Provincia





La Spezia



Il Golfo, Lerici



Cinque Terre



Val di Vara

Già Persio suggeriva ai suoi concittadini di conoscere il porto di Luni: da allora, poeti, scrittori, visitatori illustri e amanti del mare hanno percorso, ammirati, le strade del territorio spezzino. Facciamo nostro tale invito e proponiamo, a chi già ci conosce, la scoperta di nuovi panorami, di angoli segreti, di luoghi nascosti e, a chi ancora non ci conosce, la solarità delle Cinque Terre, la bellezza dei tramonti sul mare, delle chiese, dei castelli, il fascino magico della civiltà delle pietre di Lunigiana, dei borghi della Val di Magra, di Lerici e Porto Venere. Un percorso sempre vario e sempre diverso: dai resti di Luni al poetico arco del Golfo, dalle Cinque Terre al mare della Riviera, fino agli incantevoli paesaggi della Val di Vara solcata dal fiume. Ripetiamo l'antico invito con un cordiale benvenuto perché diventi, per tanti, una piacevole consuetudine.



Val di Magra, anfiteatro di Luni

1/La Spezia
pag. 2



2/Il Golfo
pag. 8



3/Cinque Terre
e Riviera
pag. 14



4/Val di Vara
pag. 20



5/Val di Magra
pag. 26



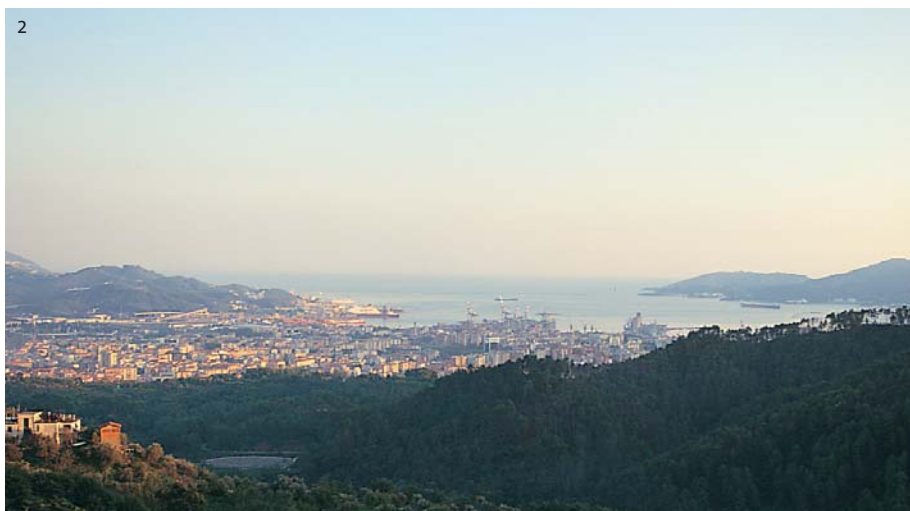
La Spezia al centro del Golfo dei Poeti

La Spezia deve il suo sviluppo all'Arsenale Militare Marittimo (1860-1865) voluto da Cavour e progettato da Domenico Chioldi. Nei primi decenni dell'Ottocento, sull'onda del sogno napoleonico, nascono i Giardini Pubblici, vero fiore all'occhiello della città, in competizione - si diceva allora - con quelli di Tokyo. In origine è il Boschetto, giardino incantato che segue l'alternarsi delle stagioni, con il Palco della Musica, vero gioiello liberty. Tutto intorno si estende un ampio giardino con rare piante sempre verdi e aiuole fiorite che fronteggiano la passeggiata sul mare, suggestivo affaccio sul Golfo coronato dalle Alpi Apuane e dalle colline che scendono dolcemente verso la pianura. Osservando il porticciolo nautico, le navi da crociera, i rimorchiatori e i pescherecci cullati dalle onde, si coglie con immediatezza il complesso delle attività che qui si svolgono. La città è molto apprez-



1 Arsenale Militare

zata per il clima mite e per la posizione al riparo dai venti; il giro dei colli che la sovrastano offre un'occasione per visitare gli antichi borghi di **Biassa** e di **Campiglia**, immersi in paesaggi di incanto; a **Marinasco** è da vedere l'antichissima pieve. Ottimi i cibi locali: mes-ciuà, torta d'erbe, frittelle di baccalà e i famosi muscoli ripieni, pregevoli i vini I.G.T. Golfo dei Poeti. Una buona ricettività, numerosi ristoranti, negozi, locali tipici, enoteche e caffetterie offrono ospitalità e accoglienza. Particolarmente piacevole il Giro del Golfo e delle Isole (i battelli dalla passeggiata Morin alla Spezia fanno scalo nelle diverse località - le linee di autobus raggiungono tutto il territorio dalla costa all'entroterra). Molto interessante il sistema museale cittadino. **Museo Civico Amedeo Lia**: si trova nell'antico convento dei frati di San Francesco da Paola, nella centralissima via Prione; ha una storia singolare e affascinante; l'ingegner Amedeo Lia ha, infatti, donato al Comune della Spezia la sua straordinaria collezione d'arte antica, medioevale e moderna. **Museo del Castello di San Giorgio, Collezioni archeologiche "Ubaldo Formentini"**: conserva le famose statue stele, una vasta raccolta di materiale romano lunense, i mosaici, la collezione epigrafica e reperti della Luni cristiana. **Museo Diocesano**: si trova nell'antico Oratorio di S. Bernardino;

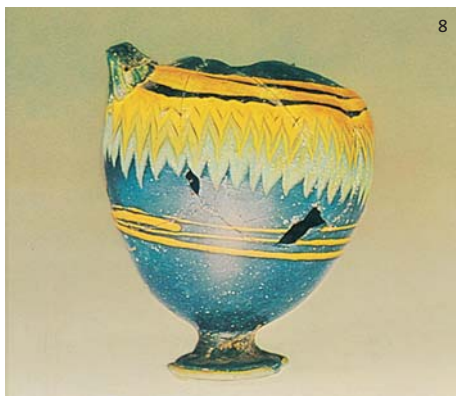


2 Il Golfo
3 Giardini Pubblici



4 Piazza Sant'Agostino

espone un ricco patrimonio artistico di opere pittoriche, arredi sacri, paramenti e oggetti liturgici in argento e avorio provenienti dalle chiese della Diocesi spezzina. Nella stessa sede il **Museo Etnografico "Giovanni Podenzana"**: conserva un ricco repertorio di oggetti di uso quotidiano e attrezzi da lavoro della tradizione locale e della cultura del territorio rurale. **Palazzina delle Arti e Museo del Sigillo**: anche la collezione dei sigilli deriva da una donazione da parte dei coniugi Capellini al Comune della Spezia; si qualifica come la più vasta raccolta di sigilli che esista al mondo. Nell'edificio è ospitata la Biblioteca tematica d'arte e archeologia con laboratori didattici e spazi destinati a mostre. **Museo Tecnico Navale** presso l'Arsenale M.M: di notevole interesse per il materiale esposto tra cui la collezione di polene, le attestazioni della storia della Marina e i modellini che consentono di comprendere l'evoluzione della navigazione. Qui si trova la strumentazione usata da Guglielmo Marconi, alla Spezia nel 1897, per i primi esperimenti di comunicazione con il telegrafo. È possibile visitare, su richiesta, anche l'Arsenale della Marina Militare dove accanto a testimonianze di archeologia industriale si possono vedere settori all'avanguardia nel campo delle attività navali. **Museo Nazionale dei Trasporti**: nasce con lo



5 Museo Civico A. Lia

6 Museo Diocesano, pianeta

7 Museo del Castello di San Giorgio, statua stele

8 Museo del Castello di San Giorgio, anforetta in pasta vitrea

scopo di raccogliere e conservare in perfetta funzionalità le attrezzature e i mezzi di trasporto pubblico, filoviario e ferroviario, di interesse storico. È dotato di una biblioteca specializzata, di documenti relativi alla storia del trasporto e di un'ampia fototeca. **CAMEC, Centro di Arte Moderna e Contemporanea**: ospita le opere delle collezioni Battolini e Cozzani, del Premio del Golfo e importanti mostre internazionali di arte contemporanea.

Al turista e al viaggiatore la città offre le armoniose architetture del Liberty, giunto alla Spezia sulle ali dell'Art-Industria all'inizio del '900, rinnovando dimore, giardini, teatri, arredo urbano e conferendo un volto nuovo alla città. La Spezia, però, non ha dimenticato le antiche tradizioni come testimoniano gli eventi che, con appassionata partecipazione, rievocano suggestioni e riti ancora vivi nella memo-



9



10



11



12

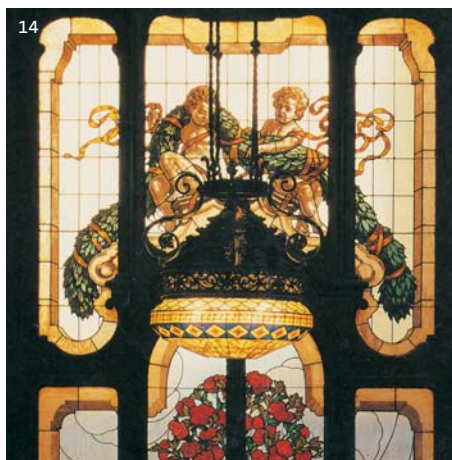


13

9 Museo Navale, polena
10 Museo Etnografico "G. Podenzana"

11 Centro di Arte Moderna e Contemporanea
12 Museo Civico A. Lia, reliquiario
13 Palazzina delle Arti, Museo del Sigillo

ria collettiva. Tra questi, il 19 marzo di ogni anno, la festa di San Giuseppe, patrono della Spezia. Un evento molto sentito che anima la città con seicento bancarelle che si snodano attorno ai giardini e lungo la passeggiata sul mare. Una manifestazione particolarmente significativa, legata alla vocazione marinara del territorio, è il Palio del Golfo, storica regata competitiva che infiamma le borgate del Golfo ogni prima domenica d'agosto. Il Palio è preceduto dalla sfilata in costume delle borgate che ogni anno segue un tema diverso. La notte del Palio si accendono i tradizionali fuochi d'artificio che illuminano il Golfo. A partire dal 2009, nel mese di giugno con cadenza biennale, si svolge "Maïna - Festa della Marineria. Biennale di arte, cultura, tradizioni del mare", una festa ricca di eventi, mostre, seminari, concerti, rassegne e incontri dedicati al tema del mare. Da non perdere "Liguria da bere": ogni fine giugno, le vie del centro storico si colorano di stand che espongono vini liguri D.O.C. e I.G.T. e prodotti tipici accuratamente selezionati; inoltre, un fitto calendario di visite a cantine e vigneti, incontri tematici con giornalisti del settore e produttori locali, abbinati a degustazioni guidate, permettono ad un pubblico sempre più numeroso e attento di apprezzare l'eccellenza dei gusti e dei profumi dell'enogastronomia ligure.



