

descritto nell'itinerario C.

Dopo aver visitato Tenodola si sale di lato alla Chiesa di San Rocco per la via del Sorbo, in cima alla quale si ha una bella vista dalla alto sul paese, a sinistra del quale si vede il passo appenninico della Cisa, al centro il passo del Cerreto e a destra le vette del Pizzo d'Uccello, Grondilice e il Monte Sagra delle Alpi Apuane. Da qui si prosegue per un bosco di castagni sulla pendice interma del Monte Nebbiose sino a raggiungere il lato mare in prossimità di un bivio che a destra porta al Museo della Resistenza mentre a sinistra raggiunge un meleno con bella vista sul mare. Si prosegue poi come d'acqua e dove spesso si sentono avvisano le波lane.

Poco prima di arrivare alla piana di Pula si prende a sinistra per raggiungere Tenodala lungo un sentiero a saliscendi che attraversa un bosco di castagni e querce, anche se ricco di attraversamenti "Fontanabonna", appena recuperata.

L'itinerario da Fosdinovo lato Castello si dirige a nord salendo verso Montecarboi tra le conifere del Parco Avventura. Da qui si scende verso Pulaia in bosco di castagni, uliveti, aceri e frassini ricco di sottobosco e intervallo a piccoli corsi d'acqua da uno dei quali ha origine l'antica sorgente

AVVENTURA E PIAZZA FOSDILNOVO.

A Giugnano si entra in paese passando per Pizza Lichene e si costeggia la chiesa dei Santi Fabiano e Sebastiano per poi prendere un sentiero dappirima in piano e poi in discesa verso il torrente per poi risalire il versante in un bel bosco misto, sino a raggiungere la località La Vagina in prossimità del Museo della Resistenza. A destra del Museo si prende il sentiero che sale ancora dirigendosi verso il Monte Nebbio che si costeggia sul lato mare passando di lato ad un meleno da cui si gode una bellissima vista. Si prosegue e si scende per un ripido sentiero in un bosco di castagni sino a raggiungere Focce Cucco. Lì si attraversa la strada e si prende una sterata che riporta a Montecarboi attraverso un bosco di conifere. Da Montecarboi si prende a destra scendendo verso il Parco

L'ultimo raro da Fosdinovo lato Castello scende verso ovest in direzione Località Gigliola per raggiungere

ITINERARIO CED

FOSDINOVO

LA LUNIGIANA CHE GUARDA IL MARE, TRA TOSCANA E LIGURIA
LUNIGIANA FACING THE SEA BETWEEN TUSCANY AND LIGURIA

Fosdinovo, con i suoi 49 kmq di superficie suddivisi in oltre 20 frazioni e località, è ricco di tracciati che ne congiungono le diverse parti o che lo collegano con altri territori, come i sentieri CAI verso Sarzana e Fivizzano o il Sentiero dei Ducati che giunge da Reggio Emilia. Alcuni di questi sono stati specificamente segnalati per formare quattro itinerari ad anello con inizio e conclusione nel borgo di Fosdinovo, percorrendo i quali si possono raggiungere e visitare alcune delle frazioni del Comune, vedere paesaggi inaspettati e ambienti naturali, incontrare animali o le loro tracce, conoscere più da vicino attività agricole e agriturismi. L'aspetto degli itinerari muta con le stagioni e le condizioni atmosferiche e ciò li rende più vari e interessanti da percorrere anche più volte.

Gli itinerari possono essere seguiti per intero in un verso o nell'altro, ma possono anche essere percorsi solo per dei tratti, a seconda degli interessi di ciascuno, del tempo a disposizione e della prestanza fisica. Avere la possibilità di percorrere sentieri facilmente raggiungibili senza paura di perdersi è una bella opportunità che consente di immergersi nella natura e camminare per ritrovare equilibrio. E' importante camminare responsabilmente, rispettando i luoghi in cui vivono i residenti, secondo le proprie capacità fisiche e grado di autonomia.

La cartina dei sentieri è visibile sul sito www.comune.fosdinovo.ms.it e può essere scaricata sul proprio telefonino per averla sempre a disposizione.

