## Difficoltà escursionistiche

**T - itinerario turistico**
Itinerari su stradine, mulattiere o larghi sentieri, con percorsi non lunghi, ben evidenti che non pongono incertezze o problemi di orientamento.

**E - itinerario escursionistico**
Itinerari che si svolgono su terreni di ogni genere, oppure su evidenti tracce su terreno vario (pascoli, pietraie, detriti). Si sviluppano a volte su terreni aperti, , sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi, dove tuttavia i tratti esposti sono in genere protetti o assicurati. Richiedono un certo senso d'orientamento, una certa conoscenza ed e esperienza di ambiente alpino, allenamento alla camminata, calzature ed equipaggiamento adeguati.

**EE - itinerario per escursionisti esperti**
Itinerari generalmente segnalati ma che richiedono capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervi e infidi (pendii ripidi, scivolosi di erba, misti di rocce ed erba, roccia, detriti). Necessitano di esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguati.

## Avvertenze importanti

Le difficoltà dei percorsi qui descritti in modo molto sintetico sono quelle dell'apposita scala internazionale, ovvero il livello T (Turistico- itinerario breve, ben segnalato e senza difficoltà -), il livello E (Escursionistico – alla portata di chiunque, purché allenato e ben equipaggiato-), o in pochi casi, il livello EE (Escursionisti Esperti – percorsi più lunghi e con tratti impervi-). E' importante ricordare che le condizioni climatiche e meteorologiche possono modificare, in ogni stagione ma soprattutto nel periodo invernale, sostanzialmente e molto rapidamente la difficoltà di qualsiasi itinerario, rendendo impegnativi, nelle situazioni avverse, anche percorsi altrimenti facili. Particolare attenzione va prestata alla durata delle escursioni in relazione alle ore di luce disponibili nelle diverse stagioni, nonché all'equipaggiamento di base (calzature, abbigliamento, rifornimenti, ecc.). La durata dei percorsi è stata indicata facendo riferimento al tempo effettivo di marcia impiegato da un camminatore mediamente allenato. Sta al buon senso di ognuno, naturalmente, organizzare con attenzione le uscite, controllando il percorso scelto sulla cartografia, procurandosi ulteriori informazioni fresche ed attendibili sullo stato dei tracciati scelti, e verificando lo stato di forma e le capacità di tutti i partecipanti.

## Mangiare

| | | |
|---|---|---|
| **SERAVEZZA** | **Il Nuraghe** V. Del Palazzo, 26 | 0584 757171 |
| | **Ulisse** V. Campana, 183 | 0584 757420 |
| **RIOMAGNO** | **Circolo ARCI-CRO 1° Maggio** V. Monte Altissimo | 0584 756983 |
| **FABIANO** | | |
| **GIUSTAGNANA** | **Ai Castagni** V. Salde, 37 | 0584 773350 |
| **MINAZZANA** | **Posto Tappa Pubblica Assistenza** | 320 3562216 |
| **AZZANO** | **Michelangelo** V. S. Michele | 0584 773312 |
| **BASATI** | **Il Cenacolo di Eugenio** V. Zingola | 338 3066981 |
| **TERRINCA** | **Tassilone** P.za Nuova, 5 | 0584 778286 |
| **LEVIGLIANI** | **Le Grotte** V. Nord, 3 | 0584 778111 |
| **RETIGNANO** | **La Pollaccia** Loc. Pollaccia, 2 | 0584 778280 |
| **VOLEGNO** | **Monteforato** V. Comunale 1 | 0584 777086 |
| **PRUNO** | **Il Poveromo** V. Fontana, 1 | 0584 777021 |
| **CARDOSO** | **Il Cardo** V. Vallinventri, 61 | 0584 777023 |
| **PONTE STAZZEMESE** | **Hotel Rist. La Pania** P.za Europa, 1 | 0584 770111 |
| **STAZZEMA** | **Hotel Rist. Procinto** V. IV Novembre | 0584 777004 |
| **POMEZZANA** | | |
| **LE MULINA** | **Luciana** Str. Provinciale, 33 | 0584 777885 |
| **FARNOCCHIA** | **Da Franca** V. G. Lombardi | 0584 777022 |
| **S.ANNA DI STAZZEMA** | **Alimentari Gamba** P.zza D. Lazzeri, 1 | 0584 772221 |
| **CAPEZZANO M.** | **Il Nespolo** V. Capezzano, 125 | 0584 771124 |
| **CAPRIGLIA** | **Circolo La Terrazza** V. Capriglia, 124 | 0584 796074 |
| | **C.R.O. Soc. Mutuo Soccorso** V. Capriglia, 98 | 0584 777115 |
| **VALLECCHIA** | **La Brocca** V. Pescarella, 27 | 0584 1848202 |
| | **Da Demè** V. Provinciale, 183 | 0584 757011 |
| **CORVAIA** | **La Rocca** V. XXV Aprile | 0584 757338 |
| **ARNI** | **Le Gobbie** V. Passo del Vestito | 0584 789093 |