14 Villa Marmorata, vetrata Liberty
15 Notte del Palio del Golfo

16 Fiera di San Giuseppe
17 Palio del Golfo

Provincia - Servizio Turismo:

Viale Mazzini 47 - Tel. 0187 7421 Fax 0187 770908
www.provincia.sp.it - www.turismoprovincia.laspezia.it

I.A.T. - Ufficio Informazioni ed Accoglienza Turistica e Pro Loco:

IAT Viale Italia 5 - Tel. 0187 770900 Fax 0187 023945

iat_spezia@provincia.sp.it

IAT Stazione Ferroviaria Centrale

Piazzale Medaglie d'Oro - Tel. 0187 718997

Fax 0187 023945 - iat_spezia@provincia.sp.it

Pro Loco di Blassa: Tel. 348 0176202

prolocoblassa@tramonti.org

Pro Loco Cadimare: Tel. 0187 777061 - proloco5remo@email.it

Pro Loco di Rebocco: Tel. 0187 743676

Servizi di interesse pubblico

Comune della Spezia: Piazza Europa 1 - Tel. 0187 7271

Polizia Municipale: Tel. 0187 7261

Camera di Commercio (C.C.I.A.A.): Via V. Veneto 28

Tel. 0187 7281 - www.sp.camcom.it

Azienda Manifestazioni Fieristiche: Via V. Veneto 28

Tel. 0187 728296 Fax 0187 728228 - azienda.fiere@sp.camcom.it

Centro Fieristico SpeziaExpò: Via del Canaletto

Tel. 0187 513131-728323 Fax 0187 523940-777908

Teatro Civico: Prenotazioni Piazza Mentana 1

Tel. 0187 757075, Direzione e uffici Tel. 0187 757025

Palasport: Via della Pianta - Tel. 0187 510869

Piscina comunale: Via Monfalcone 1 - Tel. 0187 702066

Centro Informagiovani:

Via Valle 6 - informagiovani.spezianet.it

informagiovani@comune.sp.it

Tel. 0187 21062 - 0187 727247 - Fax 0187 730656

Poste e Telecomunicazioni:

Posta Centrale: P.zza Verdi 12 - (8.00 - 18.30) - www.poste.it

Automobil Club Provinciale della Spezia (ACI):

Via Costantini 10/18 - Tel. 0187 511098

Club Alpino Italiano (C.A.I.):

Viale Amendola 196 - Tel. 0187 22873 - www.cailaspezia.it

Informazioni agriturismo:

www.agriturist.it

www.terranostra.it

www.cia.it

www.turismoverde.it

Numeri di soccorso ed enti preposti

Soccorso Pubblico Polizia: Tel. 113

Questura: Viale Italia 497 - Tel. 0187 5671

Pronto intervento Carabinieri: Tel. 112

Soccorso in mare: Tel. 1530

Capitaneria di Porto: Largo M. Fiorillo 2 - Tel. 0187 258101

Pronto Intervento Vigili del Fuoco: Tel. 115

Serv. Antincendi boschivo del Corpo forest. dello Stato: Tel. 1515

Traffico e Viabilità: Tel. 1518

Guardia di finanza: Tel. 117

Soccorso Alpino: Tel. 118

Emergenza sanitaria: Tel. 118

Radio Taxi: Tel. 0187 523522 - 523523

Taxi: Via Diaz (Teatro Civico) Tel. 0187 736127

Via S. Cipriano (Ospedale) - Tel. 0187 736179

Stazione Ferroviaria - Tel. 0187 714805

P.zza Concordia (Migliarina) - Tel. 0187 501754

Musei

Pinacoteca Civica - Museo Amedeo Lia:

Via del Prione 234 - Tel. 0187 731100 Fax 0187 731408

mal.spezianet.it - museolia@comune.sp.it

Museo del Castello di San Giorgio

Collezioni archeologiche "U. Formentini":

Via XXVII Marzo - Tel./Fax 0187 751142

www.laspeziacultura.it - sangiorgio@laspeziacultura.it

Museo Civico Etnografico e Antropologico "G. Podenzana":

Via del Prione, 156 - Tel. 0187 258570 - Fax 0187 257426

www.laspeziacultura.it - museo.etnografico@laspeziacultura.it

Museo del Sigillo e Palazzina delle Arti "L.R.Rosaia":

Via del Prione 236 - Tel. 0187 778544 Fax 0187 257629

www.laspeziacultura.it - museodelsigillo@laspeziacultura.it

palazzinaarti@laspeziacultura.it

CAMeC Centro di Arte Moderna e Contemporanea:

Piazza Cesare Battisti 1 - Tel. 0187 734593 - Fax. 0187 256773

camec.spezianet.it - camec@comune.sp.it

Museo Tecnico Navale:

V.le Amendola 1 - Tel. 0187 784693 - Fax 0187 784850

www.museotecniconavale.it - posta@museotecniconavale.it

Museo Nazionale dei Trasporti:

Via Fossitermi 1 - Tel. 0187 718912 - Fax 0187 516832

www.museonazionaletrasporti.it

contatti@museonazionaletrasporti.it

Museo Diocesano:

Via del Prione 156 - Tel. 0187 258570 - Fax 0187 257426

www.diocesispezia.it - museosp@diocesispezia.it

Consorzi, Associazioni e Cooperative del settore enogastronomico ed agroalimentare

Associazione Tuttifrutti della Provincia della Spezia:

Itinerario dei gusti e dei sapori

c/o Provincia - Servizio Turismo - V.le Mazzini 47 - La Spezia

www.provincia.sp.it - iat_spezia@provincia.sp.it

Consorzio per tutela dei vini DOC e IGT della Provincia

della Spezia: P.zza Europa 16 - La Spezia

Tel. 0187 7281 Fax 0187 777908 - agricoltura@sp.camcom.it

Apiliguria La Spezia: Via Cadorna 4 - Tel. 338 9638566

Associazione Campiglia: Via Tramonti 4 - Campiglia

Tel. 0187 758514-758035 - www.associazionecampiglia.it

info@associazionecampiglia.it

 Mercati

Giornaliero prodotti orticoli, caseari e pesce - Piazza Cavour

Settimanale: venerdì - Viale Garibaldi e Viale Amendola

martedì - Migliarina (Via Prospero)

Mensile: 1° domenica del mese "Cercantico", mercato

dell'antiquariato

Manifestazioni

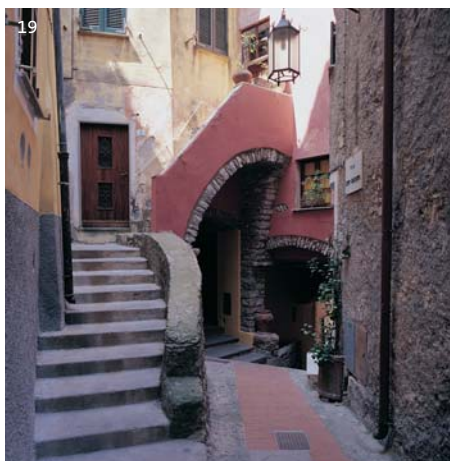
www.turismoprovincia.laspezia.it

Il Golfo dei Poeti dove la bellezza è di casa

Il primo paese che si incontra procedendo verso ponente è **Fezzano**, con la chiesa di San Giovanni Battista, il porticciolo e i resti della villa della bellissima Simonetta Cattaneo, musa ispiratrice del Botticelli per la raffigurazione della dea nel celebre dipinto “La nascita di Venere”. Segue **Le Grazie** in una deliziosa insenatura naturale dove si trova anche il sito archeologico della “Villa Romana del Varignano”. Merita una visita il Convento degli Olivetani, il chiostro decorato con gli affreschi quattrocenteschi di Nicolò Corso, significativa attestazione della committenza culturale dei monaci, e il Santuario di Nostra Signora delle Grazie con uno splendido coro ligneo. A breve



18



19



20

18 Lerici e il Golfo
19 Tellaro (Lerici)

20 San Terenzo (Lerici)

distanza **Porto Venere**, riconosciuto dall'UNESCO Patrimonio Mondiale dell'Umanità. Il borgo ha conservato la struttura medioevale e l'incanto dei paesi marinari. Il Castello Doria, avamposto militare genovese, la Chiesa di S. Lorenzo (consacrata nel 1130), con notevoli opere d'arte (ancona marmorea attribuita a Mino da Fiesole, un Trittico del XV sec. sull'altare maggiore, l'immagine sacra della Madonna Bianca, solennemente festeggiata ogni anno il 17 agosto con processione notturna tra le vie del borgo rivestito di lumini accesi). La sacrestia custodiva un magnifico tesoro in parte confluito nel Museo Diocesano della Spezia. All'estremità del promontorio, a picco sul mare, si trova l'antichissima Chiesa di S. Pietro, edificata nel 1277 su strutture preesistenti del VI sec. Di fronte a Porto Venere, l'**isola Palmaria**, facilmente accessibile tramite traghetti e servizi barca, di grande valore paesaggistico, è attraversata da sentieri ideali per escursioni nel verde. All'interno dello splendido Parco Regionale Naturale si trova anche l'isola del **Tino**, ricoperta di mirto, lecci e corbezzoli; conserva i resti del monastero di San Venerio, monaco eremita vissuto nell'isola, festeggiato ogni anno il 13 settembre e patrono dei fanalisti d'Italia. Con l'occasione è possibile visitare l'isola, presidio militare. A poca distanza l'isolotto del **Tinetto**, che conserva resti di un insediamento monastico del VI sec.



