

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 sette escursioni che si svolgeranno nei mesi di Giugno, Luglio e Agosto, prevalentemente in area parco, area contigua e area CETS 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 sesta edizione, quattro delle quali (2020, 2022, 2024, 2025) avevano ottenuto un contributo economico da parte del Parco delle Alpi Apuane.

Ogni escursione prevede la presenza di due guide, una turistica e una ambientale, in modo da poter raccontare a tutto tondo il territorio che andiamo a scoprire durante le nostre uscite.

Rispetto alle edizioni precedenti, abbiamo mantenuto gli itinerari che hanno avuto maggiore successo e ne abbiamo inseriti di nuovi, in modo da ampliare la nostra offerta e permettere di partecipare anche a chi è già stato con noi.

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, Carrara) con lo scopo di far conoscere le varie caratteristiche dell'area protetta e si rivolgono ad un pubblico variegato.

PROGRAMMA

1. Sabato 20 giugno - *Scopri e gusta la Lunigiana: in cammino tra borghi di pietra e pievi romaniche*
2. Sabato 11 luglio - *Acque, storia e sapori della Valle del Lucido*
3. Sabato 18 luglio - *Equi Terme e la Valle del Solco: apericena e camminata sotto le stelle*
4. Sabato 25 luglio - *"Beer trekking": Apuane a tutta birra!*
5. Sabato 1 agosto - *Vinca al tramonto: paesaggi, storia e sapori*
6. Sabato 8 agosto - *Apericena e tramonto sul Monte Borla: aspettando le stelle cadenti*
7. Mercoledì 12 agosto - *Monte dei Bianchi wine tour: escursione tra oliveti e vigneti con degustazione*

1. Scopri e gusta la Lunigiana: in cammino tra borghi di pietra e pievi romaniche

Caratteristiche:

- Comuni di svolgimento escursione: Casola in Lunigiana.
- Luoghi interessati: pieve romanica e borgo di Codiponte, borgo di Luscignano, mulattiera tra oliveti e castagneti.
- Area CETS.
- Strutture coinvolte: Agriturismo La Concia.
- Azione Cets: A10.

Una semplice escursione che ci porterà alla scoperta di questo angolo di Toscana, tra Lunigiana e Garfagnana, dove nei piccoli borghi arroccati rimangono tracce di antiche pievi e castelli. Cammineremo attraverso castagneti e oliveti accompagnati da una bellissima vista sulle Alpi Apuane e sulla catena appenninica. Alla fine del tour avremo modo di degustare i deliziosi prodotti di questa terra.

Programma:

- Incontro e partenza: Codiponte, parcheggio davanti alla Pieve, ore 17:30.
- Visita alla pieve romanica e al borgo di Codiponte.
- Escursione per arrivare a Luscignano e visita al borgo.
- Rientro a Codiponte.
- Degustazione presso "La Concia".
- Lunghezza: 5,5 km ; Dislivello +/- m 200.

- Durata: 4 ore.

2. 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, area CETS.
- 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 16:30. 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: 7,5 ore.

3. Equi Terme e la Valle del Solco: apericena e camminata sotto le stelle

Caratteristiche:

- Comune di svolgimento escursione: Fivizzano.
- Luoghi interessati: borgo di Equi Terme, sentiero CAI 192, sorgenti termali, geositi della Valle del Solco.
- Area Parco e area contigua, area CETS.
- Strutture coinvolte: Albergo ristorante "La Posta" (cena degustazione).
- Azioni Cets: A10.

Dopo la visita al caratteristico borgo medievale di Equi Terme, faremo una degustazione di prodotti tipici lunigianesi presso il ristorante La Posta. Attenderemo il calar del sole per incamminarci verso la Valle del Solco, dove scopriremo geositi ed endemismi apuani rischiarati dalla luce riflessa della luna. Durante il percorso saremo accompagnati dal profumo delle erbe aromatiche e dai suoni degli animali notturni del bosco.

