



dai Mare al Fiume

ALLA SCOPERTA DEI TERRITORI DEL FLAG ALTO TIRRENO TOSCANO



Regione Toscana

“dal Mare al Fiume”
Progetto FEAMP 2014-2020

Progetto ideato e coordinato da
Cittadella della pesca O.P. - Viareggio
Aplysia soc. Coop a R.L. - Livorno

Con la collaborazione di:
ERSE Soc. Coop - Viareggio
COFFEE - Firenze

Disegni: Andrea Vannucci (Aplysia)
Progetto Grafico: Matteo Neri
Riprese e montaggio video: Andrea Filippi

dal Mare al Fiume

ALLA SCOPERTA DEI TERRITORI DEL FLAG ALTO TIRRENO TOSCANO



CHE COS'È IL "FLAG"?

CHE COS'È IL "FLAG"?

Il **FLAG** (acronimo di **F**isheries **L**ocal **A**ction **G**roup) è un Gruppo di Azione Locale, sostenuto dall'Unione Europea attraverso il **FEAMP** (Fondo Europeo per gli **Affari Marittimi e per la Pesca**), nato per l'attuazione di strategie di sviluppo locale di tipo partecipativo. Il **FLAG** è formato dall'aggregazione di vari soggetti pubblici e privati attinenti alla realtà della pesca e dell'acquacoltura e di altri settori economici quali artigianato, commercio e turismo, ma anche rappresentanze della società civile, che comunque fanno parte della filiera della pesca.

Attraverso una serie di azioni, i **FLAG** hanno il compito di progettare e realizzare interventi concreti per il miglioramento del settore della pesca e dell'acquacoltura in un determinato territorio.

Ad oggi i **FLAG** riconosciuti in Italia sono 54, di cui 4 in Toscana.



FLAG Alto Tirreno Toscano
www.flagaltotirrenotoscano.it



FLAG Golfo Degli Etruschi
www.flaggolfodeglietruschi.it

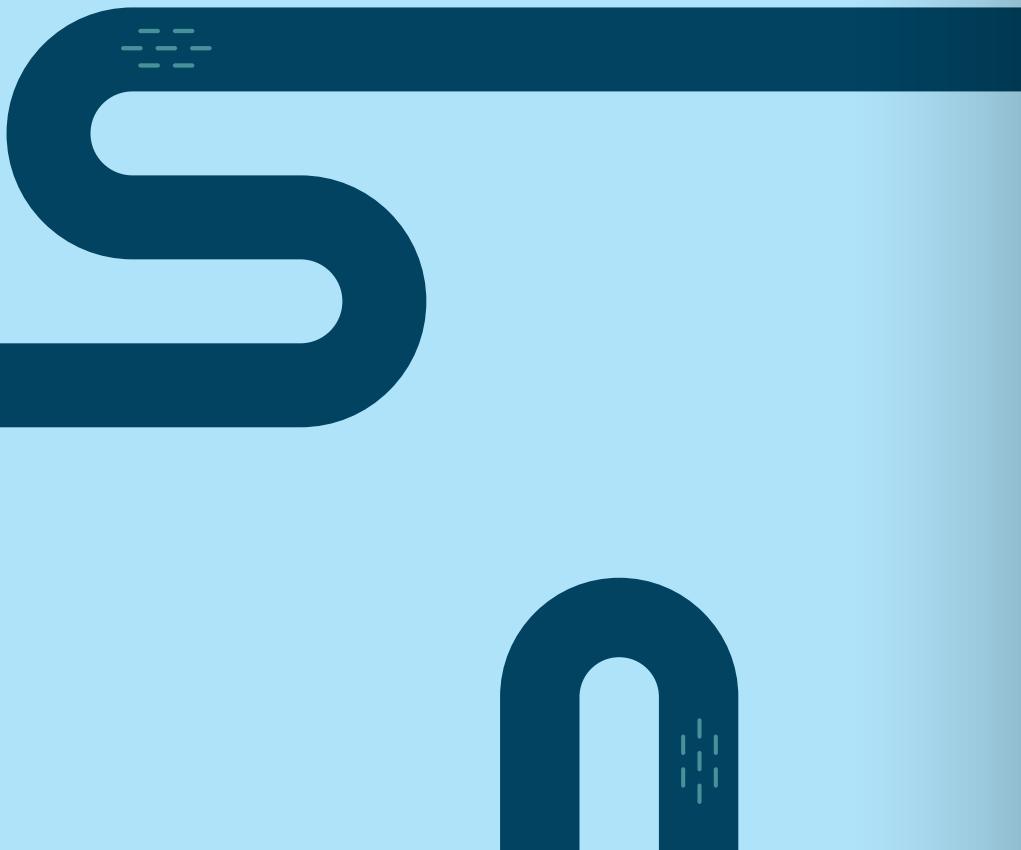


FLAG Costa Degli Etruschi
www.flagcostadeglietruschi.it



Costa D'Argento
www.flagcostadargento.com

IL FLAG ALTO TIRRENO TOSCANO



IL FLAG ALTO TIRRENO TOSCANO

Il FLAG Alto Tirreno Toscano è un'associazione temporanea di scopo (ATS) tra diversi partner, composta da enti pubblici, sindacati, associazioni di categoria e imprese, che attua in maniera integrata e partecipata la Strategia di Sviluppo Locale (SSL). La filosofia trainante è rappresentata dalla volontà, da parte del mondo della pesca e dell'acquacoltura di questo territorio, di lavorare assieme, nonché di sviluppare un sistema di gestione delle risorse ittiche in una logica di maggiore salvaguardia e sostenibilità.