## Dormire

| | | |
|---|---|---|
| **Oasi Ns. Signora del S. Cuore** V. Marconi, 504 | | 0584 756036 |
| **B&B Riomagno** V. M. Altissimo, 746 | | 0584 283229 |
| **Agriturismo Il Paradiso** Loc. Le Campore | | 333 8478879 |
| **Agriturismo Dal Brillante** V. Salde, 1904 | | 328 1794726 |
| **Posto Tappa Pubblica Assistenza** | | 320-3562216 |
| **B&B Locanda dell'artista** Loc. Pian di Lago | | 347-8611920 |
| **Hotel Rist. Raffaello** V. Nord, 11 | | 0584 778063 |
| **Hotel Rist. Vallechiara** V. Lambora, 1 | | 0584 778054 |
| **Ostello la Pania** V. Del Teatro, 205 | | 0584 1780261 |
| **Casa per Ferie La Canonica** V. Cardoso, 1 | | 0584 777358 |
| **Hotel Rist. La Pania** P.za Europa, 1 | | 0584 770111 |
| **Hotel Rist. Procinto** V. IV Novembre | | 0584 777004 |
| **B&B Casa Giorgini** Loc. Casa Giorgini | | 329 2262277 |
| **Agriturismo L'Alpeggio** Loc. Le Calde | | 335 7227905 |
| **Agriturismo L'Agrifoglio** Loc. Le Calde | | 335 6910033 |
| **B&B Mulinette** V. Culerchia, 1 | | 0584 777211 |
| **La Casetta di S.Anna** Loc .Sennari | | 3280068070 |
| **B&B Villa Masini Luccetti** V. Delle Piane | | 340 8111661 |
| **B&B L'Arcadia** V.di Solaio, 67/c | | 340 2399734 |
| **Albergo Rist. Aronte** Loc. Campagrina | | 0584 789017 |

## Rifugi C.A.I. in Alta Versilia

| | |
|---|---|
| **Rifugio C.A.I. G.Del Freo-Pietrapana** - Foce di Mosceta | 0584 778007 |
| **Rifugio C.A.I. Forte dei Marmi** - Alpe della Grotta | 0584 777051 |
| **Rifugio Puliti** - Arni | 339 7046571 |

## Numeri di emergenza

| | |
|---|---|
| - Eliambulanza - Soccorso Alpino | **118** |
| - Numero unico emergenze | **112** |
| - Corpo forestale | **1515** |
| - Vigili del fuoco | **115** |