Programma:

- Incontro : piazzale davanti all'Hotel Terme, ore 18:30.
- Visita al borgo di Equi Terme
- Cena degustazione presso il ristorante La Posta.
- Escursione alla Valle del Solco.
- Lunghezza: 4,5 km c.ca; dislivello +/- 180 m c.ca.
- Durata: 5 ore.

4. Beer trekking": Apuane a tutta birra!

Caratteristiche:

- Comuni di svolgimento escursione: Fivizzano, Casola in Lunigiana.
- Luoghi interessati: borgo di Uglianaldo, Equi Terme, Il Solco, sentieri CAI 176.
- Area Parco e area contigua, area CETS.
- 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 per tornare ad Equi Terme, dove esploreremo 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. Rientro ad Equi Terme e visita ai geositi della Valle del Solco.
- Lunghezza: 7,5 km ; Dislivello +/- m 500.
- Durata: 7 ore.

5. Vinca tra sentieri, panorami, storia e sapori

Caratteristiche:

- Comune di svolgimento escursione: Fivizzano.
- Luoghi interessati: borgo di Vinca, Località Madonna del Cavatore, Farfareto, canale del Doglio, sentieri CAI 175, 139, via Todt.
- Area Parco, area CETS.
- Strutture coinvolte: Bottega Quartieri Andreina (degustazione).
- Azioni Cets: A10.

Vinca: uno dei borghi più belli della Lunigiana, circondato dalle aspre vette delle Alpi Apuane, offre uno scenario mozzafiato a chi arriva fin quassù. Attraverso la nostra escursione, avremo modo di conoscere la natura e la geologia che caratterizzano questo luogo. Arrivati a Farfareto, all'ora del tramonto, assaporeremo i prodotti tipici del paese (pane e focaccia) con una degustazione al sacco fornita dalla famosa Andreina. Da lì, al calar del sole, scenderemo fino ad arrivare a Vinca, dove concluderemo il nostro viaggio con una camminata notturna nel borgo dove ricorderemo alcuni dei tristi eventi legati all'eccidio del 1944.

Programma:

- Incontro e partenza: ore 17:15 a Vinca presso l'alimentari del paese.
- Inizio escursione, arrivo a Farfareto, cena al sacco. Rientro al paese di Vinca e visita al paese. Rientro alle macchine previsto per le ore 23:00.
- Lunghezza: c. 7 km ; dislivello: +/- 310 m.
- Durata: 6 ore.

6. 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, area CETS.
- 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 montagne 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.

7. 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, borgo di Mezzana, vigneto e cantina Az. Agricola Monastero dei Frati Bianchi, La Rocca, Equi Terme.
- Area contigua, area CETS.
- Strutture coinvolte: azienda vitivinicola Monastero dei Frati Bianchi (pranzo-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 dell'azienda Monastero dei Frati Bianchi. Il percorso ci porterà poi alla Rocca, un'antica casa torre ristrutturata, oggi sede dell'azienda,

dove si svolgerà la degustazione dei vini da loro prodotti. Seguirà poi il rientro ad Equi Terme.

Programma:

- Incontro ad Equi Terme, Piazzale Parcheggio davanti all'Hotel Terme, ore 9:30.
- Inizio escursione fino ad arrivare a Monte de' Bianchi, dove visiteremo il borgo. Arrivo poi alla Rocca di Monzone, dove faremo il pranzo-degustazione. Rientro a Equi Terme previsto per le ore 15:30.
- Lunghezza: 6,2 km c.ca; dislivello: +/- 200 m.
- Durata: 6 ore.

BILANCIO PREVENTIVO

SERVIZIO/BENE	ENTRATA	USCITA
Servizio Guide per le 7 giornate		€ 2600
Servizio degustazione giornata 1		€ 120
Servizio degustazione giornata 2		€ 150
Servizio degustazione giornata 3		€ 120
Servizio degustazione giornata 4		€ 120
Servizio degustazione giornata 5		€ 72
Servizio degustazione giornata 6		€ 120
Servizio degustazione giornata 7		€ 180
Spese di promozione pubblicitaria		€ 70
Contributo partecipanti	€ 882	
Contributo Parco (75%)	€ 2664	
TOTALE	€ 3546	€ 3552

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