



# LA CENTAUREA

Associazione di Guide Turistiche, Ambientali e del Parco delle Alpi Apuane

## UN'ESTATE NEL PARCO: APUANE DA SCOPRIRE E .... DA ASSAGGIARE!

### L'INIZIATIVA

Il progetto "Un'estate nel Parco: Apuane da scoprire e ... da assaggiare" prevede la realizzazione di sei escursioni che si svolgeranno nei mesi di Giugno, Luglio, Agosto, prevalentemente in area parco e in area contigua, con lo scopo di accompagnare i visitatori alla scoperta consapevole delle peculiarità ambientali, geologiche, culturali ed enogastronomiche dell'area protetta e per promuovere un turismo ecosostenibile.

Si tratta della quarta edizione: le prime due (2020 e 2022) avevano ottenuto un contributo economico da parte del Parco delle Alpi Apuane.

Ogni escursione prevede la presenza di due guide in modo da riuscire a gestire meglio il gruppo. Alcuni itinerari sono stati modificati in modo da proporre un'offerta nuova anche a chi ha già preso parte alle edizioni precedenti.

Per realizzare questa iniziativa, l'Associazione si avvarrà della prestazione dei propri soci che sono operatori specializzati, ovvero Guide del Parco, Guide Ambientali e Guide Turistiche che grazie alla loro preparazione e alle loro competenze saranno in grado di coinvolgere i partecipanti in un'esperienza unica ed intensa di scoperta del territorio.

Alcune escursioni prevedono il coinvolgimento di produttori ed esercizi consigliati e certificati dal Parco che proporranno la consumazione di prodotti tipici locali sotto forma di degustazioni. La collaborazione e la partecipazione di queste realtà permette di raccordare l'iniziativa con l'azione prevista dalla CETS, ovvero la A10 "A tavola nel Parco".

In ogni evento, gli operatori avranno cura di informare i partecipanti sul delicato rapporto tra uomo e ambiente e sensibilizzarli al rispetto di esso.

Le escursioni si svolgeranno sempre in luoghi e comuni diversi (Fivizzano, Casola in Lunigiana, Minucciano, Carrara) con lo scopo di far conoscere le varie caratteristiche dell'area protetta e si rivolgono ad un pubblico variegato.

## PROGRAMMA

1. Domenica 30 Giugno - "Beer trekking": Apuane a tutta birra!
2. Venerdì 12 Luglio - Monte dei Bianchi wine tour: escursione tra oliveti e vigneti con degustazione
3. Sabato 20 Luglio - Acque, storia e sapori della Valle del Lucido
4. Domenica 4 Agosto - Vinca tra sentieri, panorami, storia e sapori
5. Venerdì 9 Agosto - Apericena e tramonto sul Monte Borla: aspettando le stelle cadenti
6. Martedì 13 Agosto - Apuane selvagge: la Valle di Orto di Donna

### **1. "Beer trekking": Apuane a tutta birra!**

#### Caratteristiche:

- Comuni di svolgimento escursione: Fivizzano, Casola in Lunigiana.
- Luoghi interessati: borgo di Uglianaldo, Equi Terme, Cave di marmo, Il Solco, sentieri CAI 176, 192.
- Area Parco e area contigua.
- Strutture coinvolte: Agriturismo Elicriso, Birrificio Uglianaldo.
- Azione Cets: A10.

Da Equi Terme con un semplice cammino lungo un'antica mulattiera che un tempo permetteva il passaggio tra i due versanti e che veniva percorsa dagli abitanti dei paesi vicini per raggiungere i mulini ad acqua che qui erano stati edificati, arriveremo ad Uglianaldo, la meta più alta del nostro itinerario da dove potremo godere di un panorama mozzafiato sugli Appennini e sulle Alpi Apuane. Dopo la pausa pranzo e la visita all'antico borgo, riprenderemo il cammino fino alle cave di marmo dove potremo "toccare" la maestosa parete Nord del Pizzo d'Uccello e scendere poi lungo la valle del Solco, un canyon naturale scavato dall'acqua nel corso di migliaia di anni dove fioriscono piante uniche al mondo. L'itinerario permette di osservare la varietà degli ambienti che caratterizzano questo territorio: da un lato la morfologia dolce del versante appenninico e dall'altra l'aspra verticalità dei rilievi apuani.

#### Programma:

- Incontro e partenza: Equi Terme, Piazzale Parcheggio davanti all'Hotel Terme, ore 09:30.
- Escursione lungo il sentiero 176, arrivo al borgo di Uglianaldo, pranzo al sacco, visita guidata al borgo e al birrificio. Successivamente, escursione lungo il sentiero 192, passaggio lungo le cave, geositi e rientro al paese di Equi Terme.
- Lunghezza: 9,5 km ; Dislivello +/- m 500.
- Durata: 7 ore.