## Informazioni generali

L'Unione dei Comuni della Versilia è lieta di presentare questo pieghevole del "Sentiero Alta Versilia", un agile strumento destinato agli escursionisti. Il territorio dell'Alta Versilia, nel cuore delle Alpi Apuane, offre a chi ama la montagna questo percorso ad anello, di grande interesse naturalistico e paesaggistico, che collega tra loro paesi e siti pregevoli anche dal punto di vista storico, artistico e culturale. Siamo certi che questa pubblicazione, che serve come base cartografica e che descrive anche i tratti da percorrere, sarà favorevolmente accolta da tutti.
L'anello inizia dalla Piazza Carducci di Seravezza, attraversa parte del centro storico e percorre Via Monte Altissimo fino a Riomagno; da qui inizia la mulattiera (Via di Fabiano) che conduce a Fabiano e successivamente, oltrepassata la deviazione per Azzano presso il Parco Archeominerario, giunge al Complesso Monumentale della Cappella; prosegue per Minazzana e Basati, attraversa il
Canale del Giardino, passa da Terrinca e arriva a Levigliani; prosegue sul sentiero per Retignano, attraversa le cave del M.Alto e si porta verso Volegno e Pruno, da dove si scende fino alla ferriera del Cardoso, per poi risalire passando per le miniere di ferro sul Monte di Stazzema; da qui ci si porta alle Mulina ( direttamente o con una variante che passa per Pomezzana), a Farnocchia ( sentiero CAI n°4), alla Foce di Compito, e alla Focetta di S.Anna; da qui il sentiero CAI n° 3 conduce sopra Capezzano Monte e Capriglia, da dove per strade e tratti di mulattiera si giunge a Solaio e poi a Vallecchia; ci si porta infine al ponte del Pretale, prima di Seravezza; si segue Via dell'Uccelliera e si imbocca l'ultimo tratto di mulattiera che sfocia poco a valle del Palazzo Mediceo di Seravezza. Tutto l'anello è stato recentemente ripristinato e segnato a cura dell'Unione dei Comuni della Versilia ed ha uno sviluppo di una cinquantina di km, per la maggior parte su mulattiere, e interessa, comprese le varianti, tutti i principali borghi storici dell'Alta Versilia. Sulla cartografia, oltre alle informazioni escursionistiche e topografiche, sono riportate, con appositi simboli, le principali tematiche di carattere storico, ambientale e naturalistico che conferiscono a questo percorso un particolare valore di testimonianza dei numerosi aspetti culturali dell'Alta Versilia.

Progetto grafico, foto e testi:
***Gruppo di lavoro Ing. F.Vettori, Architetti F.Bettini, M.Ceragioli, N.Ramacciotti, Prof. F.Battistini, Stefano Pucci***

REGIONE TOSCANA — UNIONE DEI COMUNI DELLA VERSILIA — COMUNE DI SERAVEZZA — COMUNE DI STAZZEMA — COMUNE DI PIETRASANTA

# SENTIERO ALTA VERSILIA

## Cartografia escursionistica - Informazioni

SENTIERO ALTA VERSILIA

## 1 SERAVEZZA - RIOMAGNO - FABIANO

*Dislivello:* ***320 m (S)***
*Tempi:* ***0.50 (A); 0.40 (R)***
*Difficoltà:* ***T (Seravezza-Riomagno) - E (Riomagno-Fabiano)***

Dalla piazza Carducci di Seravezza si entra in V. SS. Annunziata, e poi, a destra, in V. Monte Altissimo (freccia), costeggiando il torrente Serra fino a Riomagno; tenendosi a destra si attraversa il borgo, e si entra poi, ancora a destra, in V. Paesetto, (cartello esplicativo), per trovare, ancora una volta a destra, dopo un arco, V. di Fabiano (freccia), da cui si stacca subito a sinistra la mulattiera. Più avanti, ad un bivio presso una recinzione, ci si tiene a destra, sul tracciato lastricato, e proseguendo a salire si arriva a Fabiano, oltrepassando il lavatoio ed entrando in V. Botteghino, con cui si giunge nella piazza principale del paese.

