



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Bergamo
Sottosezione di Vaprio d'Adda

Via Magenta 15 | 20269 Vaprio d'Adda (MI) | Tel. 02 30068722 | E-mail: info@caivaprio.it | www.caivaprio.it

Aderiscono C.A.I. di Cassano, Brignano, Inzago e Trezzo

Martedì 16 – Venerdì 19 Aprile 2024

Trekking sulle tracce di Sigerico: la Via Francigena in Toscana (da Filetto a Lucca)



Riprendiamo il nostro cammino sulla Via Francigena a pochi chilometri dalla bellissima Pieve di Sorano che abbiamo visitato lo scorso anno. Attraverso la campagna, le colline ed i borghi arriveremo a Lucca.

Il martedì pernoveremo ancora a Pontremoli presso il Convento dei Frati Cappuccini, mentre gli altri due giorni saremo a Marina di Massa presso il Villaggio Torre Marina.

Programma:

Martedì 16 aprile: partenza ore 6.30 dal Cimitero di Vaprio, alle ore 6.45 dal centro sportivo di Cassano.

Arrivati a Filetto, dopo un buon caffè, intorno alle 10.00 inizia il nostro cammino che ci porta ad Aulla. Pranzo al sacco lungo il percorso. A Fornoli ci sono diversi bar e alcuni ristoranti. Nel pomeriggio arrivo all'Abbazia di San Caprasio, che visiteremo. Poi con il bus ci portiamo a Pontremoli. Km 15,5 disl +/-250m, la tappa è facile.

Una tappa molto interessante lungo la Valle di Magra, caratterizzata da gradevolissimi antichi borghi medievali come Filetto, Villafranca, Virgoletta e Fornoli. Dopo Filattiera siamo prevalentemente nel bosco.

Mercoledì 17 aprile:

Dopo colazione, per le 8.00, con il bus ci portiamo all'Arco di Caniparola, inizia il cammino che ci porta a Luni Antica, un interessante sito archeologico che visiteremo. Sono ca. 7 km senza dislivello +/-100m.

Con il bus ci portiamo a Marinella di Sarzana per il pranzo (*facoltativo*) presso il Ristorantino di Ali, in riva al mare, dopodiché riprendiamo il nostro cammino da Luni ad Avenza. Km 6.2 senza dislivello.

Con in bus andiamo a Marina di Massa per la notte.

La tappa è pianeggiante, la principale attrattiva è l'area archeologica di Luni, antico porto romano dove i pellegrini francigeni s'imbarcavano verso Santiago. Attraversiamo la Val di Magra su stradine che si snodano ai piedi delle colline.

Giovedì 18 aprile:

Per le 8.00/8.15, fatta colazione, in bus ci portiamo al Castello Aghinolfi. Purtroppo la struttura è al momento chiusa, lo visiteremo quindi solo dall'esterno e poi iniziamo il nostro cammino fino a Pietrasanta. Ca. 11 km prevalentemente in discesa.

Visita del centro storico e pranzo libero. Riprendiamo il cammino e in mezz'ora arriviamo alla Pieve di San Giovanni, che visiteremo. Dopodiché i camminatori possono proseguire fino a Camaiole per ca. 7 km, con una leggera salita. In alternativa ci portiamo con il bus direttamente a Camaiole per la visita della Badia di San Pietro e della Pieve di Santo Stefano e San Giovanni Battista che dista ca. 2,5 km.

Rientro a Marina di Massa per la notte.

La tappa, tranne che per brevi tratti, si svolge in zone urbanizzate, quindi quasi totalmente su asfalto. Dal Castello Aghinolfi si prosegue per Pietrasanta, "la piccola Atene d'Italia", patria adottiva di artisti provenienti da tutto il mondo. Subito dopo, in saliscendi tra le colline lucchesi, si cammina fino al centro storico di Camaiole. Abbandoniamo la Versilia con un ultimo saluto al mare dalle colline che sovrastano Camaiole.

Venerdì 19 aprile:

Dopo colazione, per le 8.00, con il bus ci portiamo a Valpromaro, breve sosta alla Casa del Pellegrino e iniziamo il nostro cammino che ci porterà a Lucca! Pranzo libero e nel pomeriggio visita guidata del centro storico. Km 15 +/- 150m.

La tappa si inoltra all'interno della Toscana snodandosi in saliscendi tra i primi rilievi delle Alpi Apuane meridionali. Ci inoltriamo nella Valfreddana e raggiungiamo la splendida Lucca con un tranquillo percorso lungo gli argini del fiume Serchio.

Referente:

Silvana Carioli cell. 393 300 6821

Quota: €. 260,00/280,00 per min 30, max 40 partecipanti

Iscrizioni: da martedì 16 gennaio ed entro martedì 30 gennaio 2024

(sarà data precedenza a chi ha già partecipato negli anni precedenti)

ALLA CONFERMA VERRANNO COMUNICATI I DATI PER VERSARE L'ACCONTO DI EURO 50.00

La quota comprende:

Viaggio A/R con Bus - Trattamento di mezza pensione presso le strutture indicate – Le visite programmate - Assistenza di nostri Accompagnatori. Se possibile faremo una convenzione a prezzo contenuto presso ristoranti/trattorie lungo il percorso.

Per eventuali disdette nei 30 giorni antecedenti la partenza, l'acconto verrà rimborsato solo in sostituzione di un altro nominativo.

In considerazione dei rischi e dei pericoli relativi all'attività escursionistica e alla frequentazione della montagna, il partecipante solleva il C.A.I., la Sottosezione di Vaprio d'Adda, gli organizzatori e gli accompagnatori da ogni qualsivoglia responsabilità per incidenti e/o infortuni sofferti e/o causati durante l'escursione.