



**PROGRAMMA ALPI APUANE  
DA LUNEDI 26 AGOSTO A SABATO 31 AGOSTO 2019**

**26 agosto Lunedì:** ore 8 partenza dal Piazzale della Chiesa di San Girolamo. Arrivo a Barga nel tardo pomeriggio e sistemazione in albergo "La Pergola".

**27 agosto Martedì:** escursione sul Monte Altissimo con gli amici del Cai di Lucca.

**28 agosto Mercoledì:** escursione Monte Forato.

**29 agosto Giovedì:** visita con guida alla città di Lucca tutta la giornata.

**30 agosto Venerdì:** escursione al Rifugio del Freo.

**31 agosto Sabato:** visita a Castelvecchio alla casa di G.Pascoli e a San Romano in Garfagnana visiteremo il Castello delle Verrucole. Ore 14 partenza per Castrovillari.

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE A PERSONA € 550,00**

(Sistemazione in camera doppia, singola su richiesta con supplemento)

**LA QUOTA COMPRENDE:**

- Viaggio A/R e spostamenti in autobus GT de Luxe con servizi;
- Trattamento di mezza pensione in Hotel \*\*\* (5 notti + 5 cene + 5 colazioni, compreso vino, acqua e caffè).
- Accompagnamento con guida turistica di giorno 29 e 31 agosto;
- Biglietteria per le chiese di Lucca, la casa di Pascoli e il Castello delle Verrucole;
- Check Point ingresso città di Lucca

**LA QUOTA NON COMPRENDE:**

- altre bevande ai pasti e tassa di soggiorno in hotel
- I 6 pranzi al sacco (dal 26 al 31), la cena del 31.

**POSTI DISPONIBILI: n. 18**

Assegnazione in stretto ordine di prenotazione.

**N.B.:** I non Soci, potranno partecipare solo in caso di posti disponibili e comunque sottoscrivendo l'iscrizione alla Sezione.

**TERMINI DI PAGAMENTO**

- Prenotazione obbligatoria versando un acconto di € 200,00 entro il 30/6/2019
- Saldo dell'intera quota entro e non oltre il 30/7/2019

Le quote dovranno essere versate tramite bonifico bancario intestato alla Sezione di Castrovillari.  
Codice IBAN: IT69K0303280670010000000703 - Banca CREDEM

**N.B.:** A prenotazione effettuata, gli acconti versati non verranno in alcun caso restituiti.

**Info e prenotazioni:**

CARLA PRIMAVERA 338/3728166 – LUANA MACRINI 338/9034457



### **Contesto dell'escursione.**

L'altissimo è una delle vette più conosciute e frequentate delle Apuane, si trova lungo lo spartiacque principale, nel settore centrale della catena, dove sono concentrate le vette di "media" altezza, la più alta è la Pania della Croce (regina delle Apuane) 1858m.

La sua fama è dovuta a due fattori: l'aspetto della sua parete Sud, bianca, verticale, svettante e ben visibile da gran parte della Versilia; talmente imponente da donargli il nome nonostante la quota non sia così rilevante.

Poi c'è la leggenda che (forse) Leonardo da Vinci ha scelto personalmente il marmo per scolpire la Pietà dalle sue cave famose fin dal tempo degli Etruschi; cave attive ancor oggi e che avremo occasione di attraversare durante l'escursione, vedendo anche testimonianze di archeologia industriale in alcuni invasi estrattivi dismessi.

Inoltre è stato uno dei capisaldi della Linea Gotica, baluardo che ha bloccato l'avanzata degli alleati nella seconda guerra mondiale fino all'aprile del 45 e incontreremo alcune vecchie postazioni di osservazione.

### **Dati tecnici.**

**Difficoltà:** EE

**Durata A/R:** 5 ore circa

**Dislivello:** 1400m A/R

**Abbigliamento ed equipaggiamento:** adatto alla stagione e alla quota.

Consigliata abbondante scorta d'acqua,;utili occhiali da sole cappello e bastoncini.

Le pendenze sono abbastanza distribuite, fanno eccezione un tratto della salita alla Foce del Frate e, in particolare, l'ultimo spunto prima della vetta.

Le Gobbie 1030m/Foce del Frate 1327m/Foce degli Uncini 1380m/Vetta Altissimo 1589m/  
/Passo del Vaso Tondo 1380m/Invaso Cave del Fondone/Strada marmifera 1200m/Le Gobbie

### **Descrizione del percorso.**

Percorso ad anello con partenza ed arrivo dalla località Le Gobbie, poco prima del Passo del Vestito, sulla strada di Arni che collega direttamente Castelnuovo Garfagnana con Massa.

Percorreremo sentieri Cai, invasi di cava attivi e dismessi e una strada marmifera.