## 2 FABIANO - LA CAPPELLA - MINAZZANA

*Dislivello:* ***150 m (S); 100 (D)***
*Tempi:* ***0.55 (A); 0.50 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Dalla piazza principale di Fabiano (cartello esplicativo) si prosegue lungo V. Croce (freccia), uscendo dal paese ed arrivando ad un piazzale panoramico. Il tracciato prosegue (freccia) all'interno del Parco Archeominerario, costeggiando più avanti, in salita, un grande muro in pietra e raggiungendo in breve il complesso monumentale della Pieve di S. Martino alla Cappella (cartello esplicativo e freccia); da qui si attraversa la strada asfaltata e si costeggia il muro del cimitero, tenendosi verso destra. Si prosegue in piano, scendendo a destra ad un bivio su una stradina in cemento che si lascia subito dopo, ancora a destra. Ad un successivo bivio si scende a destra, fino ad incontrare la freccia a sinistra per Giustagnana (andando a destra si torna invece a Fabiano). Si passa quindi il canale (antico mulino), e al successivo bivio (frecce) si sale a sinistra, arrivando in breve ad una strada in cemento (V. Brigata Tridentina), che si prende a sinistra, in salita, oltrepassando il campo sportivo e raggiungendo la Pubblica Assistenza di Minazzana.

## 2b VARIANTE FABIANO - MINAZZANA

*Dislivello:* ***100 m (S); 50m (D)***
*Tempi:* ***0.40 (A); 0.35 (R)***
*Difficoltà:* ***T***

Dalla piazza principale di Fabiano si va verso destra lungo V. Verona, con cui si arriva al parcheggio nella piazza. Da qui si prosegue su asfalto fino alla sovrastante strada asfaltata principale per Seravezza. Attraversatala, si imbocca subito, tenendosi a sinistra, e al di là di un muro di sostegno, la mulattiera (freccia). Al primo bivio ci si tiene a destra, in discesa (freccia per Giustagnana; salendo a sinistra si va invece alla Cappella), ricongiungendosi così con l'itinerario precedente che conduce a Minazzana.

## 2c VARIANTE FABIANO - AZZANO - FORNACE - MINAZZANA

*Dislivello:* ***100 m (S); 50m (D)***
*Tempi:* ***0.40 (A); 0.35 (R)***
*Difficoltà:* ***T***

Da Fabiano si sale al Parco Archeominerario (v. tratto n. 2), tenendosi poi a sinistra (freccia) e passando davanti ad una antica cava (cartello esplicativo). Più avanti, accanto ad una casa, parte un sentieretto che in lieve salita si dirige verso Azzano, incrociando la mulattiera che scende verso la Valle del Serra. A questo bivio si va a destra, e si entra in paese. Si attraversa Azzano lungo V. di Città, in salita, poi a destra, su V. S. Michele, e poi ancora a destra, su V. Martiri del Lavoro. Giunti alla chiesa si sale a sinistra per V. Pianello, trovando l'indicazione del sent. CAI n. 31, che si percorre fino all'Alpe di Azzano. Qui, presso una caratteristica fornace circolare (loc. Montorno), si trova sulla destra il sentiero (della rete dei sentieri dei Borghi Storici di Seravezza) che, in saliscendi, con bel panorama sulla valle del Serra, conduce a Minazzana, terminando davanti alla sede della Pubblica Assistenza.

## 3 MINAZZANA - BASATI

*Dislivello:* ***100 m (S); 130 m (D)***
*Tempi:* ***0.45 (A); 0.45 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Dalla Pubblica Assistenza di Minazzana (freccia e cartello esplicativo), si scende attraversando il paese fino al lavatoio. Da qui parte, verso sinistra, una stradina in cemento, che sale e si trasforma ben presto nella mulattiera per il M. Calvario e per Basati (freccia). Si segue la mulattiera, tenendosi a destra, in piano, ad un bivio, e poi salendo fino alle croci del M. Calvario. Da qui si continua in discesa, percorrendo a ritroso le stazioni della Via Crucis fino al parcheggio di Basati.

