

In vogelvlucht

De eerste cisterciënzers van Italië

Over de paden van de Brigaskische herders

Adelaars, steenbokken en kunst uit de steentijd

Fotogeniek bergdorp met beschilderde muren

Daar komen de olijven naar beneden als olie

Een tuin buigt voor de zee

Glamour en drukte aan de kust, doolhof van steegjes op de heuvels

Walvissen en dolfijnen in zicht

Badia di Tiglieto • Bossen voor jagers en verzamelaars

Een president als kunstverzamelaar • Savona

Klimrotsen en grotten lonken...

Finalese

IT-community in stenen huizen met uitzicht op de Alpen • Noli
Zwemmen tegen de pittoreske achtergrond van de oude stad

Doopkapel uit de jeugd van het christendom

Uitbundig strandvermaak

Zeilcursussen ook voor de kleinsten

Coletta di Castelbianco

Albenga

Alassio

Dolcedo Imperia

San Remo

Ventimiglia Giardini Hanbury

Monte Saccarello

Apricale

Ligurië — tussen de Alpen, de Apennijnen en de Middellandse Zee! Vlieg gewoon even over bergdorpjes, kliffen, badplaatsen en havensteden.

Zalig nietsdoen tegen een achtergrond van bergen, weiden en meren

Parco Regionale dell'Aveto

Met de boot naar het klooster

Zelfvoorzienende ecogemeenschap

Een levendige haven vol cultuurschatten

Met toegangsbewijs voor het wandelparadijs

Parco Nazionale Cinque Terre
Duiken voor steile kusten

Niet toeristisch en toch het ontdekken waard

Een kasteel en kerken die uit de klif groeien

Het eilandje voor één dag

In de woonkamer van beroemdheden

De nooit geteste grensvesting

Met het boemeltje naar de metropolen

Casella

Genova

Camogli

Portofino

Varese Ligure

Visserdorp anno vroeger

Riomaggiore

Portovenere

La Spezia

Isola di Palmaria

Castello di Sarzanello

Luni

Theaterruïnes in de velden

Van hot naar her

Archeologische vondsten — sommige mensen beschouwen Ligurië als het summum van Italië en dat is niet zo gek. Veel lijkt hier geconcentreerd, wat elders verder verspreid ligt: de zee, het strand, het prachtige berglandschap, de goede keuken, de geschiedenis en de cultuur.



Rustieke bergnesten

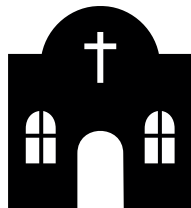
De hachelijke leefomstandigheden rond 1900 hebben veel Liguriërs uit het achterland ertoe gebracht te emigreren, vooral naar Zuid-Amerika. Dat Ligurië een enorme aderlating heeft moeten doen, komt waarschijnlijk ook door de grote haven van Genua, waardoor het uitreizen eenvoudiger werd. Door deze ontwikkeling doen de huidige bergdorpjes schilderachtig en soms ook wat mystiek aan zoals Triorram Perinaldo of Castelvecchio di Rocca Barbena.

Nachtleven aan de kust

Tijdens het badseizoen in de Ponente is het aan de waterkant een drukte van belang, die duurt tot diep in de nacht. Er gebeurt van alles in Imperia Porto Maurizio en Alassio, maar ook elders wordt volop gebruik gemaakt van de dansvloeren van de bars en nachtclubs die veelal aan het strand liggen. Er is bijna dagelijks livemuziek, ook op geïmproviseerde podia aan zee en op de pleinen in de oude steden.

In het land van opkomende en ondergaande zon

Ponente en Levante: het land de 'ondergaande zon' en van de 'opkomende zon' – zo worden de kustgebieden ten westen en ten oosten van de Ligurische hoofdstad Genua, genoemd.



Niet alleen in de steden van Ligurië, ook in veel kleinere gemeenten van de voormalige maritieme republiek Genua bepalen ze het stadsbeeld: barokke kerken met hun torens uit de 17e en 18e eeuw – een welvarend tijdperk waarin de republiek een loyale vazal van het keizerrijk was.