Il FLAG Alto Tirreno Toscano si pone i seguenti obiettivi:

- Sviluppo e innovazione della filiera e dei sistemi produttivi locali ottimizzando i processi di filiera e di trasformazione del prodotto ittico, sviluppando le conoscenze e creando possibilità di incontro e confronto tra i vari comparti della filiera della pesca e dell'acquacoltura.
- Sviluppo delle conoscenze creando un percorso di educazione ambientale ed alimentare, realizzato nell'ambito di occasioni di divulgazione specifiche.
- Salvaguardia delle risorse ittiche ed ambientali attraverso la creazione di un sistema di controllo, gestione e protezione delle risorse della pesca e dell'acquacoltura.
- Diversificazione economica e sociale attraverso lo sviluppo del pescaturismo e ittiturismo, ampliando così l'offerta dei servizi e la possibilità di creare occupazione, mediante azioni di promozione congiunte e sinergiche fra le attività della costa e quelle dell'entroterra.

Il territorio che costituisce il FLAG Alto Tirreno Toscano comprende tutta l'area costiera che si estende da Marina di Carrara fino a Marina di Pisa e le aree interne della Lunigiana e della Garfagnana. È possibile quindi individuare due aree territoriali omogenee sotto il profilo geografico, morfologico e antropico:

1 - AREA COSTIERA

Carrara, Massa, Montignoso, Forte dei Marmi, Camaiore, Viareggio, Vecchiano, Pisa e l'AMP Secche della Meloria

Quest'area presenta una forte attività turistico-ricettiva, fiorente soprattutto nel periodo estivo, e nell'area a mare una importante attività di pesca, sia con reti a strascico che con reti da posta. Lungo la costa, il principale approdo peschereccio è rappresentato dal porto di Viareggio, dove è presente il numero più alto di imbarcazioni da pesca di tutta la Toscana, seguito dal porto di Marina di Carrara e Marina di Pisa e da altri piccoli approdi come il Cinquale, Forte dei Marmi e Marina di Massa.

2 - AREA INTERNA

Lunigiana:

Fivizzano, Tresana, Licciana Nardi, Mulazzo e Pontremoli

Garfagnana:

Camporgiano, Fabbriche di Vergemoli, Gallicano, Pieve Fosciana e Sillano Giuncugnano

In Lunigiana, nel bacino imbrifero della Magra, sono presenti 4 impianti di allevamento di trote, mentre in Garfagnana, nel bacino imbrifero del Serchio, se ne contano 10. In queste due zone si trovano le principali attività d'acquacoltura d'acqua dolce della Toscana.

PROGETTO "DAL MARE AL FIUME"

Il progetto, finanziato dal **FLAG Alto Tirreno Toscano** nell'ambito del Fondo Europeo per la Pesca e l'Acquacoltura (FEAMP) 2014-2020 e coordinato dalla Cittadella della Pesca O.P., intende creare una rete in grado di potenziare pesca e acquacoltura, ricchezze del territorio, incentivandone la redditività in sinergia con la dimensione altamente turistica dei territori del FLAG.

Le azioni realizzate si incentrano sulla promozione delle imprese di pesca e acquacoltura. Partendo dalla realizzazione di una carta d'identità che le identifichi, sono stati individuati dei percorsi turistici adatti a famiglie, gruppi e scolaresche, in grado di collegare la costa (il mare) all'interno (il fiume), valorizzando le imprese presenti sul territorio e i loro prodotti.

I percorsi turistici individuati, infatti, hanno l'obiettivo da una parte di promuovere il prodotto ittico locale allevato e pescato (descrizione delle specie, informazioni nutrizionali, ricette) coniugandolo alle realtà produttive ed economiche presenti sul territorio (impianti di acquacoltura, cooperative di pescatori, ittiturismi, pescaturismi, ristoranti, ecc.), dall'altra di valorizzare il territorio costiero e interno dal punto di vista storico, culturale ed enogastronomico.

Per le specie sono state scelte alcune eccellenze e tipicità tra quelle pescate e allevate nel territorio del FLAG Alto Tirreno Toscano. In particolar modo, sono state descritte la tellina e la mazzancolla, per la pesca, e la trota fario e la trota iridea, per l'allevamento. A queste sono state aggiunte due specie pescate dalla piccola pesca artigianale della costa versiliese e di Carrara, meno conosciute ma di indubbio valore e gusto: la razza stellata e il cefalo comune.

Per 6 degli 8 percorsi individuati (3 in Lunigiana e Costa della Provincia di Massa-Carrara e 3 in Garfagnana e Costa Versiliese) si è cercato di valorizzare l'esistente, dando ai percorsi un taglio adatto a chi si sposta con mezzi propri (auto, bici) ed è così libero di sfruttare al meglio le indicazioni fornite a seconda delle proprie inclinazioni e interessi. Si è cercato di creare sinergie con le realtà turistiche (musei, laboratori artistici, cave, centri studi, parchi archeologici, teatri), storiche (castelli, borghi, ville, abbazie, monasteri) e naturalistici (riserve naturali, sentieri, laghi, grotte, orti botanici) presenti nel territorio del FLAG e di far conoscere a visitatori curiosi le mille possibilità che questa parte della Toscana ha da offrire. Ogni percorso è stato dedicato ad un personaggio che in queste terre è nato o vissuto e in cui comunque ha lasciato un segno, da Puccini a Michelangelo, da Pascoli a Dante, da Ariosto a San Francesco.

Altri 2 percorsi (sempre 1 in Lunigiana e Costa della Provincia di Massa-Carrara e 1 in Garfagnana e Versilia) sono stati realizzati appositamente per le Scuole, con un approccio in grado di valorizzare le realtà imprenditoriali della pesca e della trasformazione del prodotto ittico, permettendo ai nostri bambini e alle nostre bambine di conoscere non solo aspetti storici e naturalistici del territorio ma anche realtà produttive dalla diretta voce di chi ogni giorno le vive (pescatori, imprenditori ittici nel campo della trasformazione e commercializzazione, proprietari di pescaturismo, cuochi, biologi marini e naturalisti).