## 4 BASATI-CAVE DEL GIARDINO-TERRINCA

*Dislivello:* ***350 m (S); 250 m (D)***
*Tempi:* ***1.30 (A); 1.30 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Dal parcheggio di Basati (freccia) si attraversa il paese lungo V. S. Ansano, passando davanti alla chiesa (cartello esplicativo) ed imboccando l'omonima via, e poi, in fondo a sinistra, V. dell'Alpe, al cui termine, dopo un arco, si prende un'ampia mulattiera, che scende entrando nella valle del Giardino. Si prosegue in saliscendi attraversando alcune passerelle in legno, per arrivare dopo circa un'ora, passato un ponte in pietra, sulla strada marmifera. La si prende verso sinistra, in salita (freccia), per abbandonarla dopo poche decine di metri (altra freccia) imboccando un sentieretto sulla destra. La traccia si trasforma in mulattiera, che sale gradualmente incontrando due punti panoramici, e, accanto ad una marginetta (e ad un'area attrezzata per la sosta), la deviazione verso sinistra che in 15 minuti circa conduce al di Terrinca (incisioni rupestri). Proseguendo invece sul tracciato principale si trova dopo pochi minuti un bivio, presso un punto panoramico. Ci si tiene a destra, in discesa, per giungere poco dopo su una strada asfaltata, che si prende verso destra, in discesa (V. La Costa). Da qui in pochi minuti si arriva alla chiesa di Terrinca.

## 5 TERRINCA - LEVIGLIANI

*Dislivello:* ***130 m (S); 50 m (D)***
*Tempi:* ***0.35 (A); 0.30 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Dalla chiesa parrocchiale di Terrinca (cartello esplicativo) ci si porta all'oratorio di S. Rocco, o con la strada asfaltata che parte dalla P.zza XII settembre (parcheggio), oppure salendo per V. Grande e tenendosi poi a destra, per P.zza 25 Aprile e V. S. Rocco. Dall'oratorio (freccia) si scende per una strada sterrata (V. dei Mulini), tenendosi poco più avanti a sinistra, per trovare la mulattiera che conduce a Levigliani, e che si segue in saliscendi. La mulattiera termina alla marginetta sulla strada provinciale presso il bivio (freccia) con la strada che sale in paese (V. Levigliani). Si attraversa quindi Levigliani arrivando fino al parcheggio in cima al paese (cartello).

## 6 LEVIGLIANI - RETIGNANO

*Dislivello:* ***100 m (S); 250 m (D)***
*Tempi:* ***1.30 (A); 1.40 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Si esce da Levigliani sulla strada marmifera asfaltata che dal parcheggio alto del paese (cartello esplicativo), tenendosi a destra, conduce verso l'Antro del Corchia. Incontrata sulla destra una pista sterrata (freccia) la si imbocca, scendendo più avanti ancora a destra (segno rosso per terra) e attraversando il canale. Qui, scendendo a destra ad un bivio (segno), si incontra il sentiero per Retignano, che si segue in saliscendi, superando due brevi tratti attrezzati con cavetto e un'area di sosta con tavolini. Arrivati ad una stradina in cemento la si segue in discesa, per girare a sinistra dopo pochi metri (freccia) immettendosi sulla mulattiera che in breve conduce alla chiesa di Retignano.

## 7 RETIGNANO - VOLEGNO - PRUNO

*Dislivello:* ***200 m (S); 150 m (D)***
*Tempi:* ***2.15 (A); 2.15 (R)***
*Difficoltà:* ***EE (Retignano-Volegno) - T (Volegno-Pruno)***