21



22



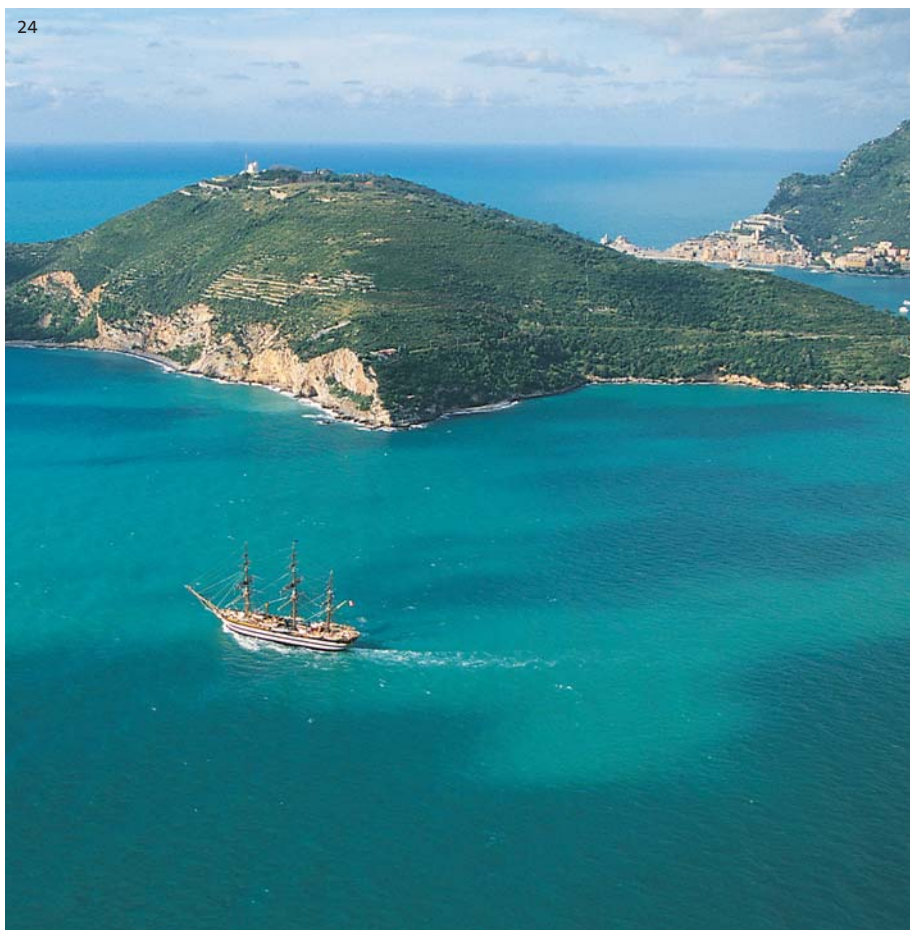
23

21 Porto Venere, chiesa di San Pietro

22 Porto Venere, palazzata sul mare

23 Le Grazie - Convento degli Olivetani

La ricettività, a Porto Venere, è eccellente e le strutture balneari ben attrezzate. In tutto il Golfo sono praticabili attività outdoor. Degnamente famosi i cibi tipici (molluschi e infinite varietà di pesce) serviti in tutte le trattorie. Il paesaggio marino del Golfo è caratterizzato dalla presenza di vivai per l'allevamento dei "muscoli" o mitili, protagonisti della cucina spezzina. Di grande interesse anche il versante orientale del Golfo. Uscendo dalla città, si raggiunge in breve la galleria degli Scoglietti, e subito la vista è rapita dall'incanto dell'insenatura di Lerici. Attraversando **San Terenzo**, nota per aver ospitato Mary e Percy Shelley nella bianca Villa Magni affacciata sul mare, si nota il castello genovese, sede di mostre temporanee, la parrocchiale decorata con stucchi tardo-barocchi che contiene un dipinto attribuito al Fiasella e la magnifica Villa Marigola dove soggiornarono tanti illustri personaggi tra cui lo scrittore Sem Benelli che qui compose la "Cena delle Beffe". La villa ospita convegni e attività culturali e si affaccia su un bellissimo "giardino all'italiana" costruito secondo schemi razionali e prospettici. Un percorso lungomare, percorribile anche a piedi, conduce a **Lerici**. Il borgo è dominato dall'imponente castello genovese (XIII-XVI sec.), frutto di un ampliamento della preesistente struttura medievale. Pregevole, al suo interno, la cappella gotica dedicata a S. Anastasia (1250). Il Castello, sede di importanti manifestazioni culturali, ospita



24 La nave Vespucci, l'isola Palmaria e Porto Venere

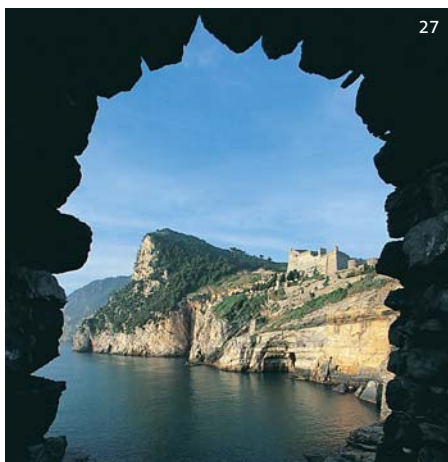
il Museo Geopaleontologico, nato dal ritrovamento, nella zona, di impronte risalenti a 220 milioni di anni fa. Attraverso la ricostruzione di ambienti e animali preistorici, l'esposizione di collezioni fossili, la sala di simulazione sismica e i laboratori didattici, il museo offre al visitatore la possibilità di rivivere, a livello virtuale, il mondo preistorico. Interessante l'oratorio di S. Rocco che espone un notevole dipinto del Fiasella e il campanile, anticamente torre di avvistamento, decorato con lapidi trecentesche; la chiesa di San Francesco, riedificata nel 1632, conserva un notevole patrimonio artistico: due tele del Fiasella, un trittico marmoreo di Domenico Gar del 1529 e il "Cristo morto" del Maragliano. Il clima



25



26



27



28

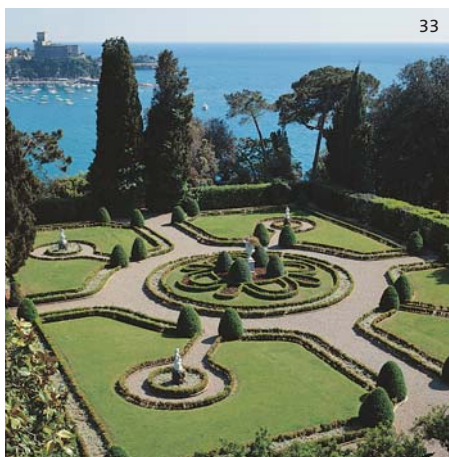
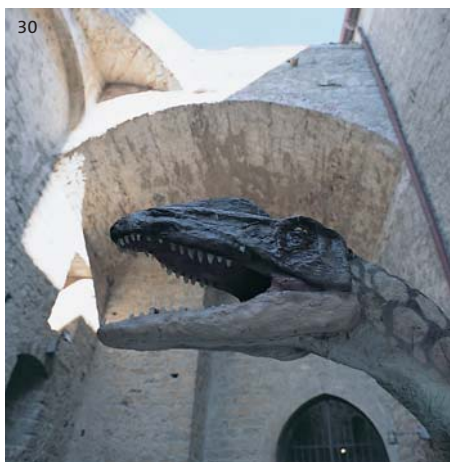


29

25 Golf tra gli ulivi, sullo sfondo (Lerici)
26 Tellaro (Lerici)

27 Castello di Porto Venere
28 Le Grazie (Porto Venere)
29 Fiascherino (Lerici)

di Lerici permette un piacevole soggiorno tutto l'anno. Le colline sul mare e una ricca vegetazione disegnano il paesaggio: una strada incantevole porta a Fiascherino dove soggiornò D.H. Lawrence, e a **Tellaro** la cui struttura architettonica è particolarmente suggestiva. Il verde caratterizza tutta la sponda orientale del Golfo fino a Bocca di Magra: sopra Lerici, **Barcola** con la bellissima villa Piccidi-De Benedetti e **Pugliola** con la villa Cochrane il suo suggestivo parco di lecci, pini, eucaliptus e cipressi, poi **La Serra** che regala imperdibili panorami sul Golfo. La strada si addentra all'interno del Parco Regionale Montemarcello Magra, un'area protetta che coniuga l'ambiente marino con il paesaggio fluviale, la costa con l'entroterra coinvolgendo ben 18 comuni della Provincia; tra panorami di rara bellezza si sale fino a **Montemarcello** inserito, per le caratteristiche paesaggistiche e ambientali, tra i borghi più belli d'Italia. A poca distanza, Punta Corvo segnalata tra le 15 spiagge da sogno del nostro paese, raggiungibile a piedi tramite un sentiero che parte dal borgo o in battello da Bocca di Magra e da Fiumaretta (Ameglia). Se proseguiamo raggiungiamo **Ameglia** che ci introduce in Val di Magra. Lerici offre una ricettività diversificata con alberghi, agriturismi, bed & breakfast e campeggi. Numerosi i ristoranti tipici, gli stabilimenti balneari, i negozi e i luoghi di ritrovo. Nella cucina locale eccellenti i piatti a base di pesce.