Tutto il materiale prodotto, condensato in questo volume, è stato presentato durante un convegno finale per la disseminazione dei risultati ottenuti che ha visto coinvolte le amministrazioni locali (Regione, Comuni del territorio del FLAG, ecc.), le imprese (cooperative di pescatori, imprese di acquacoltori, ristoranti, agriturismi, ecc.), le realtà legate al turismo e alla promozione del prodotto (Agenzie Turistiche, Pro Loco, ATP, Toscana Promozione, stampa settoriale, ecc.).



CITTADELLA DELLA PESCA O.P.

Viareggio (LU)

*“Non c’è futuro per chi
non si preoccupa del bene comune”*

LE IMPRESE DI PESCA E ACQUACOLTURA NEL TERRITORIO DEL FLAG ALTO TIRRENO TOSCANO

SOCIETÀ	CITTADELLA DELLA PESCA O.P. SOCIETÀ COOPERATIVA
INDIRIZZO SEDE LEGALE	VIA PAOLO SAVI, 286 - VIAREGGIO
INDIRIZZO SEDE OPERATIVA	NUOVO MERCATO ITTICO - VIAREGGIO
SITO WEB	www.cittadellapescaop.com
E-MAIL	cittadellapesca@gmail.com
PERSONA DI RIFERIMENTO	ALESSANDRA MALFATTI, PRESIDENTE

PROFILO AZIENDALE

ANNO DI FONDAZIONE: 2015

SETTORE OPERATIVO:

- PESCA
- ALLEVAMENTO PRODOTTI ITTICI
- COMMERCIALIZZAZIONE PRODOTTI ITTICI
- TRASFORMAZIONE PRODOTTI ITTICI
- ALTRO

NUMERO DIPENDENTI:

- < DI 5
- DA 5 A 25
- > 25

NUMERO SOCI E/O
COOPERATIVE ASSOCIATE:

- < DI 5
 - DA 5 A 25
 - > 25
- FATTURATO (EURO):
- <500.000
 - DA 500.000 A 2.000.000
 - >2.000.000

La Cittadella della Pesca Organizzazione di Produttori Società Cooperativa è stata riconosciuta O.P. nel 2015 e rappresenta la quasi totalità della marinera viareggina. Raccoglie infatti, 14 soci conferenti e 62 motopescherecci, nonché le cooperative di pesca presenti sul territorio del Comune di Viareggio e le principali organizzazioni di categoria (LegaCoop, Confcooperative, UE Coop).

Tra i suoi obiettivi primari ci sono quelli di curare la fase di lavorazione, trasformazione, commercializzazione e promozione del pescato locale.

L’O.P. opera in sinergia con tutte le realtà coinvolte a diverso titolo nel settore della pesca e nello sviluppo del porto viareggino, compresa la gestione delle infrastrutture portuali a servizio della marinera, grazie all’avvio di un percorso strutturato di continuo e proficuo confronto con i principali interlocutori istituzionali (Comune, Regione, Capitaneria di Porto) che ha portato alla definizione di progettualità complesse con obiettivi di medio e lungo periodo.

Solo un’adeguata tutela dell’ecosistema marino, un attento utilizzo delle risorse naturali, orientato alla diversificazione del loro consumo, e l’affiancamento di iniziative imprenditoriali a basso impatto sull’ecosistema (la trasformazione di specie ittiche meno commercializzate, l’ittiturismo, il pescaturismo, le attività turistico-ricreative, i percorsi di educazione ambientale, ecc.), possono consentire in futuro di mantenere nel settore della pesca professionale gli attuali livelli occupazionali.

Questa visione strategica ha portato all’adozione di un complesso di iniziative innovative articolate in un progetto di ampio respiro che parte dalla gestione dei “luoghi della pesca”, con il nuovo Mercato Ittico, per arrivare alla ridefinizione dei meccanismi e dei canali di valorizzazione e commercializzazione del prodotto (Trabaccolo Express – Facebook @trabaccolosexpress) fino alla diversificazione delle attività dei pescatori e alla realizzazione di progettualità che abbiano alla base la promozione del prodotto ittico locale e la sua distribuzione sul territorio regionale e nazionale.

In questa ottica la Cittadella della Pesca O.P. ha realizzato un laboratorio per la pulizia, sfilettatura, trasformazione e confezionamento del pesce (in particolare di alcune specie di “pesce dimenticato” come il cefalo, il sugarello e la razza), per creare una linea di prodotti ottimi e sostenibili da inserire nei menù scolastici. I progetti fatti per la promozione di questi prodotti hanno trovato, tra le bambine e i bambini delle scuole, un gradimento molto elevato e pochissimo spreco.

La Cittadella è capofila e motore di tutte le iniziative del Progetto “Dal Mare al Fiume”. Infatti, grazie alle sue competenze ed esperienza, ha rappresentato il punto centrale ed il collante tra le realtà che si muovono nel campo della pesca e dell’acquacoltura del territorio del Flag Alto Tirreno Toscano, fornendo la spinta per fare rete tra il settore della produzione primaria e quello del turismo presente sul territorio.