Landbouw onder de zwaarste omstandigheden

De steile terrasvormige wijngaarden op de hellingen langs de kust van de Cinque Terre vormen een enorme uitdaging voor de landarbeiders. De druivenoogst moet met de hand worden gedaan en het transport van de oogstkisten gebeurt op sommige plaatsen met elektrische goederentreinen, die langs de hellingen van de wijngaarden lopen. De lichamelijke inspanning en de verhoudingsgewijs lage opbrengst zijn de oorzaak dat de wijnen uit de Cinque Terre – overigens een beschermd etiket – wel hun prijs hebben. Dit geldt vooral voor de zoete wijnen waaronder de ongeëvenaarde sciacchetrà.

Pesto Genovese

In de betere Ligurische restaurants is hij ook nu nog in gebruik: de pestovijzel. Daarmee worden de belangrijkste ingrediënten van het gerecht – basilicum en pijnboompitten – 'vermorzeld' (Italiaans: *pestare*).



Liever wandelen of toch zwemmen? In de bergen of aan zee? In Ligurië kan het allebei tegelijk.



Bloei in ruige gebieden

“Uit diamanten groeit niets, uit nevel groeien bloemen” - het lied van songwriter Fabrizio de André doet op de rosse buurt van zijn geboortestad Genua. Maar het kon ook staan voor de hele stad. De chaotisch volgebouwde havenstad met de fraaie, deels smaakvolle oude binnenstad komt na mindere tijden altijd weer tot nieuwe culturele bloei. Het samengaan van het dagelijkse industriële leven, de burgerlijke cultuur en de creatieve ideeën is wat de stad zo aantrekkelijk maakt. Genua is niet mooi, maar wel heerlijk levendig.

Bloemenriviera en Ligurische Alpen

Een hooggebergte met een schitterend randje — dat is het uiterste westen van Ligurië.

blz. 33

La Pigna in San Remo

De oude binnenstad met de bijna oosters aandoende wirwar van steegjes is niet een middeleeuws dorp midden in de stad — ondanks de pittoreske hoekjes is het stadsarchitectuur van de armoede.



blz. 45

Triora

Het oude, hoog boven de Valle Argentina gelegen dorp heeft een wat lugubere charme. Een doolhof van duistere steegjes en trappenpaden loopt door het grotendeels ontvolkte historisch centrum.



Nogal geheimzinnig: in het dorp Triora zijn heksen nooit ver weg.

Erin duiken



blz. 48

Door de Ligurische Alpen

Direct achter de bedrijvige kust van San Remo beginnen de Alpi Liguri. Een combinatie van autorijden en wandelen leidt door het prachtige berglandschap met donkere bossen, lichte weiden, ruige rotswanden, karstgrotten en watervallen.

blz. 19

Museo Preistorico dei Balzi Rossi

Het museum bij Ventimiglia geeft een goede indruk van de cultuur van de mens in de steentijd.



blz. 22

Giardini Botanici Hanbury

Een wandeling door het park rond de luxe villa nabij Ventimiglia gaat door een subtropische plantenwereld. Het complex dat in terrassen afdaald naar zee is het werk van een Engelse koopman en geeft prachtige impressies van het landschap.



Elke vrijdagochtend lopen de straten en pleinen van Ventimiglia vol — de bezoekers, waaronder vele grensgangers uit Frankrijk, komen naar een van de grootste weekmarkten van Italië.

blz. 42

Op de Sentiero degli Alpini

De wandeling loopt ten zuidwesten van Triora rond de toppen van de Monte Pietravecchia en de Monte Toraggio, de laatste toppen van de Alpen voor de Middellandse Zee.

blz. 25

In het Roiadal

Het landschappelijk fraaie berggebied heeft ook op cultuurhistorisch gebied iets te bieden: zoals de 'Vallei der Wonderen' met prehistorische rotstekeningen van Ligurische volkeren.



blz. 29 en 32

Chillen aan het lungomare

Op de promenades van San Remo en Bordighera met de vele bars en clubs bruist in de zomermaanden het nachtleven. En wie 's avonds nog een kick zoekt, kan het geluk beproeven in het beroemde casino van San Remo.