30 Lerici, Museo Geopaleontologico
 31 San Terenzo, Villa Magni (casa P.B. Shelley) (Lerici)

32 Isola del Tino, abbazia di San Venerio (Porto Venere)
 33 Lerici, Villa Marigola (giardino all'italiana)

Porto Venere

Porto Venere (IAT/Pro Loco): I.A.T. Piazza Bastreri, 7
 Tel. 0187 790691 Fax 0187 790215
 www.prolocoportovenere.it - info@prolocoportovenere.it
 Pro Loco di Fezzano: Tel: 333 7933170
 Pro Loco delle Grazie: Tel: 0187 792380

Servizi di interesse pubblico

Comune di Porto Venere: Via Garibaldi
 Tel. 0187 79481 - Fax 0187 798077
 Polizia Municipale: Tel. 0187 794848

Ufficio locale marittimo: Via Olivo 49 - Tel. 0187 790768

Porto Venere Servizi Portuali e Turistici:

Molo Dondero 8 - Tel./Fax 0187 793042
 portodiportovenere@alice.it

Carabinieri: Tel. 112 - 0187 790613

Emergenza sanitaria: Tel. 118

Musei/Parchi/Castelli:

Parco Naturale Regionale di Porto Venere:
 Via Garibaldi 9 - Porto Venere - Tel. 0187 794885 - 794823
 Fax 0187 794846 - www.parconaturaleportovenere.it
 info@parconaturaleportovenere.it
 Castello Doria: (informazioni) Comune - Tel. 0187 79481
 oppure Società Servizi Portuali e Turistici: - Tel. 0187 793042
 Villa Romana del Varignano (scavi archeologici): Loc. Le Grazie
 Tel. 0187 790307 - www.archeoge.arti.beniculturali.it
 Convento Olivetani: Loc. Le Grazie - Tel. 0187 790054 - 792380

Lerici

I.A.T. - Ufficio Informazioni ed Accoglienza Turistica e Pro Loco:

Comune di Lerici (IAT): Via Biaggini - Loc. Venere Azzurra
 Tel. 0187 969164 - info@hoteldelgolfo.com
 Pro Loco Lerici: Tel. 348 8715428
 www.prolocolerici.it - prolocolerici@gmail.com
 Pro Loco di San Terenzo:
 Tel. 0187 971597 - avv.icolotto@libero.it

Servizi di interesse pubblico

Comune di Lerici: Piazza Bacigalupi 9 - Tel. 0187 9601
 www.comune.lerici.sp.it - info@comune.lerici.sp.it
 Polizia Municipale Tel. 0187 967326 - 960321
 Teatro Astoria Via Gerini 18 - Tel. 0187 952253
 oppure 0187 960280
 teatroastoria@comune.lerici.sp.it

Taxi:

Lerici: Tel. 0187 967303
 San Terenzo: Tel. 0187 970480

Ufficio locale marittimo Lerici:

Via Mazzini 23 - Tel./Fax 0187 964545

Carabinieri: Tel. 112 - 0187 967129

Emergenza sanitaria: Tel. 118

Impianti Sportivi:

Golf Marigola: Lerici Tel./Fax 0187 970193
 www.golfmarigola.it - info@golfmarigola.it
 Scuola di vela S. Teresa:
 Pozzuolo - Tel. 0187 728280 - 971414 - Fax. 0187 777908
 www.scuolavelasantateresa.it - info@scuolavelasantateresa.it
 Piscina comunale "Cicci Rolla" A.S. Travallà
 Via Biaggini 1 - Tel. 0187 965773

Musei/Parchi/Castelli:

Castello di Lerici Museo Geopaleontologico:
 Tel. 0187 1863703 - Fax 0187 1863694
 www.castellodilerici.it - info@castellodilerici.it
 Giardini e Centro Congressi Villa Marigola: Via Biaggini 1
 Per gruppi visitabile su prenotazione
 Informazioni: CARISPE Tel. 0187 773318 - Fax 0187 773595
 www.villamarigola.com - congressi@mail.carispe.it

Cooperativa mitilicoltori:

Loc. S. Teresa - Tel. 0187 971577

Manifestazioni

www.turismoprovincia.laspezia.it

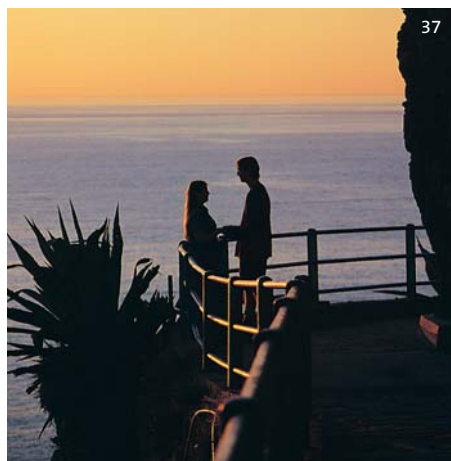


Cinque Terre e Riviera

Un altro itinerario dalla Spezia porta, attraverso le **Cinque Terre, patrimonio mondiale dell'Umanità**, a Levanto, Bonassola, Framura e Deiva Marina. La strada litoranea permette di arrivare a **Riomaggiore, Manarola**, di salire a **Groppo e Volastra** sino a raggiungere Monterosso e la Riviera. Il mare, le colline, i vigneti, gli antichi borghi di pescatori, le chiese in stile genovese offrono scorci incantevoli. Tra Riomaggiore e Manarola, tagliata nella roccia, imperdibile la Via dell'Amore. **Corniglia** edificata su uno sperone roccioso domina il sottostante "spiaggione" ed è il luogo



35 I vigneti a picco sul mare e il borgo di Manarola
36 I sentieri delle Cinque Terre



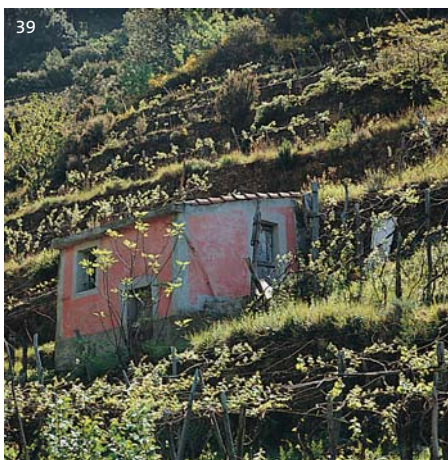
37 La Via dell'Amore (Riomaggiore-Manarola)

ideale per esperienze a contatto con la natura. Il borgo successivo è **Vernazza** la cui Chiesa di Santa Margherita di Antiochia, in stile romanico-genovese, segue il profilo dell'insenatura mentre il castello dalla torre cilindrica domina il paese. **Monterosso al Mare** con il suo ampio ed attrezzato arenile, presenta notevoli motivi di richiamo: la medievale Torre Aurora divide il borgo antico dalla parte nuova (Fegina) dove sul lungomare si staglia l'imponente statua del "Gigante"; non lontana, l'abitazione privata che ospitò il giovane poeta Eugenio Montale, nobel della Letteratura nel 1975. Nel borgo storico, tra vicoli e "caruggi", si distingue la chiesa di San Giovanni Battista dalla facciata bicroma e il campanile, un tempo torre di guardia. In posizione sopraelevata, il convento dei Cappuccini che conserva il *Crocefisso* attribuito al Van Dyck; sulla collina, il Santuario di Soviore, antichissimo luogo di culto e pellegrinaggio, permette alla vista di spaziare su tutta la costa.

Sulle colline delle Cinque Terre una via panoramica collega i Santuari posti in uno scenario da favola sopra i paesi a picco sul mare. Spettacolare l'itinerario escursionistico nel verde attraverso sentieri ben segnalati grazie all'opera del C.A.I., alcuni dei



38



39



40



41

38 Vendemmia nelle Cinque Terre

39 Stalletta nella vigna

40 Chiesa di San Giovanni a Monterosso al Mare

41 Vendemmia nelle Cinque Terre

42



42 Le Cinque Terre, in primo piano Riomaggiore



43 Corniglia
44 Manarola



43



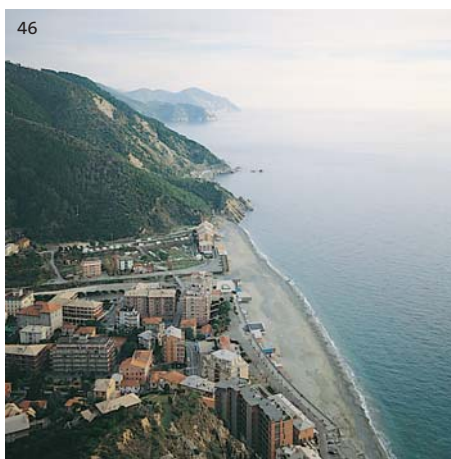
44



45

45 Vernazza

quali percorribili a cavallo e in mountain bike. I vigneti, sostenuti da muretti a secco, sono un mirabile esempio di architettura del paesaggio, frutto del lavoro dell'uomo, in una natura impervia. Oltre Punta Mesco, **Levanto**: un'accogliente cittadina, dotata di buona ricettività, con ampi spazi verdi e giardini. La chiesa di Sant'Andrea, il castello, la loggia medioevale, la mostra permanente di cultura materiale e i suggestivi borghi collinari si affacciano su un'ampia spiaggia particolarmente apprezzata dagli amanti del surf. A breve distanza, **Bonassola**, con il castello, le chiese, gli oratori e le case lungo un'insenatura dal mare cristallino, e **Framura**, tra le falesie del porticciolo e le sue pittoresche frazioni collinari, ripagano al meglio la curiosità del turista non frettoloso. **Deiva Marina**, dotata di un ampio arenile sabbioso e di un'eccellente ricettività conclude il territorio della provincia spezzina. Accoglienti le trattorie con i loro piatti tipici: acciughe salate di Monterosso, "gattafin" a Levanto (frittelle di erbette selvatiche), molluschi e piatti a base di pesce. Ottimo l'olio extravergine di oliva D.O.P. Famosi, fin dall'antichità, i vini D.O.C. delle Cinque Terre tra cui il pregiato Sciacchetrà e i vini D.O.C. dei Colli di Levanto.