“Pescare oggi, pensando al domani”

SOCIETÀ	MARE NOSTRUM SOC. COOP.
INDIRIZZO SEDE LEGALE	P/LE DON SIRIO POLITI, 1 - VIAREGGIO
INDIRIZZO SEDE OPERATIVA	
TEL	330400339
SITO WEB	www.pescato.net
E-MAIL	acamporameil@libero.it
PERSONA DI RIFERIMENTO	MAURIZIO ACAMPORA, PRESIDENTE

PROFILO AZIENDALE

ANNO DI FONDAZIONE: 1997

SETTORE OPERATIVO:

- PESCA
- ALLEVAMENTO PRODOTTI ITTICI
- COMMERCIALIZZAZIONE PRODOTTI ITTICI
- TRASFORMAZIONE PRODOTTI ITTICI
- ALTRO

NUMERO DIPENDENTI:

- < DI 5
- DA 5 A 25
- > 25

Nata nel 1997, Mare Nostrum Soc. Coop. opera con una flotta composta da più di 20 imbarcazioni, da Viareggio sino a Carrara (MS), spingendosi a sud fino a Piombino (LI). Tutti i motopescherecci utilizzano reti da posta, nasse e rastrelli da natante secondo i metodi tradizionali e non invasivi, rispettando la fauna marina, il suo habitat e i normali ritmi riproduttivi delle specie.

La cooperativa commercializza direttamente il prodotto pescato nei propri banchi di vendita, dove i pescatori e le loro famiglie consigliano direttamente i compratori su come pulire e preparare il pesce acquistato per esaltarne ancora di più il sapore e la freschezza.

Mare Nostrum Soc. Coop. ha fin da subito indirizzato l'attenzione alla promozione di specie meno conosciute come il cefalo, la salpa e la razza stellata. Queste specie dal basso valore commerciale e poco richieste, se ben presentate e sapute trattare, possono invece rivelarsi una valida alternativa al pesce più conosciuto. Per questo sono state avviate collaborazioni con i Gruppi di Acquisto Solidali di tutta la Toscana e la cooperativa si è fatta promotrice di numerosi progetti indirizzati ai più giovani, insieme a percorsi di educazione ambientale e pesca sostenibile.

Inoltre la cooperativa Mare Nostrum, in collaborazione con la Cittadella della Pesca O.P. di cui è socia, ha messo a punto un processo innovativo per la preparazione del pescato, sottoposto a brevetto industriale, che agisce su tre elementi (temperatura, umidità e ossigeno) consentendo al pro-

dotto di mantenere per molte settimane caratteristiche organolettiche pari al fresco.

Nel 2020, sfruttando il meglio che il periodo poteva offrire, la cooperativa ha creato una piattaforma di e-commerce (www.pescato.net) per portare il pesce fresco dalla rete alla tavola dei clienti, con consegne a domicilio e possibilità di ordinare e acquistare comodamente on-line.

TROTICOLTURA TOSCANA

Tresana (MS)



“Dal 1960 coltiviamo la passione per la trota, e lo facciamo grazie ad un ambiente favorevole, un clima adatto e soprattutto alla qualità delle acque che alimentano i nostri impianti”

SOCIETÀ	TROTICOLTURA TOSCANA DI PASQUALI ALESSANDRO
INDIRIZZO SEDE LEGALE	LOC. PONTE - TRESANA (MS)
INDIRIZZO SEDE OPERATIVA	LOC. PONTEBOSIO - LICCIANA NARDI (MS)
TEL	0187471112
SITO WEB	Facebook: @TroticolturaToscana
E-MAIL	f.maracci@troticolturatoscana.it
PERSONA DI RIFERIMENTO	FABIO MARACCI, RESPONSABILE COMUNICAZIONE

PROFILO AZIENDALE

ANNO DI FONDAZIONE: 1960

SETTORE OPERATIVO:

- PESCA
- ALLEVAMENTO PRODOTTI ITTICI
- COMMERCIALIZZAZIONE PRODOTTI ITTICI
- TRASFORMAZIONE PRODOTTI ITTICI
- ALTRO

NUMERO DIPENDENTI:

- < DI 5
- DA 5 A 25
- >25

NUMERO SOCI E/O COOPERATIVE ASSOCIATE:

- < DI 5
- DA 5 A 25
- > 25

FATTURATO (EURO):

- <500.000
- DA 500.000 A 2.000.000
- >2.000.000

Le acque dei fiumi dove si trovano gli impianti della Troticoltura Toscana (Tresana, Licciana Nardi, Mullazzo (MS); Palanzano (PR)); hanno caratteristiche chimico-fisiche che ben si addicono all'allevamento della trota: le valli dove sorgono gli impianti hanno ottenuto dalla Comunità Europea l'ambito riconoscimento di Area Indenne da 2 malattie infettive che colpiscono la fauna ittica (VHS e IHN). Si tratta di un riconoscimento molto importante che solo poche aree d'Europa possono vantare; ne consegue un prodotto di eccellente qualità, molto apprezzato nel territorio nazionale e anche oltre confine.

Sin dagli albori la Tropicoltura Toscana ha adottato le migliori tecniche di allevamento, gestendo l'intero ciclo di produzione, dalla schiusa delle uova alla trasformazione, grazie al centro di lavorazione di Licciana Nardi (MS), controllando minuziosamente la tracciabilità di ogni singola materia prima utilizzata.

Le trote crescono lentamente come in natura e senza stress. L'acqua buona, mangimi sani e il clima adatto donano una carne compatta, magra e ricca di omega 3. Appena pescate le trote vengono immediatamente incassettate e messe sotto ghiaccio per poter essere vendute intere. In alternativa, i pesci vengono lavorati per essere venduti già puliti (eviscerati o filettati) per avere un prodotto fresco tradizionale, già pronto da cucinare o da consumare direttamente, come il carpaccio, dal gusto particolarmente delicato. Le trote appena pescate dalle vasche possono anche venire salate a mano con metodo a secco per mantenere intatta la consistenza delle carni e successivamente affumicate. L'affumicatura con le scaglie di legno di faggio delle valli circostanti conferisce ai filetti un aroma delicato e leggermente dolce, ma non privo del carattere tipico della Lunigiana. I filetti sono poi conservati sottovuoto senza aggiunta di conservanti, additivi chimici o coloranti.