Met 2201 m is de Monte Saccarello de hoogste berg van Ligurië. Langs de flanken hiervan woont de Brigaskische minderheid.

beleven

Levendige kustplaatsen, rustige berglandschappen

I

In het milde klimaat van de Bloemenriviera (Riviera dei Fiori) gedijen niet alleen kleurrijke subtropische planten, vroeger bloeiden hier ook verdorpe Lords en bleke Lady's op. Bordighera en San Remo vormden in de 19e en 20e eeuw klassieke reisbestemmingen voor een mondain Riviera-toerisme (zie ook blz. 256). Luxe villa's, exotische tuinen en promenades met palmbomen herinneren tot op de dag aan de lang vervlogen hoogtijdagen. Waar in Bordighera nog altijd wat van die glorie tijd gebleven is, is San Remo is een drukke alledaagse stad geworden waar het meestal luidruchtig en levendig toegaat. Voor de markt- en grensplaats Ventimiglia gold dat altijd al.

Het elitetoerisme is grotendeels verleden tijd, de bezoekers van verre zijn vandaag de dag heel gewoon. Zij komen in de eerste plaats om het milde klimaat en de weelderige vegetatie. Strandtoerisme is nog altijd van betekenis, maar de economische ruggengraat wordt gevormd door de bloemeteelt. Op de hellingen langs de kust liggen vele kas- sen dicht naast elkaar wat de schoonheid van het landschap bepaald niet ten goede komt.

TER ORIËNTATIE

0

Kaart: A-D 4-7

Internet: visitrivieradeifiori.it. Website van het toeristenbureau van de Bloemenriviera; informatie over accommodaties, evenementen.

Vervoer: in het seizoen is de kustweg vaak overvol, als alternatief is er dan voor automobilisten de snelweg, ook al wordt hier tol geheven.

Langs de kust rijdt elk uur een trein. Stations zijn te vinden in Ventimiglia, Bordighera, San Remo en Taggia. De Tendalijn (zie Tip blz. 25) gaat van Ventimiglia door het schilderachtige Roiadal naar Limone-Piemonte.

Langs de kust rijden heel regelmatig bussen, naar de bergdorpen in het achterland gaat slechts enkele keren per dag een bus; informatie dienstregeling: rivieratrasporti.it.

Op stap met een abonnement: wie vaak met de bus gaat, kan het beste een 7-dagenkaart voor de provincie Imperia nemen. Het gebied is verdeeld in vier zones, afhankelijk van het aantal te bereizen zones kost de abonnementskaart voor deze periode 18, 20, 24 of 27 euro.

De kust van de Riviera dei Fiori is onaangenaam dicht bebouwd en er wonen heel veel mensen, maar het eenzame achterland met de kleine dorpjes en kale heuveltoppen hebben romantici en natuurliefhebbers heel veel boeiends te bieden. Vanaf de kust lopen de diep uitgesleten dalen van de Roia, de Nervia en de Argentina naar de nog altijd dunbevolkte berggebieden, waar doolhofachtige oude plaatsjes tegen de hellingen met olijfbomen geplakt liggen. De toppen van de Maritieme Alpen aan de grens met Frankrijk en Piemonte, de Alpi Liguri (Ligurische Alpen), bereiken hoogtes van meer dan 2000 m. Het gebied is ten onrechte een van de minst bekende en bezochte delen van de gehele Alpen.

Ventimiglia 9 A 6

De grensplaats (23.000 inwoners) strekt zich uit aan weerszijden van de met palmbomen omzoomde monding van de Roia. Hier lag al in de vroegste geschiedenis een nederzetting van de Ligurische Intimilia, die in 180 v.Chr. door Rome werden onderworpen. Uit het Romeinse militaire kamp ontstond de stad Albintimilium, die tijdens de grote volksverhuizing werd omgedoopt tot Vintimilium. Die naam is in de Italiaanse variant nog altijd bewaard gebleven. Gelegen op de kruising van de kustweg en de belangrijke noord-zuidverbinding naar Piemonte, is Ventimiglia altijd van groot strategisch belang geweest. In de middeleeuwen woonde hier een machtige familie van graven, de Conti di Ventimiglia.

De stad is volledig verdeeld in twee totaal verschillende wijken. Ten oosten van de rivier ligt het moderne centrum. Het biedt bezoekers weinig

interessants: alleen de mooie kramen in de grote **markthal** 3 op de Corso della Repubblica en de **boulevard** 1 zijn een wandeling waard. Op vrijdag bruist het nieuwe stadsgedeelte echter als hier de wekelijkse markt – de grootste in Italië – wordt gehouden.

