



**CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO**

## **GRUPPO SENIORES**

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516  
[grupposeniores@caimilano.eu](mailto:grupposeniores@caimilano.eu) - [www.caimilano.org](http://www.caimilano.org)

Il CAI GS è aperto al martedì dalle 14.00 alle 16.00



**Dal 03 al 06 Maggio 2022**

## **Trekking sulle Alpi Apuane**

Non esiste miglior sistema per conoscere un territorio che quello di attraversarlo a piedi. Sulle Alpi Apuane si sono incrociati viandanti fin dai tempi antichissimi; noi ripercorreremo nuove e antiche strade, saliremo cime dalle quali si godono paesaggi incredibili, visiteremo i diversi ambienti naturali ed antropizzati che caratterizzano queste montagne con la calma dei viaggiatori di un tempo e la curiosità dell'uomo moderno.

### **QUOTE INDIVIDUALI DI PARTECIPAZIONE**

**Soci CAI € 340.** (minimo 25 persone);

le iscrizioni si apriranno **martedì 22 febbraio 2022** con il versamento contestuale della caparra di € 100

il saldo dovrà essere versato entro **martedì 22 marzo 2022**

**La quota comprende:** viaggio in Bus A/R – Sistemazione c/o Hotel Gabrini in camere doppie con servizi privati – trattamento di mezza pensione in hotel- bus a disposizione per spostamenti da hotel max 25 Km- Assicurazione medico sanitaria con le restrizioni previste dalla polizza

**La quota non comprende:** assicurazione contro annullamento – ingressi ed escursioni – pasti e bevande non indicati, facchinaggio, tassa di soggiorno, mance, extra in genere e tutto quanto non espressamente indicato alla voce “la quota non comprende”.

**per prenotazioni e informazioni rivolgersi a Pietro Locatelli, cell. 3498312270**

## PROGRAMMA

- soggiorno presso l'hotel Gabrini a Marina di Massa
- 3 maggio pomeriggio Colonnata (case Vergheto e David);
- 4 maggio Monte Forato (per la breve S.Anna di Stazzema);
- 5 maggio Monte Sagro (e rifugio Carrara);
- 6 maggio (con pullman piccolo) Vinca e Sentiero dei Tedeschi - rientro a Milano.

### MONTE FORATO

Con i suoi 1230 mt di altezza, è conosciuto per il suo foro - da cui prende il nome.

Ha la particolarità di essere costituito da due vette rocciose appuntite che sono unite tra loro da un grande arco naturale. Per la sua conformità, attrae e incuriosisce da sempre escursionisti esperti e geologi di tutto il mondo.

E' visibile a occhio nudo da comune di Cardoso, nel comune di Stazzema.

Attorno all'origine del foro si sono create le più svariate storie e leggende che da sempre hanno stimolato la fantasia e le credenze popolari. Se non soffrite di vertigini, potrete camminare sulla sommità dell'arco naturale e passare da una cima all'altra della montagna in men che non si dica.

Esistono un gran numero di sentieri – ad anello – che circondano la zona del monte Forato. Iniziano rispettivamente dalle località di Fornovolasco, Aleva e Cardoso. Altri itinerari per raggiungere la vetta, partono dalla Foce di Petrosiana e dalla Foce di Valli.

### MONTE SAGRO

La vetta del Monte Sagro, facile da raggiungere e dalla sua sommità si gode uno dei panorami più straordinari di tutto il Parco.

Ci si arriva partendo dalla Foce di Pianza (raggiungibile da Carrara) e poi si prosegue a piedi lungo il sentiero 172.

Ci teniamo a ricordarvi che da Carrara, in poco più di 15 minuti in auto, si raggiunge la località di Colonnata, famosa per il suo lardo: un salume a indicazione geografica protetta, stagionato in conche di marmo di Carrara.

Per smaltire lo spuntino a base di lardo, potete poi raggiungere a piedi il paese di Vergheto: un tempo borgo di pastori. Da qui si arriva al sentiero 48 che vi condurrà al Torrente Carrione.

Dal centro di Carrara, in auto, si può arrivare alla verde Campocecina, percorrendo la strada per Fosdinovo per circa 20 Km.

### IL BORGO DI VINCA

Il borgo, unico centro abitato della valle, è circondato da immensi e antichi castagneti, cresciuti su terrazzamenti artificiali che sono tra i più belli di tutte le Apuane e che testimoniano l'antica attività degli abitanti di questo luogo, da sempre dediti alla coltivazione delle castagne. Pochi paesi come questo hanno mantenute intatte le loro caratteristiche: l'atmosfera è serena, c'è il solito silenzio dei paesi di montagna, l'aria è pulita e la vita segue ritmi che altrove sono stati perduti per sempre. Vinca, inoltre, è famosa per il suo pane, di aspetto scuro e forma generalmente rotonda; viene cotto in forno a legna e utilizza crusca e farina prodotta nel mulino locale.

Purtroppo, però, anche Vinca, così come altri paesi delle Apuane, ha dovuto subire l'infamia nazista nel corso della Seconda Guerra Mondiale: nell'estate del 1944 le truppe del 16<sup>a</sup> Battaglione delle SS, al comando del maggiore Raeder, durante la ritirata verso il nord Italia, vi trucidarono 174 persone, per la maggior parte donne, vecchi e bambini.

Un monumento posto nel cimitero del paese ricorda questa strage.