Tutti i prodotti, dal fresco ai trasformati, sono monitorati lungo tutta la filiera, secondo una tracciabilità "from farm to fork", cioè dall'allevamento al piatto, e sottoposti ai sistemi di controllo pubblici e privati.

ALTA MAREA SOC. COOP.

Marina di Carrara (MS)

"Facendo rete, possiamo costituire un presidio di fondamentale importanza, per garantire tracciabilità, qualità e redditività al settore della pesca toscana"



SOCIETÀ	ALTA MAREA SOC. COOP. a R.L.
INDIRIZZO SEDE LEGALE	VIA CRISTOFORO COLOMBO SNC - MARINA DI CARRARA (MS)
INDIRIZZO SEDE OPERATIVA	
TEL	3331952121
SITO WEB	
E-MAIL	altamareapesca@gmail.com
PERSONA DI RIFERIMENTO	ANGELO BATTI, PRESIDENTE

PROFILO AZIENDALE

ANNO DI FONDAZIONE: 2019
SETTORE OPERATIVO:
 PESCA
 ALLEVAMENTO PRODOTTI ITTICI
 COMMERCIALIZZAZIONE PRODOTTI ITTICI
 TRASFORMAZIONE PRODOTTI ITTICI
 ALTRO

NUMERO DIPENDENTI:
 < DI 5
 DA 5 A 25
 >25

NUMERO SOCI E/O COOPERATIVE ASSOCIATE:

< DI 5
 DA 5 A 25
 > 25

FATTURATO (EURO):
 <500.000
 DA 500.000 A 2.000.000
 >2.000.000

Nove soci fondatori (8 uomini e una donna, tutti pescatori professionali) e una flottiglia che dalle 6 imbarcazioni iniziali è passata in meno di due anni a 9 imbarcazioni e in cui le "quote rosa" sono sempre più importanti e rappresentate (da 1 a 4).

Nell'Area pescatori del Porto di Marina di Carrara è presente dal 2019 una cooperativa di produzione e lavoro, la "Alta Marea soc. coop. a r.l.", che raggruppa una parte importante della mariniera locale. Alta Marea dall'anno della sua fondazione ha portato avanti l'obiettivo di creare un polo della pesca ben strutturato, lavorando in sinergia con enti locali e istituzioni (Autorità Portuale e Capitaneria di Porto), sviluppando la commercializzazione del pesce "a miglio zero" e il legame con tutte le attività legate al settore turistico.

La vocazione alla tutela della risorsa ittica e dell'ambiente marino, ha portato la cooperativa a progettualità in grado di avvicinare i giovani alla pesca, con attività laboratoriali e collaborazioni con Istituti scolastici della zona. Inoltre tra i progetti della cooperativa ci sono quelli della valorizzazione del pesce "povero" o dimenticato, attraverso vari sistemi che vanno da campagne di sensibilizzazione dirette ai consumatori, alla trasformazione (pulizia e sfillettatura) del pescato, fino alla consegna a domicilio del prodotto.

La cooperativa, costituita da imbarcazioni della piccola pesca artigianale, ha fatto dell'attenzione all'ambiente e della pulizia del mare un punto imprescindibile della propria attività produttiva. Nel proprio punto vendita, a fianco delle imbarcazioni da pesca, è stata realizzata una balena in ferro, in grado di raccogliere i rifiuti che i pescatori trovano nelle reti giornalmente in mare, un esempio di sinergia positiva tra sfruttamento della risorsa ittica e tutela dell'ambiente marino.

AZIENDA AGROITTICA FRATELLI GIOVANNETTI S.S.

Ponte a Bussato (LU)



"Dagli anni '70, l'esperienza che diventa qualità"

SOCIETÀ	AZIENDA AGROITTICA FRATELLI GIOVANNETTI S.S.
INDIRIZZO SEDE LEGALE	LOC PONTE A BUSSATO - FRAZIONE TEREGLIO COMUNE COREGLIA ANTELMINELLI (LU)
INDIRIZZO SEDE OPERATIVA	
TEL	0583762171
SITO WEB	www.itticagiovanetti.it
E-MAIL	info@itticagiovanetti.it
PERSONA DI RIFERIMENTO	ANSELMO ROBERTO GIOVANNETTI, LEGALE RAPPRESENTANTE

PROFILO AZIENDALE

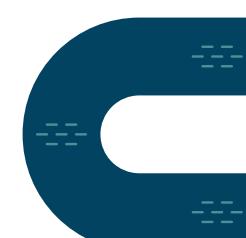
ANNO DI FONDAZIONE: 1969
SETTORE OPERATIVO:
 PESCA
 ALLEVAMENTO PRODOTTI ITTICI
 COMMERCIALIZZAZIONE PRODOTTI ITTICI
 TRASFORMAZIONE PRODOTTI ITTICI
 ALTRO

NUMERO DIPENDENTI:
 < DI 5
 DA 5 A 25
 >25

NUMERO SOCI E/O COOPERATIVE ASSOCIATE:

< DI 5
 DA 5 A 25
 >25

FATTURATO (EURO):
 <500.000
 DA 500.000 A 2.000.000
 >2.000.000



Dal 1969, la famiglia Giovannetti gestisce a Ponte a Bussato, in Garfagnana, uno storico allevamento di trote. L'acqua del Torrente Fegana, che dà il nome alla valle omonima, scende dall'Orrido di Botri, verso il fiume Serchio e alimenta le vasche, permettendo agli animali di nuotare in un ambiente con acque di estrema qualità.