46 Deiva Marina
47 Bonassola

48 Levanto, Piazza Cavour
49 Framura

I.A.T. - Ufficio Informazioni ed Accoglienza Turistica e Pro Loco:

Levanto (IAT): Tel./Fax. 0187 808125 - info@comune.levanto.sp.it
Bonassola (IAT/Pro Loco): Tel. 0187 813500 - Fax 0187 813529
 www.prolocobonassola.it - info@prolocobonassola.it
Corniglia (IAT): c/o Stazione Tel./Fax 0187 812523
 Fax 0187 812900 - accoglienzacorniglia@parconazionale5terre.it
Deiva Marina (IAT): Tel. 0187 815858-826136 - Fax 0187 815800
 ufficio_turistico@comune.deivamarina.sp.it
Framura (IAT): Tel. 0187 823004 - Fax 0187 823071
 iat@comune.framura.sp.it Manarola (IAT): c/o Stazione
 Tel. 0187 760511 accoglienzamanarola@parconazionale5terre.it
Monterosso (IAT): c/o Stazione - Tel. 0187 817059
 Fax 0187 817151 - accoglienzamonterosso@parconazionale5terre.it
Riomaggiore (IAT): Piazza Rio Finale 26 - Tel. 0187 920633 Fax
 0187 760092 - accoglienzariomaggiore@parconazionale5terre.it
Vernazza (IAT): c/o Stazione - Tel. 0187 812533 Fax 0187 812546
 accoglienzavernazza@parconazionale5terre.it
Pro Loco Monterosso al Mare: Tel. 0187 817506 - Fax 0187 818970
 www.prolocomonterosso.it - info@prolocomonterosso.it

Servizi di interesse pubblico

Comune di Bonassola: Piazza Iside Beverino 1
 Tel. 0187 813811 - Fax 0187 813830 - www.comune.bonassola.sp.it
 affarigenerali@comune.bonassola.sp.it
Comune di Deiva Marina: Corso Italia 85 - Tel. 0187 82611
 Fax 0187 826199 - www.comune.deivamarina.sp.it
Comune di Framura: Loc. Setta 42
 Tel. 0187 810020 Fax 0187 823071
 www.comune.framura.sp.it - info@comune.framura.sp.it
Comune di Levanto: Piazza Cavour 1 - Tel. 0187 802211 -
 Fax 0187 802247 - www.comune.levanto.sp.it
Comune di Monterosso al Mare: Piazza Garibaldi 35
 Tel. 0187 817525 - Fax 0187 817430
 www.comunemonterosso5terre.it
Comune di Riomaggiore: Via Telemaco Signorini 118
 Tel. 0187 760211 - Fax 0187 920866
 www.comune.riomaggiore.sp.it
Comune di Vernazza: Via San Francesco 56,
 Tel. 0187 821247 - Fax 0187 812212 - www.comune.vernazza.sp.it

Taxi:

Levanto: c/o Stazione Tel. 0187 808247
Monterosso al Mare:
 Tel. 335 6165842 - 335 6165845 - 335 6280933 - 328 5834969

Ufficio Locale Marittimo:

Levanto: Piazza Colombo 2 - Tel. 0187 808150

Carabinieri: Tel. 112

Deiva Marina: Tel. 0187 815822
Levanto: Tel. 0187 808105
Monterosso al Mare: Tel. 0187 817524
Riomaggiore: Tel. 0187 920112

Emergenza Sanitaria: Tel. 118

Ospedale Civ. S. Nicolò Levanto: Tel. 0187 800409

Musei/Parchi/Castelli:

Mostra permanente di Cultura materiale
 c/o Ospitalia del Mare, Via S. Nicolò 1 - Levanto Tel. 0187 817776
 www.comune.levanto.sp.it - mostralevanto@libero.it
Museo dello Sciacchetrà:
 Via Discovolo - Manarola (Riomaggiore) - Tel. 0187 760511
 www.parconazionale5terre.it - info@parconazionale5terre.it
Centro di documentazione Cinque Terre:
 Via Colombo - Riomaggiore - Tel. 0187 920633
 www.parconazionale5terre.it - info@parconazionale5terre.it
Orto Botanico di Torre Guardiola:
 Loc. Torre Guardiola - Riomaggiore - Tel. 0187 760000
 www.parconazionale5terre.it - info@parconazionale5terre.it
Mostra permanente degli Ex - Voto: Santuario di Soviore
 Monterosso al Mare - Tel. 0187 817385 - Fax 0187 817097
 www.soviore.org
Parco Nazionale delle Cinque Terre: Piazza Rio Finale, 26
 Riomaggiore - Tel. 0187 762600
 www.parconazionale5terre.it - info@parconazionale5terre.it

Consorzi, Associazioni e Cooperative del settore enogastronomico ed agroalimentare

Cooperativa Agricoltori Vallata di Levanto:
 Loc. Le Ghiare 20 - Levanto - Tel. e Fax 0187 800867
 www.coopagricoltorilevanto.it - cooplevanto@libero.it
Cooperativa Agricoltura Cinque Terre: Manarola - Loc. Groppo
 Tel. 0187 758041-920435 - Fax 0187 0920076
 www.cantina5terre.com - info5@cantina5terre.com

Manifestazioni

www.turismoprovincia.laspezia.it



50 Le Cinque Terre

Val di Vara

La Valle del Biologico

La visita della Val di Vara permette un'esperienza d'altri tempi. Il territorio si presenta come un'oasi verde, ricca di boschi, orti, pascoli, case rurali, mulini e villette dove piccoli paesi e borghi medievali sono immersi nel silenzio accompagnati dal fiume Vara che ne profila il paesaggio e le attività agricole seguono i parametri dell'agricoltura biologica nel rispetto dell'ambiente e delle biodiversità. Borghi arroccati come **Bolano** che traguarda il mare e le valli e **Calice al Cornoviglio**, col suo massiccio castello, importante tappa escursionistica dell'Alta Via dei Monti Liguri, si alternano a centri di fondovalle dalla singolare struttura rotonda, come



51 Varese Ligure, Borgo Rotondo

Varese Ligure e Brugnato. Partendo dalla Spezia, lungo l'Aurelia, si incontra **Riccò del Golfo** dai portali di arenaria e le chiese dei borghi decorate con le caratteristiche ardesie dipinte. Da qui è facilmente raggiungibile **Pignone** antico centro di pellegrinaggio e commercio come testimoniano la chiesa di Santa Maria Assunta, la loggia e, a poca distanza, il Santuario della Madonna del ponte. Il comune ha conservato una forte vocazione agricola di qualità, così, molti prodotti agricoli e di allevamento - fagioli, cipolle, patate, granoturco, salsiccia e salumi - sono inseriti nell'atlante regionale dei prodotti di eccellenza. Da qui il Santuario della Madonna di Soviore (Monterosso), le Cinque Terre e la Riviera sono vicinissime ma è davvero invitante continuare a immergersi nella vallata raggiungendo **Beverino**, poi **Borghetto Vara** e proseguendo verso il Passo del Bracco sino a **Carrodano e Mattarana**. Una via interna consente di raggiungere **Carro** inserito in un paesaggio incontaminato, intriso di spiritualità: non lontano, nella frazione di **Carreta**, si trova il Santuario dedicato a S. Antonio Gianelli, nato in questi luoghi nel 1789 da una famiglia contadina, patrono della Val di Vara e festeggiato in maniera solenne il 2 giugno. A Carro si trova la casa del noto



52 Carro
53 Bolano



54 Godano, porticato
55 Calice al Cornoviglio

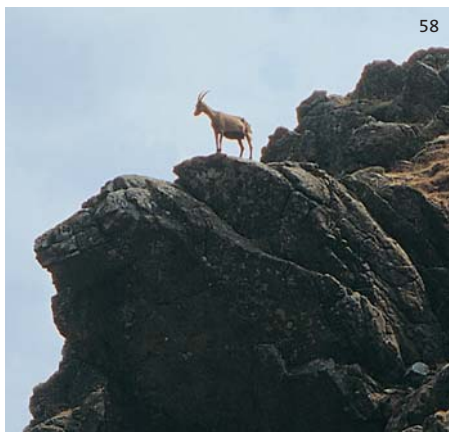
compositore Nicolò Paganini e, proprio in onore del grande musicista, ogni anno nei mesi estivi, si svolge “Il Festival Paganiniano”, con concerti tenuti da artisti di altissimo profilo che si svolgono in borghi suggestivi, chiese, edifici di pregio del territorio della Provincia. Il viaggio prosegue sino a **Brugnato**, edificato intorno alla Cattedrale a due navate e al Palazzo vescovile, oggi sede del Museo Diocesano che ospita una sezione archeologica e una ricca collezione di ex voto, arredi, antichi messali e vesti liturgiche. Da Brugnato si può arrivare a **Rocchetta Vara** per poi salire a **Veppo** e, per altra strada, a **Suvero**, borgo con un notevole castello Malaspiniano, noto per l'imponente pineta di alto fusto, tra le più spettacolari dell'Appennino. Passa anche da qui l'itinerario escursionistico dell'Alta Via dei Monti Liguri che raggiunge il Passo dei Casoni con un panorama indimenticabile sulla vallata e sulla Lunigiana. Poco oltre Rocchetta troviamo **Zignago** e le sue diverse frazioni immerse nel verde. Un altro itinerario da Brugnato conduce a **Sesta Godano** con i borghi, le chiese e il pregevole ponte medievale ancora perfettamente agibile. Particolarmente interessante è il sito archeologico di Valle Lagorara nel comune di **Maissana**, un imponente affiora-



56 San Pietro Vara e la valle verso Varese Ligure



57



58



59



60



61

57 Alta Val di Vara
58 Castellaro di Zignago, stambecco
59 Ferdana, porticato

60 Pignone
61 Gallo della razza "Gigante Nera"

mento di diaspro rosso utilizzato dall'uomo preistorico per produrre utensili e punte di freccia, uno dei più importanti della Liguria. Da Sesta Godano si raggiunge **Varese Ligure** con il Castello dei Fieschi, la Chiesa di San Filippo Neri e Santa Teresa D'Avila che conserva pregevoli dipinti, l'originalissimo Borgo Rotondo spesso sede di rappresentazioni teatrali e l'Oratorio dei SS. Antonio e Rocco, in perfetto stile barocco genovese. Da Varese si possono raggiungere suggestive località dell'Alta Val di Vara: **Cassego, Valletti, Comuneglia**, custodi di antiche tradizioni e dove le numerose Confraternite conservano opere d'arte e oggetti di culto che testimoniano la creatività della devozione popolare. Oltre alla ricettività alberghiera la Val di Vara offre piacevoli soggiorni in aziende agrituristiche all'insegna del benessere. Ricca di boschi e di reti sentieristiche è particolarmente vocata per le attività all'aria aperta: escursioni a piedi, in mountainbike, equitazione e canoa lungo il fiume. Ristoranti e trattorie consentono in tutta la vallata di gustare i cibi genuini della "Valle del Biologico", tra cui carni, formaggi e funghi da accompagnare con i vini D.O.C. e I.G.T. del territorio.