## ***2. Monte de' Bianchi wine tour: escursione tra oliveti e vigneti con degustazione***

### Caratteristiche:

- Comune di svolgimento escursione: Fivizzano.
- Luoghi interessati: borgo di Monte de' Bianchi, località Germalla, vigneto e cantina Az. Agricola Monastero dei Frati Bianchi, Equi Terme.
- Area contigua, area esterna.
- Strutture coinvolte: azienda vitivinicola Monastero dei Frati Bianchi, Agriturismo Al Vecchio Tino (cena-degustazione).
- Azioni Cets: A10.

Da Equi Terme, percorrendo antiche mulattiere immerse nel verde degli oliveti, raggiungeremo l'antico borgo di Monte de' Bianchi, testimonianza di un passato glorioso, dove una volta vivevano i Frati d'Herberia legati a Matilde di Canossa. Questo gioiello domina la collina e il panorama sulle Alpi Apuane è davvero suggestivo. Essendo terre con un'esposizione a Sud, erano e sono perfette per coltivare l'olivo e la vigna. Qui infatti visiteremo il vigneto e la cantina dell'azienda Monastero dei Frati Bianchi, dove avremo modo di fare una degustazione dei loro prodotti. Il percorso ci porterà poi all'Agriturismo Al Vecchio Tino, dove lo chef Claudio ci preparerà una cena-degustazione a base di prodotti locali. Seguirà poi la visita notturna al borgo di Monte de' Bianchi e il rientro ad Equi Terme.

### Programma:

- Incontro ad Equi Terme, Piazzale Parcheggio davanti all'Hotel Terme, ore 17:30.
- Inizio camminata fino ad arrivare a Monte de' Bianchi. Visita alla cantina, degustazione e escursione nel vigneto. Cena all'Agriturismo Al Vecchio Tino. Visita guidata in notturna al borgo di Monte de' Bianchi. Rientro alle macchine previsto per le ore 23:30.
- Lunghezza: 5,5 km c.; dislivello: +/- 130 m.
- Durata: 6 ore.

## ***3. Acque, storia e sapori della Valle del Lucido***

### Caratteristiche:

- Comune di svolgimento escursione: Fivizzano.
- Luoghi interessati: Equi Terme, Aiola, Monzone, ruderi del Castellaccio, sorgenti dell'Acqua Nera e dell'Acqua Salata, sentiero CAI 39, sorgenti termali di Equi Terme.
- Area Parco e area contigua.
- Strutture coinvolte: circolo Acqua Nera (pranzo degustazione).

- Azioni Cets: A10.

Da Equi Terme, percorrendo un'antica mulattiera raggiungeremo il piccolo borgo di Aiola, arroccato ai piedi del Monte S. Giorgio. Poco distante dal paese, su uno sperone di roccia, sorgono i ruderi di una antica struttura difensiva, il "Castellaccio", sulle cui origini, storia e leggenda si intrecciano. Grazie ad un buon lavoro di recupero e pulizia dalla vegetazione fatta recentemente sarà possibile ammirare parti della struttura prima scomparse e godere di un panorama mozzafiato sulla valle sottostante. Scenderemo poi al paese di Monzone dove potremo ristorarci presso le sorgenti di acqua salata e acqua nera e assaporare i prodotti tipici del luogo. Qui troveremo «acque speciali», sia per la qualità dei minerali che le compongono sia per la storia che racchiudono. Bere a queste sorgenti, ancorché il sapore non sia invitante, è come scendere nelle viscere della Terra e cogliere qualche goccia del suo passato geologico. Non a caso ci troviamo in uno dei geositi del Geoparco delle Alpi Apuane, luoghi tutelati dall'Unesco per la loro importanza geologica.

Programma:

- Incontro e Partenza da Equi Terme: piazzale davanti all'Hotel Terme, ore 09:00.
- Imbocco sentiero 39, visita al borgo di Aiola e ai ruderi del Castellaccio. Successivamente, escursione per arrivare a Monzone. Pranzo/degustazione all'Acqua Nera. Rientro a Equi Terme previsto per le ore 17:00/17:30. A fine escursione, possibilità di fermarsi presso le acque termali all'aperto (i nostri "Bozzetti").
- Lunghezza: 9 km c.ca; dislivello +/- 350 c.ca.
- Durata: 8,5 ore.

#### ***4. Vinca tra sentieri, panorami, storia e sapori***

Caratteristiche:

- Comune di svolgimento escursione: Fivizzano.
- Luoghi interessati: borgo di Vinca, Località Madonna del Cavatore, Farfareto, Capanna Garnerone, Foce Rasori, sentieri CAI 175 e 38, via Todt.
- Area Parco.
- Strutture coinvolte: Bottega Quartieri Andreina (degustazione).
- Azioni Cets: A10.

Vinca: uno dei posti più belli della Lunigiana, incastonato tra le Alpi Apuane, dove natura e panorami sono sia protagonisti, sia cornice di un borgo dove architetture nuove e antiche si mescolano creando un contesto davvero suggestivo. La vista che si presenta a chi arriva al paese è uno scenario mozzafiato, protetto dalla bellezza delle montagne che lo circondano. Attraverso la nostra escursione, avremo modo di conoscere la natura e la geologia che caratterizzano questo luogo, senza tralasciare il

fatto che ci affacceremo su una delle Foci più affascinanti del luogo, ovvero Foce Rasori. Torneremo poi sui nostri passi fino a raggiungere Capanna Garnerone e da lì scenderemo fino poi ad arrivare a Vinca, passando dalla Madonna del Cavatore. Il paese di Vinca, oltre ad essere conosciuto per i tristi eventi legati alla seconda guerra mondiale è famoso anche per la produzione di un prodotto tipico della Lunigiana, ovvero "Il pane di Vinca" che avremo modo di assaporarlo nella merenda di fine giornata.