Subito sotto la chiesa (freccia e cartello esplicativo) si imbocca a sinistra, la strada asfaltata (V. Com.le Retignano); dopo il parcheggio si prende la strada sterrata che sale a sinistra (freccia), e che si trasforma, superata una casetta, in mulattiera. Passato un bivio con un sentiero che ritorna in paese, ad un altro bivio pochi metri dopo si va a destra, in pari, incontrando più avanti una marginetta, un'area di sosta con tavolino e un tratto attrezzato con cavetto. Si oltrepassano poi due ravaneti e si arriva alla terrazza panoramica dell'Aiola, con bellissima vista sulle Apuane meridionali. Si prosegue in saliscendi, superando due ravaneti (il secondo nel Canale dell'Oreto) e un tratto attrezzato, evitando poi una traccia che sale ripida a sinistra. Dopo un altro tratto attrezzato con cavetto si trova una casa diroccata, dopo la quale la mulattiera si biforca. Si va a destra, in discesa, giungendo in breve sulla strada sterrata (freccia) che a sinistra, in lieve salita, porta alla cava delle Grotte Bianche. Da qui, con un sentiero in lieve saliscendi si arriva a Volegno, scendendo in paese per la scalinata di V. degli Archi. Si attraversa il paese (Piazza Risorgimento e V. V. Veneto) fino alla chiesa. Sulla sinistra della chiesa (freccia e cartello esplicativo) si imbocca la mulattiera che, con alcuni tratti in cemento, e sovrastando la strada asfaltata, conduce a Pruno, terminando sulla strada delle Caselle. Si scende questa strada per pochi metri, andando a sinistra al bivio (freccia) e salendo su una scalinata in cemento, dopo la quale una strada lastricata entra in Pruno.

## 8 PRUNO-(ORZALE)-CARDOSO-STAZZEMA

*Dislivello:* ***300 m (S); 350 m (D)***
*Tempi:* ***2.30 (A); 2.15 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Si attraversa Pruno lungo V. del Colletto e V. del Teatro, girando poi a sinistra in V. La Serra (freccia), con la quale si esce dal paese, imboccando poi a sinistra, in discesa, la mulattiera (sentiero dell'Acquapendente). Si prosegue in discesa evitando la prima deviazione per l'Acquapendente ed arrivando al ponte. Attraversatolo, si scende a destra, giungendo al centro di educazione ambientale del Mulino del Frate, e di qui ancora in discesa fino al bivio Orzale/Cardoso (freccia). Tenendosi a destra ci si immette sul sent. CAI n. 7, che, dapprima su una pista sterrata (ad un bivio si va a destra, in discesa) e attraversando due passerelle in legno giunge a Cardoso, nei pressi della chiesa. Andando invece a sinistra si giunge alle case dell'Orzale, da cui, con la strada asfaltata, si scende a Cardoso. Dalla chiesa di Cardoso si scende lungo la strada asfaltata fino alla Ferriera. Qui (freccia) si attraversa il ponte, tenendosi poi a destra, in salita, lungo la staccionata. Si supera un cancellino in legno, attraversando il canale e immettendosi su un sentiero che sale. Si arriva in breve ad una evidente cavità carsica sulla sinistra (Buca della Vena). Al bivio, poco oltre (freccia), si va a sinistra, salendo con ripide risvolte fino ai binari della ferrovia décauville. Si seguono i binari verso sinistra, in pari, oltrepassando gli edifici dismessi della miniera e tenendosi poi verso destra, in salita (freccia). Il sentiero sale a risvolte, sfociando poi sul crinale (splendido panorama sulla Pania e le Apuane meridionali). Ci si tiene a destra, in lieve salita, oltrepassando un rudere e una casetta, arrivando infine sulla strada in loc. Croce (freccia). Si va a destra, e pochi metri dopo, ad una marginetta, si prende una stradina in cemento, in discesa, che si trasforma in sentiero. Subito prima di un'altra marginetta, al bivio si scende a sinistra, e poi ancora a sinistra, scendendo tra le case. Ad un arco si prosegue a destra, in salita, e poi in pari, con bella vista sui tetti di Stazzema, arrivando infine sulla piazza della chiesa (Il Saldone).