62



63



64



65

62 Brugnato, Cattedrale
63 Cassego, Museo Contadino (Varese Ligure)

64 Brugnato, "Infiorata"
65 Sesta Godano

I.A.T. - Ufficio Informazioni ed Accoglienza Turistica e Pro Loco:

Brugnato (IAT): c/o Casello Autostradale Tel. 0187 896526
 Fax. 0187 896944 - iat_spezia@provincia.sp.it
Calice al Cornoviglio (IAT/Pro Loco): Tel. 348 9167436
 prolocoduecastelli@vodafone.it
Ceparana, Bolano (IAT): Tel. 340 0523351 - 340 0503583
 info@comune.bolano.sp.it
Pignone (IAT/Pro Loco): Tel. 0187 887002 - Fax 0187 887003
 pignoneproloco@libero.it
Mattarana, Carrodano (IAT/Pro Loco):
 Tel./Fax 0187 893006 - prolocomattarana@libero.it
Tavarone, Maissana (IAT/Pro Loco)
Varese Ligure (IAT/Pro Loco): Tel./Fax 0187 842094
 www.prolocovareseligure.it - info@prolocovareseligure.it
Pro Loco di Carnea (Follo): Tel. 0187 947117 - 347 7507283
 prolococarnea@libero.it
Pro Loco di Cembrano (Maissana): Tel. 0187 847579
 francesca.oneto@libero.it
Pro Loco "Città di Brugnato": Tel. 346 4938072
 Fax. 0187 897098 - prolocobrugnato@libero.it
Pro Loco Montenero (Rocchetta di Vara):
 Tel. 333 3874007 - www.prolocomontenero.com
Pro Loco "Niccolò Paganini" (Carro):
 Tel. 0187 861294 - fernando.pugliese3@gmail.com
Pro Loco "Perla Verde" (Beverino):
 Tel. 328 6627388 - adritar25@libero.it
Pro Loco "Ponte Vecchio" (Borghetto di Vara):
 Tel. 333 1715073 - www.prolocopontevecchio.it
 prolocopontevecchio@libero.it
Pro Loco di Riccò del Golfo:
 Tel. 0187 925106 - prolocoricco@libero.it
Pro Loco San Giorgio di Castello (Carro):
 proloco@castello-di-carro.it
Pro Loco di Sesta Godano e frazioni: Tel. 0187 891476
 Fax 0187 891506 - prolocosestagodano@libero.it
Pro Loco di Tivegna (Follo):
 Tel. 392 0813455 - proloco.tivegna@gmail.com
Pro Loco di Zignago: Tel. 339 1301172 Fax 0187 543493
 andrea.traversoni@fincantieri.it

Carabinieri: Tel. 112

Bolano: Tel. 0187 933820
Borghetto di Vara: Tel. 0187 894120
Calice al Cornoviglio: Tel. 0187 936308
Riccò del Golfo: Tel. 0187 925101
Sesta Godano: Tel. 0187 891528
Varese Ligure: Tel. 0187 842118

Emergenza Sanitaria: Tel. 118**Comuni**

Comune di Beverino: Tel. 0187 883026
Comune di Bolano: Tel. 0187 94171
 www.comune.bolano.sp.it - info@comune.bolano.sp.it
Comune di Borghetto di Vara: Tel. 0187 894121
 www.comunediborghettodivara.net
 info@comuneborghettodivara.191.it
Comune di Brugnato: Tel. 0187 894110 - www.comune.brugnato.sp.it
Comune di Calice al Cornoviglio: Tel. 0187 935644
 www.comune.calicealcornoviglio.sp.it
Comune di Carro: Tel. 0187 861005
 www.comune-di-carro.it - carro@mclink.it
Comune di Carrodano: Tel. 0187 893324
 www.comune.carrodano.sp.it
Comune di Follo: Tel. 0187 5999 - www.comunefollo.it
Comune di Maissana: Tel. 0187 845617
 www.comune.maissana.sp.it
Comune di Pignone: Tel. 0187 887002
 www.comune.pignone.sp.it - info@comune.pignone.sp.it

Comune di Riccò del Golfo: Tel. 0187 925106
 www.comune.riccodelgolfo.sp.it
Comune di Rocchetta di Vara: Tel. 0187 868752
Comune di Sesta Godano: Tel. 0187 891525
 www.comune.sestagodano.sp.it
Comune di Varese Ligure: Tel. 0187 84291
 www.comune.vareseligure.sp.it
Comune di Zignago: Tel. 0187 865075

Musei/Parchi/Castelli

Museo Diocesano di Brugnato e Museo Mineralogico "Ambrogio Del Caldo": Brugnato, Palazzo Vescovile
 Tel. 0187 866530 - 894110 - Fax 0187 896530
 www.diocesispezia.it - brugnato@comune@libero.it
Pinacoteca Beghè - Piccolo Museo Pietro Rosa Museo dell'Apicoltura: Castello di Calice al Cornoviglio
 Tel. 0187 936309 - 347 3513291 - 345 2147227
 www.prolocoduecastelli.it/castelli_e_musei.htm
 comcal@libero.it
Mostra Storico Archeologica di Zignago:
 P.zza IV Novembre 2 - Loc. Pieve - Zignago, Tel. 0187 865075
 Fax 0187 865267 - comunedizignago@libero.it
Museo Mineralogico di Carro: c/o Palazzo Comunale - Carro
 Tel. 0187 861005 - Fax 0187 861914
Museo della Tradizione Contadina di Cassego:
 Via Provinciale, 150 - Loc. Costa - Varese Ligure
 Tel./Fax 0187 843005 - www.comunevareseligure.sp.it
 sindaco.vareseligure@liguriainrete.it
Museo Territorio di Valle Lagorara - Cave di diaspro: Loc. S. Maria
 Maissana - Informazioni: c/o Comune Tel. 0187 845617
 oppure 0187 845004 Fax. 0187 845606
 www.maissana.info - archeologia@maissana.info
Oratorio SS. Antonio e Rocca: Via della Chiesa
 Varese Ligure - Tel. 0187 842129
 www.comunevareseligure.sp.it
 sindaco.vareseligure@liguriainrete.it

Servizio Navetta Alta Via dei Monti Liguri

Info e prenotazioni: C.S.T. Centro Servizi Territoriale
 Tel. 0187 936391 - 345 2147227
 c.s.t.calice@altaviadeimontiliguri.it

Consorzi, Associazioni e Cooperative del settore enogastronomico ed agroalimentare

Consorzio Valle del Biologico: P.zza V. Emanuele 64
 Varese Ligure - consorziovallebio@tiscali.it
Cooperativa Casearia Val di Vara:
 Loc. Perazza - Varese Ligure - Tel. 0187 842108
 www.coopcasearia.it - info@coopcasearia.it
Cooperativa Carni San Pietro Vara:
 Macellazione carni biologiche d.o.c.
 Via Provinciale 35 - San Pietro Vara - Tel. 0187 847416
Cooperativa "I Castelli": P.zza Matteotti 1 - Bolano
 Tel. 368 7581352
Associazione Provinciale Allevatori:
 Via Scopesi 141 - Sesta Godano - Tel. e Fax 0187 870011
 www.apaspezia.it - apaspezia@apaspezia.it
Associazione dei produttori delle Valli del Pignone e del Casale:
 c/o comune di Pignone - Tel. 360 457116
 comune.pignone@tin.it
Associazione Gigante Nera d'Italia e della Val di Vara:
 P.zza V. Emanuele 27 - Varese Ligure - Tel. 320 3627869

Manifestazioni

www.turismoprovincia.laspezia.it

Val di Magra

Dove il fiume
incontra il mare

Altri itinerari portano dalla Spezia in Val di Magra. Salendo da Buonviaggio, il visitatore incontra subito Valeriano e **Vezzano Ligure**, antico borgo medievale che, dall'alto, osserva il fiume Magra.

Suddiviso in Vezzano Alto e Vezzano Basso, conserva le caratteristiche originarie e un notevole patrimonio storico-artistico tra cui si segnala la trecentesca torre pentagonale, la bella chiesa romanica di Santa Maria Assunta, la chiesa di Nostra Signora del Soccorso e la chiesa barocca di S. Sebastiano e Maria Assunta.

