



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Varese

1906 – 2006 Un secolo di storia varesina

Via Speri Della Chiesa, 12 - 21100 Varese – tel. 0332/289267 – www.caivarese.it



## Itinerario

### Traversata da S. Rocco di Camogli a Portofino

Considerata una classica di Primavera la gita escursionistica nel parco naturale del Promontorio di Portofino si snoda nell'ambiente della macchia mediterranea con panorami stupendi sul mare Ligure.

Da S. Rocco (m. 221) prendiamo il sentiero che ci porta dopo circa 1 ora di cammino a Punta Chiappa, seguendo il nostro percorso ora in discesa arriviamo a S. Fruttuoso (m.40) meraviglioso golfo con un piccolo agglomerato di case ed una splendida abbazia dove sosteneremo per la colazione al sacco.



Debitamente rifocillati risaliremo il promontorio (m. 270) che separa il Golfo di S. Fruttuoso dal Golfo di Portofino.

Si prosegue per un sentiero pianeggiante, attraverso la magra vegetazione fino alla località Prato (m. 245) da dove si scende in mezzo agli ulivi, terrazzamenti coltivati a vite e agrumi a Portofino  
Altro splendido golfo della costiera Ligure



Con mezzi pubblici (autobus di linea ) raggiungeremo il nostro pullman che ci attende a S. Margherita Ligure.

Dislivello: in salita m. 230, in discesa m 430. Tempo di percorrenza (escluse le soste) 5 ore complessive



**CLUB ALPINO ITALIANO**

Sezione di Varese

**1906 – 2006 Un secolo di storia varesina**

Via Speri Della Chiesa, 12 - 21100 Varese – tel. 0332/289267 – [www.caivarese.it](http://www.caivarese.it)

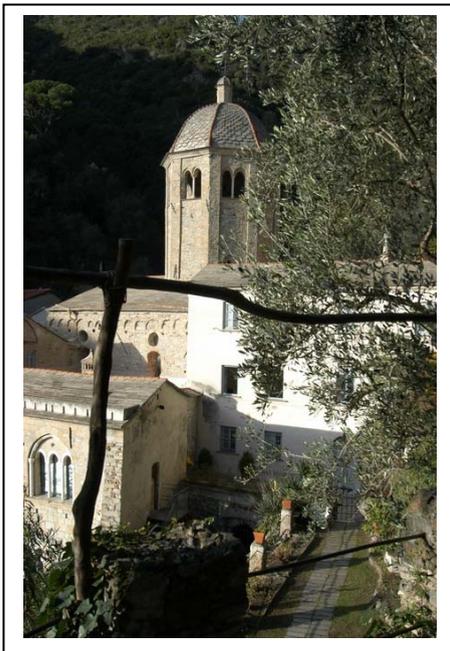


## Qualche curiosità

Tra Camogli e Portofino, in una profonda insenatura nella frastagliata costa del Promontorio di Portofino, sorge la celebre Abbazia di San Fruttuoso di Capodimonte nell'intatto borgo marinaro omonimo. Dopo la prima frequentazione monastica, il complesso di San Fruttuoso di Capodimonte fu umile abitazione per pescatori, spesso covo di pirati, poi proprietà per secoli dei Principi Doria: un luogo assolutamente unico, dove l'opera dell'uomo si è felicemente integrata con quella della natura. Sono visitabili il complesso monastico del X-XI secolo con il Chiostro, la Sala Capitolare, la Chiesa; e le tombe dei Doria e il corpo a mare gotico del XIII secolo.



Risalente all'anno mille, oggi di proprietà dei FAI intorno alla quale si sviluppano una spiaggetta, una chiesa, la Torre dei Doria e poche casette di pescatori che si specchiano nel blu smeraldo del mare, su un fondo verde scuro di pini.



Il piccolo borgo di San Fruttuoso è immerso nel Parco Naturale Regionale di Portofino che è costituito dall'omonimo Promontorio e da 3 comuni:

Camogli con i nuclei di San Rocco, San Nicolò e San Fruttuoso stesso;  
Portofino Santa Margherita Ligure, con i nuclei di Paraggi e Nozarego.

La leggenda, narra che il Vescovo Fruttuoso, morto sul rogo insieme ai diaconi Eulogio e Augurio, apparve in sogno a cinque monaci e indicò loro il luogo posto sulla costa ligure, in cui dovevano essere sepolti i suoi resti. Il luogo in questione era riconoscibile per tre segni: un drago feroce, una caverna e una limpida fonte d'acqua. I monaci, guidati da un

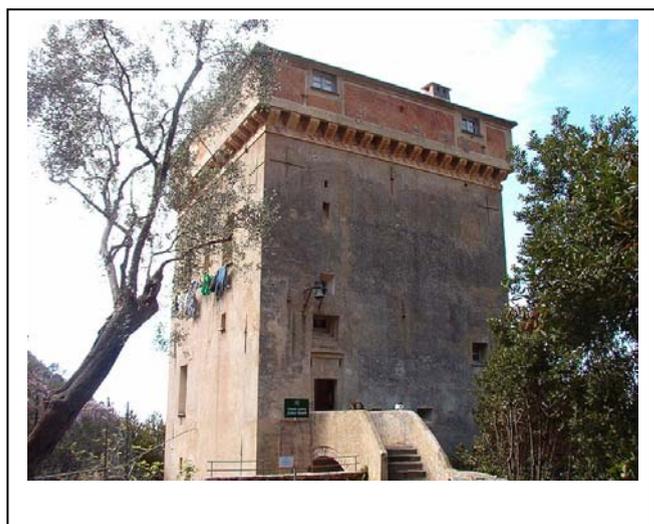
angelo, arrivarono sugli scogli di Capodimonte, dove trovarono il drago, che fu affrontato e annientato dall'angelo, e gli altri due segni predetti.

La leggenda prende spunto da vicende realmente accadute: vero è Fruttuoso, vescovo di Terragona, che nel 259 fu arrestato e condannato insieme ai suoi due diaconi, durante le persecuzioni di Valeriano e Galiero. Vera è la sorgente annunciata dal vescovo nel sogno, conosciuta e segnalata su tutte le carte dei naviganti, perché prezioso punto di rifornimento. E vera è anche la "fama" del drago, leggenda diffusa tra i marinai forse per allontanare i possibili contendenti che qui volevano rifornirsi d'acqua.

L'abbazia sorse alla metà del X secolo ad opera di monaci greci e fu ricostruita tra la fine del secolo e l'inizio dell'XI per volere di Adelaide di Borgogna, vedova dell'imperatore Ottone I.



Nello stesso secolo passò ai monaci benedettini e fu ingrandita nel XII con l'aggiunta di un piano. Nel XIII secolo vi fu aggiunto il corpo edilizio con loggiato verso il mare, ad opera della famiglia genovese dei Doria, che utilizzò una sala dell'abbazia per le proprie sepolture. Il chiostro superiore fu ricostruito nel XVI secolo per volontà di Andrea Doria, mentre nel 1562 fu costruito il torrione di avvistamento quadrato che tuttora domina la baia.



La torre, intitolata ad Andrea Doria dai suoi eredi, Giovanni, Andrea e Pagano, fu eretta nel 1562 lungo la strada che collega l'abbazia al borgo dei pescatori in una ripida scalinata.

Fu principalmente costruita per difendere il borgo e la sua providenziale sorgente di acqua, utilizzata dai monaci, dalle eventuali incursioni dei pirati barbareschi. Sulle due facciate è presente lo stemma dei

Doria, l'aquila imperiale, mentre altre decorazioni sono visibili sulle cornici e sulle mensole.