## 8 VARIANTE PRUNO - CARDOSO - STAZZEMA

*Dislivello:* ***300 m (S); 350 m (D)***
*Tempi:* ***2.15 (A); 2.00 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Si attraversa Pruno fino alla chiesa e di qui si scende per la stradina in cemento che porta al cimitero, lasciandola sulla destra in corrispondenza di una croce in ferro, ed imboccando la mulattiera (dopo 10 metri, al bivio, si va a sinistra). Arrivati al cimitero si imbocca, sulla sinistra, la strada sterrata che, costeggiando le cave di pietra, scende fino al cimitero di Cardoso, e di qui in paese. E' anche possibile, al bivio prima ricordato, tenersi sulla destra, e scendere per la mulattiera che raggiunge, attraversando una volta la strada asfaltata, la parte bassa del paese di Cardoso (loc. Vallinventri). Nel primo caso, giunti alla chiesa di Cardoso, ci si ricollega con l'it. n. 8. Nel secondo caso, arrivati a Vallinventri, sulla strada asfaltata, ci si ricollega con l'it. n. 8 andando a sinistra, in salita, e giungendo in breve alla Ferriera.

## 9 STAZZEMA - LE MULINA - FARNOCCHIA

*Dislivello:* ***400 m (S); 350 m (D)***
*Tempi:* ***1.20 (A); 1.00 (R).***
*Difficoltà:* ***E***

Dalla piazza della chiesa (cartello esplicativo e freccia) si scende per l'ampio sentiero del Santuario del Piastraio. Si supera il Santuario proseguendo in discesa (al bivio si scende verso sinistra) arrivando in breve alle Mulina. Giunti sulla strada asfaltata (freccia), la si prende verso destra, in discesa, incontrando circa 200 metri più avanti, sulla sinistra, il sentiero CAI n. 4 per Farnocchia (freccia). Si sale su questo sentiero, superando la chiesa e attraversando un stradina. Ad un primo bivio ci si tiene sulla destra, salendo, mentre ad un secondo si prende a sinistra, in leggera salita. Superata una marginetta sul lato destro della mulattiera si continua a salire, fino a giungere sulla strada asfaltata in prossimità di Farnocchia (frecce CAI). Attraversata la strada si sale lungo una scalinata in cemento, girando poi a sinistra in V. Broto, in fondo alla quale si va a destra lungo un'altra scalinata che conduce in P.zza IV Novembre, di fianco alla chiesa del Carmine.

## 9b VAR. STAZZEMA - POMEZZANA - LE MULINA

*Dislivello:* ***250 (S); 400 (D)***
*Tempi:* ***2.00 (A); 2.25 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Da Stazzema si scende sulla strada asfaltata principale fino alla strada, anch'essa asfaltata, che va verso il Procinto. La si percorre in salita e dopo poche decine di metri si prende sulla destra, in discesa, la mulattiera che attraversa un primo canale e poi, in saliscendi, ne raggiunge un secondo, dov'era il ponte di Filucchia. Da qui il tracciato risale, più ampio, e sfocia a fianco della chiesa di Pomezzana. Si attraversa quindi il paese e si scende verso valle sulla strada asfaltata principale. Dopo la prima curva a sinistra si prosegue per alcune decine di metri, per trovare sulla destra la mulattiera, che passa accanto ad una marginetta. Si scende per alcuni minuti con alcune risvolte per rientrare sulla strada asfaltata, su cui si raggiunge Le Mulina.

## 10 FARNOCCHIA - S.ANNA DI STAZZEMA

*Dislivello:* ***250 m (S); 250 m (D)***
*Tempi:* ***1.45 (A); 1.45 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Dalla P.zza IV Novembre si prende, verso sinistra, V. G. Lombardi (freccia), e dopo pochi metri si segue le freccia CAI che porta al sent. N. 3 per la Foce di Compito. Si procede sul sent. N. 3, in graduale salita, fino a raggiungere la Foce. Da qui si continua in discesa sul sent. CAI N. 3, con bella vista sul monumento – ossario di S. Anna e sul Lago di Massacciuccoli, per sfociare poi sulla strada asfaltata. La si prende a destra, in leggera salita (freccia CAI), e percorsi pochi metri, si arriva ad una marginetta nei pressi di un cancello (loc. Focetta di S. Anna). Chi vuole portarsi al Monumento-ossario e poi in paese deve superare il cancello, e scendere a S. Anna sul "Sentiero della Pace" lastricato.