Ad oggi l'impianto occupa una superficie di 5000 m² ed è specializzato nell'allevamento di trote iridee.

Le trote crescono lentamente, come in natura, secondo i ritmi del clima montano. Per questo sono sane e la loro carne è buona, magra, tenera, compatta e ricca di preziosi Omega 3.

Il prodotto viene commercializzato per il ripopolamento dei laghetti di pesca sportiva e per l'alimentazione, attraverso la commercializzazione alla GDO della zona.

TROTICOLTURA DAMIANI NINO SOC. AGR. S.S.

Fivizzano (MS)



“Una tradizione di famiglia”

SOCIETÀ	TROTICOLTURA DAMIANI NINO SOC. AGR. S.S.
INDIRIZZO SEDE LEGALE	LOC. CARIGGIO DI MONZONE – 54013 FIVIZZANO (MS)
INDIRIZZO SEDE OPERATIVA	N° 3 ALLEVAMENTI: LOC. TOFO – LOC. S. LUCIA – LOC. CARIGGIO (MS)
TEL	058597400
SITO WEB	
E-MAIL	troticolturadamiani@gmail.com
PERSONA DI RIFERIMENTO	GIULIA DAMIANI, LEGALE RAPPRESENTANTE

PROFILO AZIENDALE

ANNO DI FONDAZIONE: 1960

SETTORE OPERATIVO:

PESCA

ALLEVAMENTO PRODOTTI ITTICI

COMMERCIALIZZAZIONE PRODOTTI ITTICI

TRASFORMAZIONE PRODOTTI ITTICI

ALTRO

NUMERO DIPENDENTI:

< DI 5

DA 5 A 25

>25

L'Azienda nata nei primi anni '60 dalla volontà di Ninetto Damiani, è divenuta negli anni un punto di riferimento in Lunigiana per quanto riguarda il settore dell'allevamento di trote. L'azienda si trova nella Valle del Lucido ed ha un impianto a ciclo completo: spremitura delle uova, riproduzione, incubazione, maturazione e ingrasso.

16

Oggi l'impresa è portata avanti dai figli, dal genero e dai nipoti di Nino ed è composta da 3 allevamenti distinti (Loc. Tofo, Loc. S. Lucia e Loc. Cariggio) ma considerati complementari tra loro, in quanto in ognuno di essi avviene una fase specifica dell'allevamento. Tutti gli impianti sono situati in una zona riconosciuta "indenne" da malattie virali e quindi accreditata a livello europeo per l'immissione di pesci in acque pubbliche. La produzione annuale si aggira intorno ai 1.600 quintali.

La Troticoltura Damiani Nino alleva trote iridee, trote fario e salmerini di fonte, destinati prevalentemente a laghi di pesca sportiva, a riserve di pesca e ad Associazioni e Enti che svolgono ripopolamenti di torrenti e fiumi. Inoltre, viene effettuata la vendita diretta in Azienda.

La qualità del prodotto è ottima, garantita dalla salubrità delle acque e dalla cura e attenzione in tutte le diverse fasi dell'allevamento.

ALLEVAMENTO ITTICO GRASSI FABIANO

Camporgiano (LU)



“Dal fiume, un prodotto di qualità”

SOCIETÀ	ALLEVAMENTO ITTICO GRASSI FABIANO DI ACCORSINI MARIA TERESA & C. SOCIETÀ AGRICOLA S.A.S.
INDIRIZZO SEDE LEGALE	VIA F. VECCHIACCHI N. 9 – FR. FILICAIA 55030 CAMPORGIANO (LU)
INDIRIZZO SEDE OPERATIVA	FERRIERA DI CAREGGINE (LU) e LOC. CASETTA – VILLA COLLEMANDINA (LU)
TEL	0583612025
SITO WEB	
E-MAIL	all.itticograssif@libero.it
PERSONA DI RIFERIMENTO	ACCORSINI MARIA TERESA, LEGALE RAPPRESENTANTE

PROFILO AZIENDALE

ANNO DI FONDAZIONE: 1930

SETTORE OPERATIVO:

PESCA

ALLEVAMENTO PRODOTTI ITTICI

COMMERCIALIZZAZIONE PRODOTTI ITTICI

TRASFORMAZIONE PRODOTTI ITTICI

ALTRO

NUMERO DIPENDENTI:

< DI 5

DA 5 A 25

>25

L'allevamento ittico Grassi Fabiano, avviato nel 1930, in questi ultimi dieci anni ha organizzato l'impianto su due nuovi siti, uno in Loc. Ferriera di Careggine e l'altro a Villa Collemandina in Loc.

17

Cassetta. I due impianti hanno una superficie occupata da vasche di circa un ettaro e la produzione annuale si attesta sui 400 quintali.

Negli impianti viene portato avanti il ciclo completo di allevamento, dalle uova agli avannotti, fino alle trote adulte di varie pezzature. Vengono allevate sia la trota fario che la trota iridea, anche se quest'ultima rappresenta solo il 5% dell'intera produzione.

La zona in cui sono posizionati gli impianti eccelle per la qualità delle acque che rende il prodotto allevato privo da ogni acquisizione di sapori dovuti ad acque contaminate. Inoltre, altro punto di forza è stato il riconoscimento da parte della Comunità Europea della zona come Area Indenne da 2 malattie infettive che colpiscono la fauna ittica (VHS e IHN).

Il prodotto allevato è destinato ai laghetti di pesca sportiva, anche se l'azienda ha intenzione di promuovere maggiormente il prodotto per fare in modo che possa arrivare nelle mense scolastiche, ospedaliere e aziendali della zona.