Programma:

- Incontro e partenza: ore 09:30 a Vinca presso l'alimentari del paese.
- Inizio escursione, arrivo a Foce Rasori, pranzo al sacco a cura dei partecipanti. Rientro al paese di Vinca e merenda con pane e focaccia di Vinca, tagliere di salumi e bevande. Rientro alle macchine previsto per le ore 17:30.
- Lunghezza: c. km 6,5; dislivello: +/- 430 m.
- Durata: 8 ore.

## ***5. Apericena e tramonto sul Monte Borla: aspettando le stelle cadenti***

Caratteristiche:

- Comuni di svolgimento escursione: Fivizzano, Carrara.
- Luoghi interessati: Campocecina, Monte Borla, sentiero didattico Anello del Monte Ballerino, sentieri CAI 183 e 173.
- Area Parco.
- Strutture coinvolte: Rifugio CAI Carrara (degustazione).
- Azioni Cets: A10.

Al fresco della faggeta, andremo alla scoperta del Monte Borla e dei suoi dintorni: camminando intorno al Monte Ballerino avremo l'occasione di conoscere le peculiarità naturalistiche e geologiche di questo luogo, grazie anche alla presenza dei pannelli didattici del Parco delle Alpi Apuane. Attraversando poi la prateria di Campocecina, raggiungeremo la vetta del Monte Borla da dove potremo godere di una vista mozzafiato sulle motagne circostanti e sul mare. Faremo l'aperitivo in vetta e arrivata la notte torneremo a Campocecina dove, per chi vorrà, sarà possibile fermarsi a osservare le stelle cadenti.

Programma:

- Incontro e partenza: ore 18:00 a Campocecina presso il parcheggio sotto il Rifugio.
- Inizio escursione, arrivo al Monte Borla e aperitivo/degustazione al sacco fornito dal rifugio CAI Carrara. Discesa a Campocecina e rientro alle macchine.
- Lunghezza: c. 4 km ; dislivello +/- 226 m.

- Durata: 4,5 ore.

## 6. Apuane selvagge: la Valle di Orto di Donna

### Caratteristiche:

- Comune di svolgimento escursione: Minucciano.
- Luoghi interessati: Val Serenaia, Orto di Donna, Foce Cardeto, bacino marmifero Orto di Donna, sentieri CAI 180, 178, 179.
- Area Parco e area contigua di cava.
- Strutture coinvolte: Rifugio Donegani.
- Azione Cets: A10.

Escursione ad anello per scoprire una delle più suggestive vallate delle Alpi Apuane: la Valle di Orto di Donna. Ci troviamo in un vero e proprio anfiteatro naturale: intorno a noi il Monte Pisanino, il Monte Cavallo, il Monte Contrario, il Monte Grondilice ed il Pizzo d'Uccello, le principali vette di questa catena montuosa. Qua è possibile ammirare la varietà dei paesaggi che caratterizzano queste montagne uniche al mondo: da un lato la natura calcarea del substrato roccioso con le sue forme derivanti dal modellamento carsico e la presenza delle cave di marmo; dall'altro, la formazione silicea con brughiere d'altitudine.

Dalla Val Serenaia, saliremo a Foce Cardeto per poi riscendere attraversando il bacino marmifero di Orto di Donna fino al Rifugio Donegani dove ci attende una deliziosa degustazione a base di prodotti locali.

### Programma:

- Incontro e partenza: parcheggio Rifugio Donegani, ore 9:00.
- Inizio escursione, arrivo a Foce di Cardeto, pranzo al sacco a cura dei partecipanti, rientro in Val Serenaia, merenda con degustazione di prodotti locali presso il Rifugio Donegani.
- Lunghezza: c.ca 8 Km

## BILANCIO PREVENTIVO

SERVIZIO/BENE	ENTRATA	USCITA
Servizio Guide per le 6 giornate		€ 2160
Servizio degustazione giornata 1		€ 136
Servizio degustazione giornata 2		€ 180
Servizio degustazione giornata 3		€ 120
Servizio degustazione giornata 4		€ 56
Servizio degustazione giornata 5		€ 90
Servizio degustazione giornata 6		€ 60
Spese di promozione pubblicitaria		€ 80
Contributo partecipanti	€ 642	
Contributo Parco (75%)	€ 2161,50	
<b>TOTALE</b>	<b>€ 2803,50</b>	<b>€ 2882,00</b>

Dal bilancio preventivo si evince che le uscite saranno maggiori rispetto alle entrate: l'Associazione farà fronte a questo scompenso attingendo a fondi propri.