Come nell'itinerario A, da Fosdinovo lato Castello si raggiunge Montevarchi. Da qui si scende verso Pistoia in un bosco di castagni, querce, aceri e frassini ricco di sottobosco e intervallo da piccoli corsi d'acqua da uno dei quali ha origine l'antica sorgente "Fontanabona", appena recuperata. Giunti alla pianata si intravede di fronte Pistoia e lì ci si dirige a destra verso il bivio dove si trova la cappella della pieve di Tabbara, con una Madonna sfiliggiata per la metà del volto dalla sassata di un ubriacone. Si scende per la via Campanagna, avendo di fronte la sella di Marciasso, per percorrere l'anello forestale che circonda Pistoia passando per La Villa e Casamonte sino ad arrivare a nord del paese, dove dalla via principale davanti all'Oratorio di Santa Maria Assunta detto dei Bianchi e di lato alla chiesa di San Giovanni Battista sino a giungere a Piazza Battisti da dove si scende per raggiungere di nuovo la pianata. Si risale seguenndo per un tratto la strada comunitale, si prende poi a sinistra il sentiero laterale e si prosegue sino a Focce Pisticci. Lì il sentiero prosegue a destra verso Montevarchi per ritrovarsi poi sul sentiero che riporta al Parco Avventura e quindi a Fosdinovo borgo.

L'itinerario da Fosdinovo fatto Castello si dirige a nord salendo verso Montecarboi tra le conifere del Parco Avventura. Da Montecarboi, godendo a sinistra della vista su Appennino e Apuane, ci si dirige in piano verso Focce Pulaia. Si attraversa la strada e si prosegue per Monteromano e poi per la Spolverina in un bel bosco di castagni e querce con molte aperture visive. Giunti alla Spolverina si riprende il sentiero sulla destra. Lì attraverso un bosco di castagni dapprima piuttosto secco e poi più fitto e umido per via di alcune sorgenti affioranti si raggiunge l'abitato di Casale. Da qui per la piccola strada si scende sino a Caprognano, dove si può visitare l'Oratorio di Santa Lucia, e poi si prosegue per Gignago, poco prima del quale il sentiero si diparte a sinistra. Un bel percorso in salita attraversa un bosco misto ricco di lecci e altre specie mediterranee, lambisce un ponte romano ormai non più percorribile e porta sul versante sotto Fosdinovo, dove si arriva nei pressi della Torretta da cui poi, attraversando il borgo, si raggiunge il punto di partenza sotto il Castello.

ITINERARI A e B

FOSDINOVO

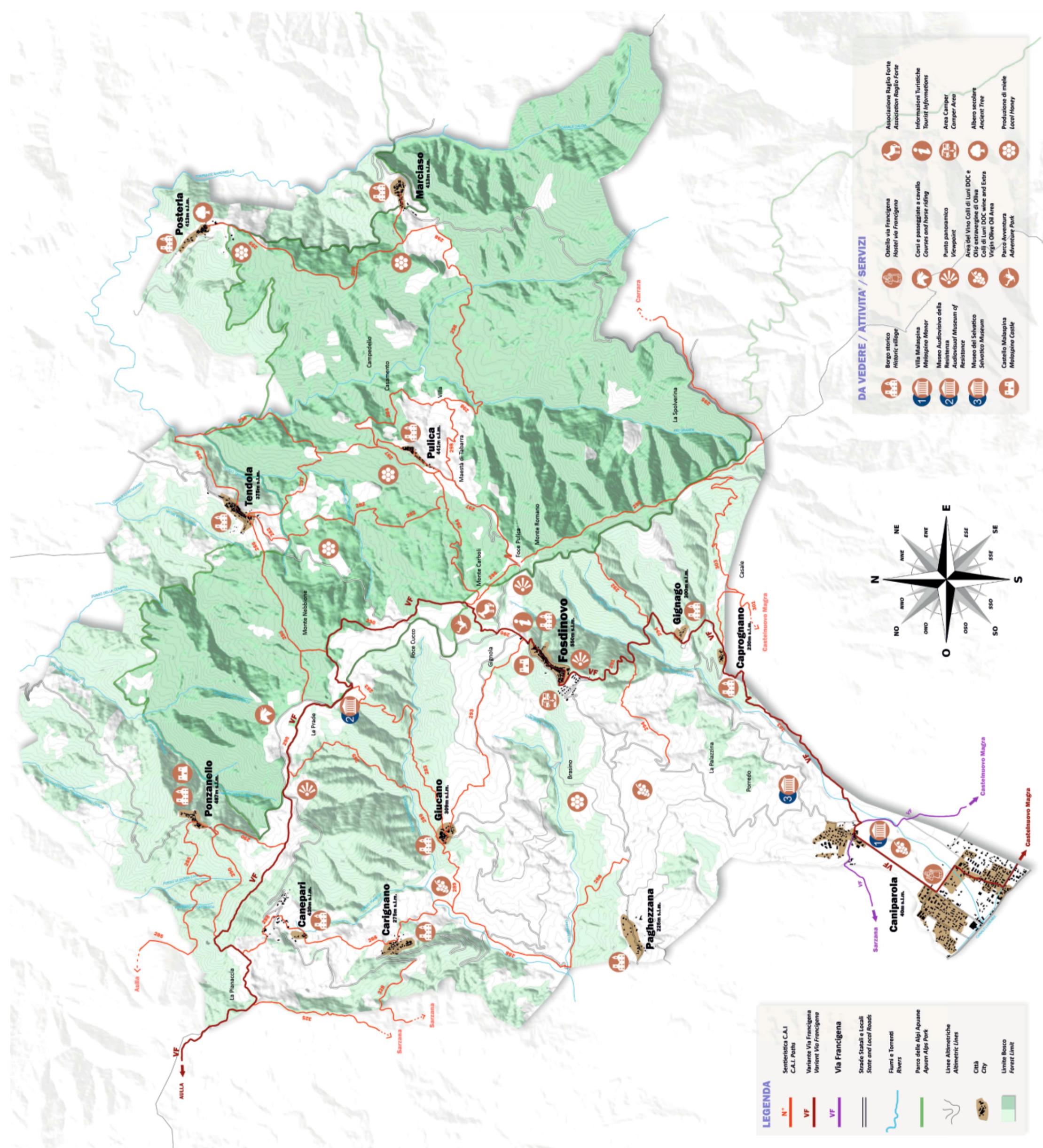
LA LUNIGIANA CHE GUARDA IL MARE, TRA TOSCANA E LIGURIA
LUNIGIANA FACING THE SEA BETWEEN TUSCANY AND LIGURIA