Il tratto iniziale (sentieri 33/41) attraversa e ricalca in parte vecchie vie di lizza fino ad una strada marmifera, poi si sale in un rado bosco su paleo (tratto ripido) alla Foce del Frate, quindi sul 143 si traversa in lieve esposizione sotto la Cresta degli Uncini fino all'omonima Foce sita al piede della cresta Nord/Ovest dell'Altissimo.

Da qui raggiungeremo la vetta, con un traverso lievemente esposto e un ripido spunto, per proseguire lungo (e accanto) la cresta Sud/Est fino al Vaso Tondo da dove scenderemo nell'invaso delle cave del Fondone per ritrovare la strada marmifera attraversata all'inizio; seguendola ci ricollegheremo con il sentiero 33/41 su cui ritorneremo alle Gobbie.

## MERCOLEDI 28 AGOSTO: MONTE FORATO (1230m)



### **Contesto dell'escursione.**

Situato al limite settentrionale delle Apuane meridionali il Forato è formato da due cime Sud 1230m e Nord 1209m. si trova sullo spartiacque principale, è un monte secondario che tuttavia gode di notevole fama ed è da sempre fonte di leggende e meta di escursioni.

Ciò grazie all'arco, formazione geologica unica, sito fra le sue due cime; ben visibile sia dalla Versilia che dalla Garfagnana ha ispirato poeti e pittori, e richiamato appassionati astrofili che si radunano sui balconi panoramici (ad esempio il piazzale del duomo di Barga) per osservare il transito degli astri nell'arco.

### **Dati tecnici**

**Difficoltà:** E con brevi tratti EE

**Durata A/R:** 5 ore circa

**Dislivello:** 1600m A/R

**Abbigliamento ed equipaggiamento:** adatto alla stagione e alla quota.

Consigliata abbondante scorta d'acqua; utili occhiali da sole; cappello; bastoncini.

Attacco sentieri 6/12 strada comunale per San Pellegrinetto 550m/Tana che urla 620m/  
/Foce di Petroschiana 960m/arco del Forato 1160m/Foce di Valli 1257m (per chi fa la ferrata vetta Sud 1230m)/Case Carpineta 860m/Case Piancese 790m/Strada comunale.

### **Descrizione del percorso.**

L'escursione si dipana totalmente su sentieri Cai con fondi assortiti boschivi, terrosi, rocciosi e misti.

Si parte da uno slargo sulla strada per la Grotta del vento poco dopo Fornovolasco imboccando i sentieri 6/12 che seguiremo fino al bivio posto poco dopo l'ingresso della Tana che Urla che è fra le prime grotte scientificamente studiate in Apuane.

Dopo la Tana proseguiamo sul 6 seguendo la valle della Turrite di Galliciano e del Torrente Caraglione transiteremo nei pressi dei paesi semi abbandonati di Petroschiana di Sopra e Sotto poi risaliremo il fondovalle fino alla Foce di Petroschiana.

Qui imbrocheremo il sentiero 110 che risale (breve tratto con cavo) fino al bivio con l'attacco della ferrata per traversare poi in quota fino all'arco, luogo di riunione con quanti desiderassero proseguire in ferrata.

Dall'arco proseguiamo, sempre sul 110, lungo la Costa Pulita (tratto EE per un paio di passaggi rocciosi) fino alla Foce di Valli, ai piedi della Parete Sud della Pania della Croce, e cominceremo la discesa sul sentiero 130 che, seguendo il Fosso del Termine ci riporterà alla partenza



Insieme alla nostra Guida, Simonetta, ci addentreremo nella Lucca romana dalla fondazione ad oggi, le vicende di una colonia latina che diventa romana e si arricchisce nel Medioevo grazie alla lavorazione della seta.

Visiteremo l'anfiteatro, tracce delle mura urbane nella chiesa Santa Maria della Rosa, l'impianto cittadino, il foro dove si trova la splendida chiesa di San Michele.

Un tuffo nel Medioevo attraverso i vicoli più stretti e caratteristici - Chiasso Barletti - via Sant' Andrea - le torri medievali (ad es case Barletti XIII secolo), torre Guinigi...

Nel ns giro non mancherà Puccini e il filo conduttore della musica. Passeremo infatti davanti al conservatorio.

Le chiese più note della città sono la cattedrale San Martino - attestata già nel 725 quando sappiamo soppiantare la più antica San Giovanni e Santa Reparata. La facciata particolarmente ricca si lega indissolubilmente con la manifattura della seta. per la ricchezza si motivi decorativi e forme bizzarre. Conosciuta anche come ambito luogo di pellegrinaggio, ospita l'effigie del famoso Volto Santo, un crocifisso ligneo attribuito a mani ignote e che rappresenta, secondo la tradizione, il vero volto di Gesù Cristo. Nella Cattedrale non mancano opere preziose come il sepolcro marmoreo di Ilaria del Carretto realizzato dal famoso scultore senese Jacopo della Quercia, opere di Matteo Civitali e molto ancora.