FROLA SOC. COOP. AGRICOLA

Villa Soraggio (LU)

“Un'impresa al servizio della riqualificazione di un territorio”



Società Cooperativa
Allevamento Ittico
Villa Soraggio 55030 Sillano (LU)
tel. e fax 0583614110

SOCIETÀ	FROLA SOC. COOP. AGRICOLA
INDIRIZZO SEDE LEGALE	VIA S. MARTINO, 34, 55030 VILLA SORAGGIO (LU)
INDIRIZZO SEDE OPERATIVA	
TEL	0583614110
SITO WEB	www.pro-sillano.it
E-MAIL	info@antoniosacchini.it
PERSONA DI RIFERIMENTO	SACCHINI ANTONIO, RESPONSABILE COMUNICAZIONE

PROFILO AZIENDALE

ANNO DI FONDAZIONE: 1973

SETTORE OPERATIVO:

- PESCA
- ALLEVAMENTO PRODOTTI ITTICI
- COMMERCIALIZZAZIONE PRODOTTI ITTICI
- TRASFORMAZIONE PRODOTTI ITTICI
- ALTRO

NUMERO DIPENDENTI:

- < DI 5
- DA 5 A 25
- > 25

NUMERO SOCI E/O COOPERATIVE ASSOCIATE:

< DI 5

DA 5 A 25

> 25

FATTURATO (EURO):

<500.000

DA 500.000 A 2.000.000

> 2.000.000

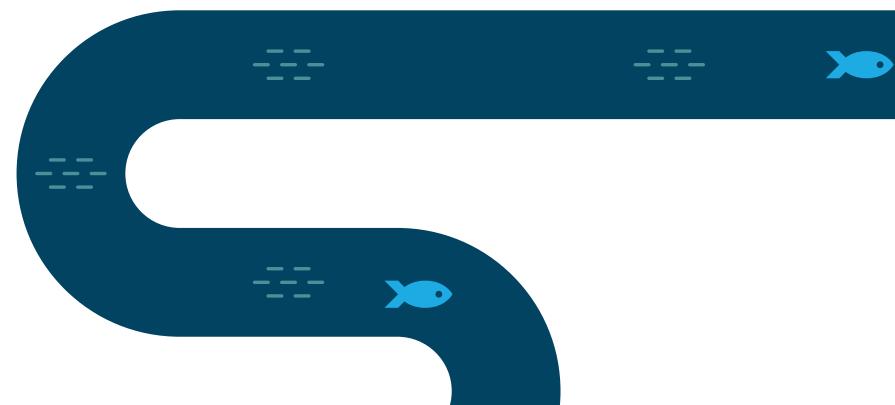
Frola Soc. Coop. Agricola nasce nel 1973 su richiesta di alcuni agricoltori del Comune di Sillano per necessità economiche e per tentare un utilizzo più remunerativo dei terreni.

L'attività è iniziata con la coltivazione di fragoline di bosco attraverso il reperimento di piantine dalle tagliate boschive e la messa a dimora su terreni montani oltre i 1000 m s.l.m.

In seguito la cooperativa è passata alla gestione di un impianto ittico e negli ultimi anni ha ripreso anche la raccolta delle castagne (certificando i castagneti per la D.O.P.), producendo in un mulino ad acqua un'ottima “farina di castagne” (farina dolce D.O.P.), la coltivazione della patata di montagna e la produzione di miele di montagna (castagno - erica - acacia).

L'allevamento ittico, che produce sia trote iridee che trota fario, si estende su una superficie di circa 4000 m² e si può definire a ciclo chiuso poiché l'allevamento è dotato del proprio parco riproduttore con il quale è in grado di poter produrre gli avannotti per il proprio fabbisogno.

La salubrità delle acque presenti nell'impianto e la cura del personale, garantiscono un prodotto di ottima qualità che viene commercializzato direttamente nel punto vendita della cooperativa o venduto per il ripopolamento di laghetti di pesca.



LE SPECIE ITTICHE DEL FLAG ALTO TIRRENO TOSCANO

Razza stellata

Raja asterias Delaroche, 1809

Classe: Elasmobranchii

Ordine: Rajiformes

Famiglia: Rajidae

Nomi dialettali italiani:

Toscana: Razza armata

Veneto: Baracola bianca

Campania: Raja d'arena

Lazio: Arzilla

Sardegna: Scritta

Inglese: Starry ray

Francese: Raie étoilée

Spagnolo: Raya estrellada



Caratteristiche generali: questa specie presenta il corpo depresso in senso dorso-ventrale, distinto in un disco e una coda molto allungata. Il disco è più largo che lungo con margini sinuosi. Il ventre è completamente liscio e chiaro, mentre il dorso è ruvido di colore bruno-giallastro, costellato di macchiette chiare asimmetriche e punti nerastri. Presenta una fila mediana di 50-60 piccole spine che dal muso si spingono lungo la coda fino alla prima pinna dorsale. La bocca, le narici (utilizzate per captare odori e non per respirare) e le 5 paia di aperture branchiali sono posizionate ventralmente, mentre gli occhi, gli spiracoli e gli organi di senso sono sempre dorsali. La bocca presenta diverse file di denti, differenti nei due sessi: nelle femmine sono ottusi, mentre nei maschi sono appuntiti e rivolti verso l'interno. Raggiunge gli 80 cm di lunghezza totale.