I Sentieri di Fosdinovo





LA LUNIGIANA CHE GUARDA IL MARE, TRA TOSCANA E LIGURIA
LUNIGIANA FACING THE SEA BETWEEN TUSCANY AND LIGURIA



CARTA DEI SENTIERI
"LA LUNIGIANA CHE GUARDA IL MARE"

Comune di Fosdinovo

Sala di visualizzazione: 1:35.000

0 - 175 - 250 - 325 - 400 - 475 - 550 - 625 - 700 - 775 - 850 - 925 - 1.000 Metri

ITINERARI ESCURSIONISTICI SUGGERITI E SEGNALATI

A: 290 - 295 - 303 - 294 - 291
Fosdinovo - Montecarbolì - Monte Romano - Spolverina - Casale - Caprognano - Gignago - Fosdinovo
km. 14 | Ore di percorrenza 5:30 circa
Difficoltà Media/Facile
Dislivello salita 435 mt., discesa 435 mt.

B: 290 - 295 - 284 - 297 - 298 - 284 - 297 - 295 - 290
Fosdinovo - Montecarbolì - Maestà di Tabarrà - Villa - Casamento - Pulica -borgo - Foce Pulica - Montecarbolì - Fosdinovo
km. 11 | Ore di percorrenza 4 circa
Difficoltà Media
Dislivello salita 263 mt., discesa 206 mt.

C: 293 - 283 - 290
Fosdinovo - Gignago - Glucano - La Vagina (Le Prade) - Monte Nebbiolo - Foce Cuccio - Montecarbolì - Fosdinovo
km. 10 | Ore di percorrenza 4 circa
Difficoltà Media
Dislivello salita 422 mt., discesa 356 mt.

D: 290 - 295 - 284 - 282 - 286 - 290
Fosdinovo - Montecarbolì - Pulica - Tendola - La Vagina (Le Prade) - Foce Cuccio - Montecarbolì - Fosdinovo
km. 13 | Ore di percorrenza 4 circa
Difficoltà media/facile
Dislivello salita 275 mt., discesa 175 mt.



REDAZIONE CARTOGRAFICA
Dott. in Scienze del Beni Culturali **Cristian Moretti**
Dott. in Scienze del Beni Culturali **Carlo Paganini**

LA CARTA È STATA REDATTA ATRAVERSO DATI PRESI SU POPOLELLA REGGIANO TOSCANA E LIGURIA 1:10.000

NOTA: La carta è stata redatta attraverso dati presenti sul popolare Reggiano Toscana e Liguria 1:10.000. I dati saranno aggiornati periodicamente. Gli itinerari escursionistici di questa cartina sono stati verificati. Massime attenzione è stata riservata per gli itinerari suggeriti, le cui condizioni possono tuttavia mutare con il tempo e varcare sempre verificate.

Progetto realizzato con il contributo di Fondazione Carispezia e Comune di Fosdinovo



www.viaefosdinovo.it