Door de oude binnenstad

De kleine oude stad op de heuvel ten westen van de rivier heeft een heel andere sfeer. Smalle straatjes en trappenpaden gaan omhoog langs de helling met de eeuwenoude gebouwen.

Door de Porta Marina...

Je komt het middeleeuwse stadscentrum binnen via de **Porta Marina** 2 uit de 16e eeuw. In de wirwar van steegjes staat daar de **kathedraal** 3. Met de bouw is al bijna 1000 jaar geleden begonnen, maar de kerk werd pas voltooid in de 13e eeuw. Heel fraai zijn het portaal en de romaanse klokkentoren met barokke opbouw. Het indrukwekkende interieur wekt een romaanse indruk. De crypte is afkomstig uit een eerder gebouw uit de Karolingische tijd.

Naast de kerk verrijzen het **baptisterium** 4 uit de 11e eeuw en het in 1668 gestichte **Monastero delle Canoniches Lateranensi** 5. Het klooster staat op de plek waar in de middeleeuwen de vesting van de graven van Ventimiglia stond.

... naar de Porta Piemonte

Een wandeling door de oude stad leidt via de Via Garibaldi langs de **Loggia del Parlamento** 6 uit de 14e-15e eeuw (nr. 12) en het laat barokke **Oratorio dei Neri** 7 naar de Piazza San Michele aan de noordwestrand van de heuvel. Vanaf hier kun je genieten van een prachtig uitzicht op de bergen.

- **Trein:** stations in Deiva Marina en Framura; ong. elk uur regionale trein naar Moneglia-Sestri Levante en Bonassola-Levanto-Cinque Terre-La Spezia.
- **Bus:** ma.-za. 9 x, juli-aug. vaker en ook op zo. vanaf station Framura naar Anzo-Setta-Costa.
- **Boot:** in het badseizoen vanuit Deiva Marina 3 x per week naar Portofino en Bonassola-Levanto-Cinque Terre, informatie: navigazionegolfodeipoeti.it.

Bonassola

📍 K 5

Via de mooie bergdorpjes Reggimonti en Montaretto leidt een kronkelende weg van Framura naar Bonassola. Het voormalige vissers- en zeevaardersdorp ligt net als Moneglia in een beschutte baai. In het oude stadscentrum staat de parochiekerk uit 1670 met rijke barokke versiering. Boven het tracé van de trein ligt de oude vesting (16e eeuw). Bonassola heeft geen andere bezienswaardigheden, maar als verblijfplaats voor een zwem- of wandelvakantie is het heel geschikt. In ongeveer 10 minuten ben je met de trein in het wandelgebied van de Cinque Terre.

Slapen

Prachtig uitzicht

Villa Belvedere: goed geleid hotel 10 min. heuvelopwaarts na de zuidrand van het dorp; sommige van de 16 kamers hebben uitzicht op zee, gezellige tuin.

Via Serra 33, tel. 01 87 81 36 22, bonassolahotelvillabelvedere.com, 2 pk met ontbijt €130-150

Degelijk

Delle Rose: middenklasse hotel, nabij de zee in het centrum. Mooi dakterras met barservice.

Via Garibaldi 8, tel. 01 87 81 37 13, hoteldellerosebonassola.it, 2 pk met ontbijt €100-150, juli-aug. en rond Pasen €150-170

Vakantiewoningen

Villaggio Turistico La Francesca: mooie locatie op een heuvel met zeezicht (3 km van Bonassola richting Levanto). Vooral voor gezinnen met kinderen een alternatief voor een hotel, goede sport- en spelmogelijkheden.

Tel. 01 87 81 39 11, lafrancescaresort.it, appartementen en bungalows voor 2-6 pers., vanaf €550 per week, in het badseizoen vanaf €850

Eten

Ontmoetingspunt aan zee

L'Antica Guetta: restaurant, culturele ontmoetingsplaats en antiekwinkel ineen; je zit gezellig op de veranda boven het strand, goede keuken.

Via Marconi 1, tel. 01 87 81 37 97, mrt.-nov. dag. 12-14.30, 19.30-22 uur, *primi en antipasti* €12-14, hoofdgerechten €16-19, ook pizza

Actief

Zwemmen

Goed breed **kieselstrand** direct bij het dorp in een beschutte baai.