## 11 S.ANNA DI STAZZEMA - CAPEZZANO MONTE - CAPRIGLIA

*Dislivello:* ***50 m (S); 350 m (D)***
*Tempi:* ***1.45 (A); 2.00 (R)***
*Difficoltà:* ***E***

Dalla marginetta posta sulla Focetta di S. Anna si prosegue (freccia – verso destra per chi proviene da Farnocchia), sempre sull'it. CAI n. 3 (strada in cemento, poi sterrata). Ad un bivio si va a destra, in salita; più avanti la strada si trasforma in sentiero (loc. Quattro metati), e poi in bella mulattiera scavata nella roccia, che in saliscendi si porta alla casa Zuffone. Si prosegue sul sent. CAI n. 3, nel bosco, superando la marginetta della Madonna del Cardino (area attrezzata per la sosta) e scendendo poi in loc. Le Foci (frecce CAI). Ci si tiene sul sent. 3A per Capriglia, terminando sul piazzale della casa di riposo, da cui lungo V. della Fornace (asfaltata) si scende sulla strada principale (freccia). Per entrare in paese si va a sinistra, mentre il Sentiero Versilia prosegue verso destra, in discesa. Dalla loc. Le Foci si può anche proseguire, andando a sinistra sul sent. CAI n. 3, fino a Capezzano Monte, da cui si raggiunge Capriglia lungo la strada asfaltata (ca. 0.30 in più).

## 12 CAPRIGLIA-SOLAIO-VALLECCHIA-SERAVEZZA

*Dislivello:* ***300 m (D)***
*Tempi:* ***1.30 (A); 1.50 (R).***
*Difficoltà:* ***T - E***

Giunti al tornante sulla strada principale nei pressi della Società di Mutuo Soccorso (freccia) si continua in discesa, incontrando, poche decine di metri più in basso, un'altra freccia (a destra), che indica un sentieretto, al termine del quale si arriva su V. Belcolle (asfaltata). La si prende verso destra, in salita, scendendo ancora verso destra pochi metri più avanti (altra freccia). Si percorre un sentiero nel bosco, arrivando in breve su V. Fondicacce (sterrata, poi asfaltata), che si percorre fino a Solaio. Al bivio (freccia) si va a sinistra, sulla strada, che si abbandona più avanti al ponte di Cavalgino (freccia). La strada sterrata diventa asfaltata (V. Le Piazze), e al bivio (freccia) si entra nella piazzetta di Vallecchia vecchia. Si prosegue attraversando il ponticello della V. Francigena, dopo il quale si scende a sinistra fino alla Pieve di S. Stefano. Da qui si va a Seravezza sulla strada, oltrepassando dapprima il ponte Foggi ed entrando, attraversata la strada provinciale, in Corvaia. Rientrati sulla provinciale, si va a sinistra, passando il ponte del Pretale. Subito dopo si va a destra, prendendo poi avanti V. Ceragiola. Ad un tornante si va a sinistra, restando su Via Ceragiola (cartello stradale), che diventa sterrata, e poi sentiero, dopo una casa. Si scende su Seravezza con bel panorama sul paese e sulla Rocca di Corvaia. Arrivati su V. del Palazzo, ci si porta al ponte pedonale, che si attraversa, arrivando in pochi minuti in P.zza Carducci.

## 13 TRE FIUMI - FOSSO FATONERO

*Dislivello:* ***50 m (S) 50 m (D)***
*Tempi:* ***45 (A) 45' (R)***
*Difficoltà:* ***EE***

Tratto dell'antica mulattiera che scendeva verso Castelnuovo Garfagnana.; sentiero per esperti che consente l'accesso all'anello alpinistico delle Marmitte dei Giganti da Tre Fiumi.
Sulla sinistra della galleria dopo Tre Fiumi si scende per 100m la marmifera e si imbocca a destra la mulattiera che aggira con tratto esposto lo sperone roccioso e scende nella Turrite Secca, attraversandola e seguendo la sua sinistra orografica fino all'imbocco del Fosso Fatonero.