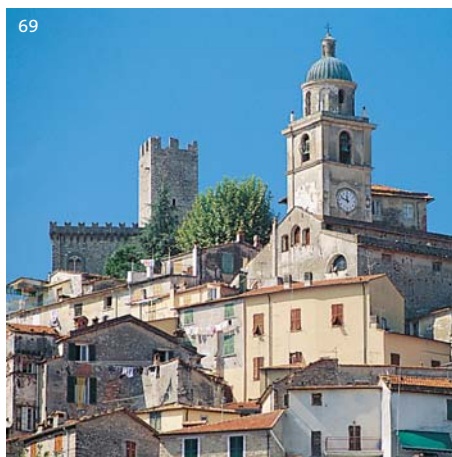
Proseguendo si arriva a **S. Stefano Magra**, antico mercato medievale, che tuttora



66 Bocca di Magra e Fiumaretta (Ameglia)

ha mantenuto una vocazione commerciale particolarmente vivace a cui si associa una gustosa tradizione enogastronomica festeggiata ogni estate con il programma di eventi *la cucina d'Sa Steu* e con la sagra che si tiene a fine agosto nella frazione di Ponzano in onore del piatto tipico, *la scherpada*, una deliziosa torta di verdure e formaggio cotta su fuoco a legna in testi di terracotta.

La strada, ripercorrendo idealmente il tracciato della Via Francigena, arriva a **Sarzana**, con le sue chiese, i palazzi signorili, le piazze. A difesa della città due imponenti fortezze: la fortezza Firmafede, oggi sede di mostre ed eventi e la fortezza di Sarzanello sulla sommità di un'altura che domina la vallata. In modo particolare si segnala la cattedrale che costituisce un prezioso esempio di sintesi architettonica e che conserva pregevoli dipinti del Fiasella detto il Sarzana, dipinti del Solimena, due amboni del Riccomanno, un S. Gerolamo di Andrea Della Robbia e il Crocefisso di scuola lucchese di Mastro Guglielmo, uno dei più antichi Crocefissi dipinti su tavola. Sarzana merita un'approfondita visita anche per i numerosi oratori, uno di questi oggi sede del Museo Diocesano che espone collezioni di argenti, ardesie dipinte, arredi sacri, sculture e pregevoli opere pittoriche. La città



67 Sarzana, pieve di Sant'Andrea

68 Ameglia



69 Arcola

70 Vezzano Ligure

è famosa anche per le numerose botteghe artigiane, di antiquariato e di restauro; ospita, nel mese di agosto, la Mostra Nazionale dell'Antiquariato e la "Soffitta nella Strada", una vera e propria rassegna antiquaria lungo le strade del centro storico. Sulla riva opposta del fiume si incontra **Arcola** con il turrito castello (ora sede comunale) e la torre pentagonale, e **Trebiano**, già sede vescovile. Il fiume Magra scorre placido verso il mare e proprio alla foce si trova **Bocca di Magra**, elegante e ospitale località a ridosso del promontorio del Caprione. Sulla riva opposta **Fiumaretta** si distende su un arenile sabbioso che guarda il mare aperto e la vicina Toscana, in un territorio contrassegnato da alberghi, campeggi e porticcioli mentre **Ameglia**, con il castello e la chiesa del sec. XVI, domina dall'alto la pianura. Al confine con Carrara troviamo **Castelnuovo Magra** con i resti del castello malaspiniaco dove Dante, in veste di procuratore, siglò nel 1306 la pace tra i Malaspina e il Vescovo di Luni. Si segnala la chiesa parrocchiale che espone *La Crocifissione*, una significativa opera di Brueghel. Nel settecentesco palazzo comunale ha sede la prima Enoteca pubblica della Liguria e della Lunigiana che promuove tutti i vini D.O.C., I.G.T. e i prodotti di eccellenza del territorio locale e regionale; interessanti all'interno le antiche "vasche"



71 Luni, lastre fittili (Ortonovo)
72 Luni, anfiteatro romano (Ortonovo)

73 Trebiano (Arcola)
74 Ponzano Superiore (S. Stefano Magra)

per contenere l'olio scavate nel marmo bianco di Carrara. Degni di nota **Ortonovo**, contrassegnato dal bianco Santuario della Madonna del Mirteto, meta di pellegrinaggi e dalla quattrocentesca torre del Guinigi e **Nicola**, borgo antichissimo, edificato sulla sommità di un colle. Nella pianura di fronte al mare si trova il sito archeologico dell'antica città romana di **Luni** con l'anfiteatro, la basilica, il foro, il teatro, i templi e le strutture museali con diversi nuclei espositivi dedicati all'architettura sacra, alla sezione epigrafica e all'edilizia privata delle domus lunensi. La ricettività, nella vallata del Magra permette un'am-



75



76

75 Via Mazzini, Sarzana

76 Fortezza di Sarzanello (Sarzana)

pia scelta tra alberghi, bed & breakfast, campeggi e agriturismi che offrono, oltre al relax, cucina genuina e una vacanza nel verde “a due passi dal mare”. Le spiagge numerose ed ampie sono attrezzate, ovunque si possono praticare sport acquatici e la sera i locali offrono occasioni di svago. Tra i piatti tipici della Val di Magra i testaroli, i panigacci, le torte d’erbe e come dolce la “spongata”. Non mancano sul litorale piatti a base di pesce e di molluschi. Ricca di vigneti e uliveti la valle offre i vini D.O.C. dei Colli di Luni tra questi il noto Vermentino dai riflessi dorati e dal profumo ampio e fruttato.



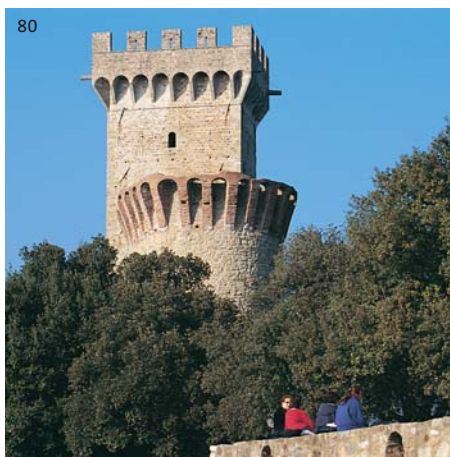
77



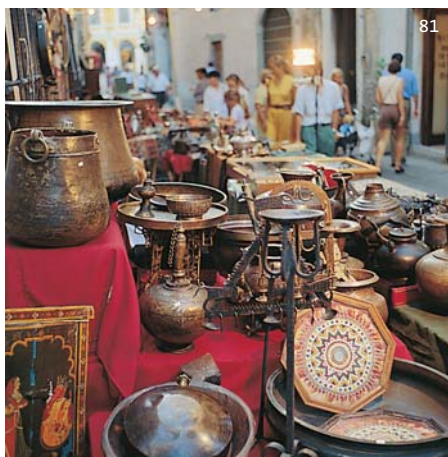
78



79



80



81

77 Il borgo di Nicola (Ortonovo)
78 Nicola, la chiesa (Ortonovo)
79 Ortonovo

80 Castelnuovo Magra
81 Sarzana, “Soffitta nella Strada”

I.A.T. - Ufficio Informazioni ed Accoglienza Turistica:

Ameglia (IAT): c/o Comune - Ufficio Turistico - Tel. 0187 609232
Arcola (IAT): Via Valentini 197, Loc. Ponte Tel./Fax. 0187 986559
 prolocoarcolana@libero.it
Castelnuovo Magra (IAT): via Aurelia 241 - Tel./Fax. 0187 693306
 c/o Enoteca pubblica della Liguria e della Lunigiana
 Via V. Veneto 2 - Tel./Fax. 0187 694182
 ufficioturismo@castelnuovomagra.com
Montemarcello (Ameglia)(IAT):
 Via Nuova 48 - Tel. e Fax 0187 670910
Sarzana (IAT): P.zza S. Giorgio - Tel. 0187 620419
 Fax. 0187 634249 iatsarzana@orchestramassacarrara.it
Vezzano Ligure (IAT): P.zza Regina Margherita 7 Tel. 0187 993123
 Fax 0187 993150 - comvezzturismo@libero.it
Pro Loco Arcola: Tel./Fax 0187 986559
 www.prolocoarcolana.it - prolocoarcolana@alice.it
Pro Loco Castelnuovo Magra: Tel. 0187 676376
 Fax. 0187 673059 - giorgia1975@libero.it
Pro Loco Montemarcello: pro.montemarcello@libero.it
Pro Loco Vezzano Ligure: Tel. 347 5399762
 nadia.ferdeghini@libero.it

U.R.P. (Ufficio Relazioni con il Pubblico):

Sarzana: Tel. 0187 622262 - Fax 0187 614252
 www.comune.sarzana.sp.it - urp@comune.sarzana.sp.it
Ortonovo: Tel. 0187 690135 - urp@comune.ortonovo.sp.it
Santo Stefano di Magra: Tel. 0187 697111
 Inoltre gli Assessorati al Turismo dei Comuni
 della Val di Magra svolgono servizio di informazione

Taxi: Sarzana, P.zza Jurgens - Tel. 0187 627777 / 620046

Carabinieri: Tel. 112

Ameglia: Tel. 0187 65703
Arcola: Tel. 0187 986202
Castelnuovo Magra: Tel. 0187 674113
Ortonovo: Tel. 0187 66802
Santo Stefano di Magra: Tel. 0187 630242
Sarzana: Tel. 0187 620150/620239/606405
Vezzano Ligure: Tel. 0187 994307

Emergenza Sanitaria: Tel. 118

CAI Sarzana: P.zza Firmafede 13 - Tel. 0187 625154 Fax 606556

Aeroclub Luni: Tel. 0187 673180 Fax 0187 029078

Comuni e servizi comunali

Ameglia: Piazza Sforza 1 - Tel. 0187 60921
 Fax. 0187 609044 - www.comune.ameglia.sp.it
Arcola: P.zza Muccini 1 - Tel. 0187 952811 - www.comune.arcola.sp.it
Castelnuovo Magra: Via Veneto
 Tel. 0187 693801 - www.castelnuovomagra.com
Ortonovo: Via Castagno 61
 Tel. 0187 690111 - www.comune.ortonovo.sp.it
Santo Stefano di Magra: Piazza Matteotti
 Tel. 0187 697111 - www.comune.santostefanodimagra.sp.it
Sarzana: Piazza Matteotti 1
 Tel. 0187 6141 - www.comune.sarzana.org
Teatro Impavidi Sarzana: c/o Ufficio Cultura Tel. 0187 614227
Vezzano Ligure: Via Goito 2 Tel. 0187 993111
 www.comune.vezzanoligure.sp.it