San Michele in Foro - risalente al VIII secolo - in stile romanico lucchese pisano. Le loggette riccamente decorate. l'uso della bicromia, alcuni elementi orientali ne fanno una chiesa da non perdere. All'interno molte sono le opere da visitare: La pala Magrini, un quadro di Filippino Lippi, un crocifisso lucchese del XIII secolo di gran pregio, Luca della Robbia, il martirio di Sant'Andrea di Pietro Paolini etc...

San Frediano, una tra le chiese più citate nella storia della città Molti viaggiatori da 'Montaigne, Ruskin e a molti altri restarono letteralmente rapiti dalla bellezza di questa chiesa romanica. L'interno è sobrio, classicheggiante e luminoso. Ospita opere preziose come il fonte battesimale di Magister Robertus, la tomba di Lorenzo Trenta di I. della Quercia gli affreschi di Amico Aspertini, pittore bolognese, che ci raccontano l'arrivo del sacro crocifisso a Lucca.

Nel pomeriggio dedicheremo tempo alla visita delle mura sia facendo una bella passeggiata sopra di queste, sia visitando uno dei baluardi al suo interno. In base ai tempi valuteremo la visita all'Orto botanico.

## VENERDI 30 AGOSTO: RIFUGIO DEL FREO (1180m)



### **Contesto dell'escursione.**

Tranquilla escursione ad anello nelle Apuane centrali, vicino al Monte Altissimo, alle pendici del Pizzo delle Saette e del Monte Corchia alle cui falde sorge il Del Freo.

Quasi sempre immersi nei boschi attraverseremo alcuni insediamenti pastorali semi abbandonati ma abbastanza conservati anche perché sono ancora mantenute in vita alcune feste patronali, e potremo avere un'idea della realtà rurale ormai scomparsa.

Sul percorso ci sono diverse possibilità di approvvigionamento d'acqua, ma, data la stagione inoltrata, non è possibile farci affidamento.

### **Dati tecnici.**

**Difficoltà:** E

**Durata A/R:** 5 ore circa

**Dislivello:** 1500m A/R

**Abbigliamento ed equipaggiamento:** adatto alla stagione e alla quota.

Consigliata buona scorta d'acqua; utili occhiali da sole, cappello, bastoncini.

Diga di Isola Santa 550m/Col di Favilla 930m/Guado delle Verghe 980m/Foce di Mosceta 1185m/Rifugio del Freo 1200m/Fociomboli 1282m/Puntato 950m/Greto Turrite 600m/Isola Santa

### **Descrizione del percorso.**

Quasi interamente su sentieri Cai che ricalcano in diversi tratti antiche mulattiere e ne conservano l'aspetto, le pendenze sono ben distribuite con due/tre brevi tratti moderatamente ripidi.

L'escursione inizia con l'attraversamento della diga di Isola Santa da cui parte il sentiero 9 che risale un paio di canali minori e giunge a Col di Favilla, poi traversa e dopo il guado del Canale delle Vergherisaliremo fino ad incrociare il sentiero 127 su cui arriveremo alla Foce di Mosceta e al rifugio.

Dal rifugio percorreremo il sentiero 129 che traversa in quota il versante Est del Corchia per sbucare sulla marmifera di retro Corchia che in breve ci condurrà a Fociomboli, alla sbarra imbocchiamo il sentiero 11 che ci porterà alla torbiera (unica in Apuane) e al Puntato.

Da qui su una strada marmifera scenderemo il canale delle Fredde fino al greto della Turrite e sulla provinciale torneremo ad Isola Santa.

## SABATO 31 AGOSTO: VISITA ALLA CASA DI PASCOLI E AL CASTELLO DELLE VERRUCOLE



La Casa Museo di Giovanni Pascoli si trova a Castelvecchio e visitarla è come fare un viaggio a ritroso nel tempo per capire ancor di più le opere del poeta; lì, nella villa di campagna, tutto è rimasto immutato, grazie alla tenacia della sorella che ha voluto mantener viva la memoria. Oggi è riconosciuto come monumento nazionale.

La Fortezza delle Verrucole è situata a San Romano in Garfagnana, su un irto colle e la fortificazione giunta a noi risale alla dominazione estense. Dopo il restauro conservativo, è stata data in gestione a dei giovani ragazzi che con le loro visite guidate fanno sembrare ancora abitata la roccaforte con i racconti e la ricostruzione fedelissima di ambienti e situazioni.