Info

• **Pro Loco:** Via Fratelli Rezzano, tel. 01 87 95 74 92, nuovaprolocobonassola.bussiness.site, di., do.-vr., zo. 10-12, za. 10-12, 15-17 uur.

• **Trein:** station aan de noordrand; ong. elk uur regionale trein naar Framura/Moneglia/Sestri Levante en Levanto/Cinque Terre/La Spezia.

• **Boot:** in het seizoen 3 x per week naar Moneglia/Portofino en Levanto/Cinque Terre, informatie op navigazionegolfodeipoeti.it.

Levanto

📍 K 5

Als enige plaats tussen Sestri Levante en La Spezia lijkt Levanto (5100 inw.) lijkt meer een klein stadje dan een dorp. Hoewel het er in de zomer een drukte van belang is met strandgasten en er daarbuiten ook nog veel bezoekers komen, heeft het een levendig eigen karakter; de vele winkels en bars zijn er echt niet alleen voor de toeristen.

Nog voor de Tweede Wereldoorlog werd Levanto in Italië beschouwd als een geheime tip voor een rustige strandvakantie. Tegenwoordig is het stadje steeds populairder als alternatieve accommodatie voor de Cinque Terre: het is er minder druk, heeft een beter aanbod aan winkels en restaurants en ook een paar campings. Het brede zandstrand is bovendien ideaal om te zwemmen.

De esthetische charmes van de Cinque Terre-dorpen kan Levanto niet helemaal bijbenen. In het centrum zijn weliswaar een paar aardige hoekjes met kleurrijke huizen, maar er verschijnt steeds weer weinig aantrekkelijke nieuwbouw tussen de oude gevels. De omgeving is landschappelijk echter zeer aantrekkelijk. Aan de noordkant wordt het stedelijk gebied begrensd door een wat kale, bovenaan rotsachtige bergkam. Aan de zuidzijde verheft zich steil het wat meer beboste voorgebergte van Mesco.

Stadsrondwandeling

In de middeleeuwen bleef Levanto onder de heerschappij van Genua relatief zelfstandig. Het centrum van de stad lag destijds op de kleine heuvel aan de zuidrand van de huidige stad. Aan de rand staan aan de Piazza del Popolo de **Loggia del**

Comune uit de 13e eeuw en het eveneens middeleeuwse **Casa Restani** (nu Osteria Tumelin). Op een steenworp afstand staat aan de zuidrand van het stadje de gotische kerk **Sant'Andrea**, gebouwd in 1226, met een klokkentoren met koepel. De groen-wit gestreepte gevel heeft een fijn bewerkt roosvenster; binnen wordt een 'zwarte crucifix' uit de 14e eeuw bewaard. Het houtgesneden koor stamt uit het jaar 1589.

Na de Sant'Andrea kom je bij restanten van de 700 jaar oude **stadsmuur**; deze leidt omhoog naar het in het 12e eeuw gebouwde, maar in latere eeuwen meerdere keren verbouwde **Castello di San Giorgio**.

In het nieuwere deel van de stad aan de noordkant van de heuvel herinnert alleen nog de centrale, fraaie met sinaasappelbomen beplante **Piazza Cavour** aan de geschiedenis van Levanto. Dit plein vormde vroeger de binnenplaats van het nonnenklooster Santa Chiara. In het voormalige kloostergebouw is nu het gemeentehuis gehuisvest.

Slapen

Droomlocatie

La Giada del Mesco: de relatief kleine kamers zijn sfeervol ingericht, de panoramaligging is fantastisch. Bijzonder mooi zijn de kamers nr. 10 en 11 op de eerste verdieping.

Località Mesco 16 (3 km naar het zuiden), tel. 01 87 80 26 74, lagiadadelmesco.it, 2 pk met ontbijt afhankelijk van het seizoen €160-180

Verzorgd

Villa Margherita: verzorgde B&B in een 100 jaar oude villa met tuin aan de westrand, enkele kamers met balkon en uitzicht.

Via Trento en Trièst 31, tel. 01 87 80 72 12, villamargherita.net, 2 pk met ontbijt €100-150