Musei/Parchi/Castelli

Museo Archeologico Nazionale e città antica di Luni:
 Luni di Ortonovo, Via San Pero 39 - Tel. e fax 0187 66811
 www.archeoge.arti.beniculturali.it

Parco Naturale Regionale di Montemarcello-Magra:

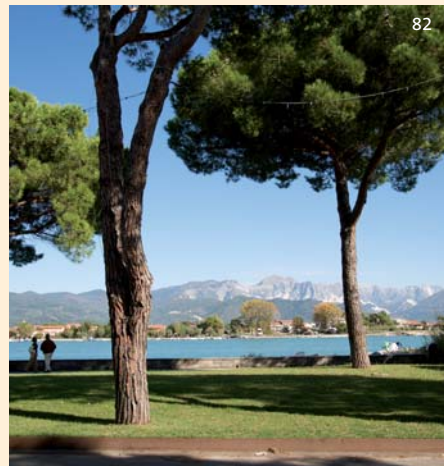
Via Paci 2 - Sarzana - Tel. 0187 691071 - Fax 0187 606738
 www.parcomagra.it - info@parcomagra.it
Orto Botanico di Montemarcello: Loc. Monte Murlo (Ameglia)
 Informazioni: Coop. Hydra Tel. 0187 626172 - 331 9276775
 www.parcomagra.it - cea@parcomagra.it
Museo Etnografico: Via Cannetolo (ex Frantoio)
 Loc. Casano di Ortonovo
 www.metortonovo.it - info@metortonovo.it
 Informazioni c/o Comune Tel. 0187 690111 - Fax 0187 660175
Fortezza di Sarzanello: Informazioni presso Cooperativa Earth
 Tel.0187 622080 - Fax 0187 1500158
 www.fortezzadisarzanello.com - fortezza@earth-ambiente.it
Parco Culturale "Val di Magra e Terra di Luni":
 Fax 0187 660175 - carlasanguineti@tin.it
Parco di Arte Ambientale "La Marrana":
 Montemarcello (Ameglia) Via della Marrana 2
 Tel. 0187 600158 - 335 6328606
 www.lamarrana.it - info@lamarrana.it
Centro Regionale Fauna Minore:
 Sarzana Via Paganino - Tel. 0187 626172 - Fax 0187 606738
 www.parcomagra.it - info@parcomagra.it
Museo Diocesano: ex Oratorio della Misericordia
 P.zza Firmafede - Sarzana - Tel. 0187 603102
 www.diocesispezia.it - museosarzana@diocesispezia.it
Museo del Vino "Ca' Lunae": Via Palvotrisia 2
 Castelnuovo Magra - Tel. 0187 693483 - Fax 0187 694903
 www.calunae.it - info@calunae.it
Museo del Caffè e Walter Tacchini: Romito Magra (Arcola)
 Tel. 0187 988492 - Fax 0187 988271
 www.cranstancaffe.com - crastan@cranstancaffe.com

Consorzi, Associazioni e Cooperative del settore enogastronomico ed agroalimentare

Enoteca Pubblica della Liguria e della Lunigiana
 Castelnuovo Magra, Via Vittorio Veneto 2
 Tel. 0187 675394 oppure 0187 694182
 www.enotecapubblica.it - enotecapubblica@enotecapubblica.it
Associazione olivicoltori colline di Ortonovo:
 c/o Museo Etnografico Via Cannetolo, Tel. 360 700689
 nucciobottiglioni@libero.it

Manifestazioni

www.turismoprovincia.laspezia.it



82 Bocca di Magra (Ameglia)

Viabilità e collegamenti terra/mare/aereo

Collegamenti stradali: Autostrada A12 - Genova-Livorno; Autostrada A15 - La Spezia-Parma; S.S. n. 1 Aurelia; S.S. n. 62 del Passo della Cisa; S.S. n. 63 del Passo del Cerreto; S.S. n. 331 - S.S. n. 330 - S.S. n. 530 - S.S. n. 370.

Collegamenti ferroviari: Treni per tutte le destinazioni dalla Stazione C.le della Spezia
Informazioni Tel. 0187 892021 - www.trenitalia.com - Informazioni sulla puntualità dei treni tel. 010 2758777

Collegamenti aerei: Aeroporto internazionale "C. Colombo" - Genova - Tel. 010 60151 - a Km 100
www.airport.genova.it - info@airport.genova.it

Aeroporto internazionale "G. Galilei" - Pisa - Tel. 050 849300 - a Km 90 - www.pisa-airport.com

Aero Club di Luni Via Alta Vecchia S. Lazzaro Sarzana - Tel. 0187 673180 - a Km 18 - www.aeci.it

Trasporti locali: Servizi di linea per tutti i Comuni della Provincia e la località di Volstra (Riomaggiore), escluse le Cinque Terre e la Riviera: ATC Esercizio S.p.A.

Numero Verde 800 322 322 attivo tutti i giorni (festivi inclusi) dalle 7.00 alle 19.30;

(dalle 5.15 alle 7.00 e dalle 19.30 alle 2.00 rivolgersi allo 0187 522511) www.atcesercizio.it

Biglietterie A.T.C.: La Spezia: P. Chiodo, 7 Tel. 0187 522522 (tutti i gg. feriali 7.00-13.30 e 14.45-19.30).

Sarzana: Piazza Terzi (tutti i gg. feriali dalle 7.00 alle 13.20 dalle 15.00 alle 18.00)

Emettitrici self-service: La Spezia: Via Chiodo lato mare; piazza Chiodo lato biglietteria;

Piazza Verdi lato mare; Stazione FS.

Lerici: Piazza Garibaldi

Porto Venere: Via Garibaldi lato Comune

Framura: Stazione FS

Sarzana: piazza Terzi lato biglietteria

Rivendite autorizzate biglietti: uffici postali ed esercizi commerciali convenzionati che espongono il simbolo

Punto Vendita ATC

Collegamenti con Toscana - Emilia - Trentino: (gennaio/marzo - giugno/luglio/agosto)

Lorenzini S.r.l. Via Larga, 105 - Ortonovo - Tel. 0187 66804/66805 - Fax 0187 660486

CAT: numero verde 800 22 30 10 - Collegamenti con la Toscana - www.catspa.it

Collegamenti marittimi: Golfo della Spezia - Cinque Terre - Tigullio - Versilia

CONSORZIO MARITTIMO TURISTICO 5 TERRE GOLFO DEI POETI

Via Don Minzoni, 13 - 19121 - La Spezia - Tel. 0187 732987/777727 - Fax 730336 - www.navigazionegolfodeipoeti.it

Sardinia CAT - Pontile Catamarani La Spezia - Passeggiata Morin, La Spezia

Tel. 338 1454374 - www.pontilecatamaranilaspezia.com - info@pontilecatamaranilaspezia.com



Agenzia Regionale per la Promozione Turistica della Liguria "In Liguria"

via Roma 11/3 · 16123 Genova

Tel +39 010 530821 · Fax +39 010 5958507

info@agenziainliguria.it - www.turismoinliguria.it

Provincia della Spezia - Servizio Turismo · Viale Mazzini 47 - Tel. 0187 7421 - Fax 0187 770908
www.provincia.sp.it - www.turismoprovincia.laspezia.it



UFFICI DI INFORMAZIONE E DI ACCOGLIENZA TURISTICA

iat_spezia@provincia.sp.it

c/o Stazione Ferroviaria Centrale

P.le Medaglie D'Oro

Tel. 0187 718997 · Fax 0187 023945

LA SPEZIA

Viale Italia, 5

Tel. 0187 770900

Fax 0187 023945

Brugnato (Stagionale)

c/o casello autostradale

Tel. 0187 896526

Fax 0187 896944

Carta ecologica 100%



Pubblicazione realizzata da:

Provincia della Spezia **Servizio Turismo**

Direzione: dr. Marco Casarino, Dirigente del Servizio
dr. Riccardo Tinfena, Capo Servizio

Coordinamento organizzativo-editoriale:

dr. Sabrina Cipriani, Responsabile Unità
Operativa Promozione/Editoria

Collaborazione:

Antonio Protopapa (Editoria)
Susanna Cuccureddu, Concetta La Placa,
Tilde Della Pina (Amministrazione)

Testo a cura di:

Sabrina Cipriani

Ricerca iconografica e impaginazione:

www.fotopuntografica.it

Fotografie:

Archivio Regione Liguria,
Istituzione per i servizi culturali del Comune della
Spezia, Archivio Beni Culturali Diocesani,
Archivio Fotografico della Provincia della Spezia,
Archivio Fotografico Soprintendenza
Archeologica della Liguria, inv. 8113.

Altre fotografie:

Walter Bilotta, Sergio Fregoso, B. Cafarsi,
A. Izzo, F. Marani, F. Bardi, S. Nicora,
M. Gotelli, M. Mairani,
M. Amandola, R. Merlo, S. Borrini

Edizione 2011 · © Provincia della Spezia

Fotocomposizione: www.fotopuntografica.it

Stampa: La Zincografica Fiorentina (FI)

Foto di copertina: Golfo dei Poeti

Retro copertina: Casoni (Val di Vara)





PROVINCIA
DELLA SPEZIA
PROVINCIA
D'EUROPA



facebook

Provincia La Spezia Turismo (Gruppo)



UNIONE EUROPEA



REPUBBLICA ITALIANA



REGIONE LIGURIA

Publicazione finanziata con i fondi del
Programma di Sviluppo Rurale 2007 - 2013 - Regione Liguria - Asse 3 - Mis. 3.1.3 - Annualità 2010
Fondo Europeo Agricolo Per lo Sviluppo Rurale "L'Europa investe nelle zone rurali"

Quando hai finito di leggerlo, passalo ad un amico e non disperderlo nell'ambiente

LIGURIA

www.turismoinliguria.it