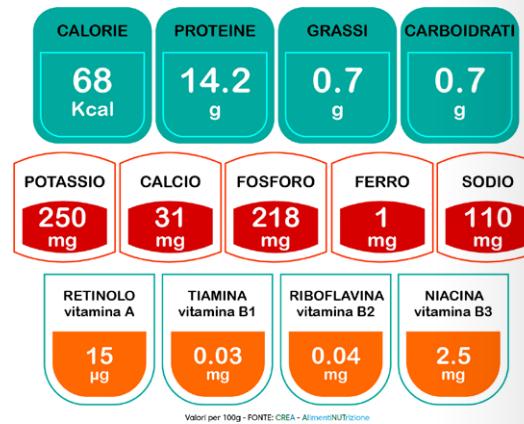
Habitat e distribuzione geografica: la razza stellata frequenta i fondali sabbiosi da 2 a 200 m di profondità, ma è più comune tra i 20 e 50 m. Vive per lo più infossata nella sabbia o nel detrito fine, essendo una specie altamente mimetica. È distribuita in tutto il Mediterraneo, anche se è meno comune nella parte orientale.

Biologia ed ecologia: la riproduzione è ovipara. L'accoppiamento avviene in primavera e autunno a profondità di circa 25 m. La taglia di prima maturità è 56 cm per le femmine e 52 cm per i maschi. Le capsule, costituite da un guscio corneo nero-marrone molto resistente, presentano una forma tale da garantire l'attacco a substrati rigidi (rami, coralli, ecc) in modo che il moto ondoso non le allontani troppo dal luogo di deposizione. La femmina depone da 30 a 100 capsule, lunghe 6-7 cm e larghe 3 cm. Lo sviluppo embrionale dura 5-6 mesi.

Si nutre di pesci, crostacei, molluschi e altri invertebrati bentonici.

Pesca e consumo: la razza stellata viene pescata regolarmente, come specie accessoria, dalla pesca a strascico e dalla pesca artigianale con reti da posta. Rappresenta la seconda specie bersaglio della pesca con i rapidi. La sua carne, magra ed altamente digeribile, richiede però, un periodo di

frollatura in congelatore per ammorbidente la consistenza. A volte le razze, ma più in generale gli squali, possono emanare un odore non proprio gradevole; la loro carne contiene, infatti, urea, il cui compito è controbilanciare la perdita di fluidi dovuta ad un processo di osmosi. Con la morte l'urea viene trasformata in ammoniaca, responsabile del cattivo odore che svanisce semplicemente con la cottura. La parte edibile della razza è piuttosto bassa, aggirandosi intorno al 32%; infatti la porzione scheletrica cartilaginea è molto abbondante soprattutto in corrispondenza delle pinne pettorali.



La Ricetta

Razza con insalata di puntarelle e mandarino (Ingredienti per 4 persone)

Ali di razza pulite 700-800 g
 Puntarelle pulite 300 g
 Mandarini biologici 3
 Olio EVO q.b.
 Sale a scaglie q.b.
 Aceto di mele q.b.
 Pepe fresco q.b.

Togliere le cartilagini dalle ali di razza ricavando dei filetti.

In una padella molto calda, senza condimenti, appoggiare i filetti e cuocere prima da una parte e poi dall'altra: il tempo di cottura dovrebbe essere di 5-10 minuti, fino a che non si raggiunge una leggera caramellizzazione dei due lati. Adagiare il filetto su un piatto e ricoprire bene con una pellicola trasparente per ultimare la cottura. Nel frattempo, dopo aver pulito bene le puntarelle e averle tagliate a listarelle, lasciarle nell'acqua per eliminare l'amaro.

Scolare le puntarelle e asciugarle bene su un foglio di carta assorbente. Metterle in una ciotola e aggiungere le zeste dei mandarini (basteranno quelle di un mandarino). Condire con olio EVO, scaglie di sale e un po' di aceto di mele. Prendere i tre mandarini e tagliare gli spicchi a pezzetti, raccogliendo tutto in una ciotola assieme al succo fuoriuscito durante il taglio.

Nel piatto di portata adagiare un po' di insalata di puntarelle, poi mettere un filetto di razza tolto dal piatto con la pellicola in cui ha terminato la cottura, aggiungere dei pezzetti di polpa di mandarino e una macinata di pepe fresco. Raccogliere i succhi rilasciati dalla razza durante la fase finale della cottura e mescolarli al succo del mandarino raccolto nella ciotola con i pezzetti di polpa. Emulsionare e metterne un cucchiaino sopra ogni piatto.

Chef MAURIZIO MARSILI di PESCE BRIACO - LUCCA

Cefalo comune

Mugil cephalus Linnaeus, 1758

Classe: Actinopterygii

Ordine: Mugiliformes

Famiglia: Mugilidae

Nomi dialettali italiani:

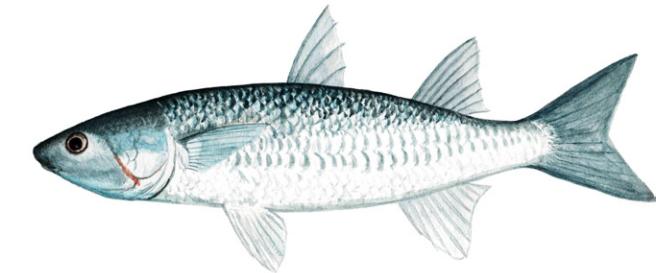
Toscana: Muggine

Veneto: Botolo

Campania: Capozzo

Sicilia: Mulettu

Marche: Mugella



Inglese: Flathead grey mullet

Francese: Mulet à grosse tête

Spagnolo: Mujol

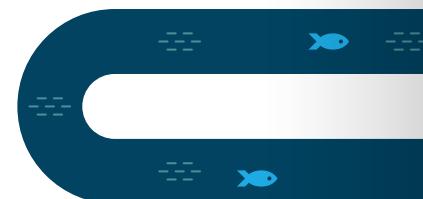
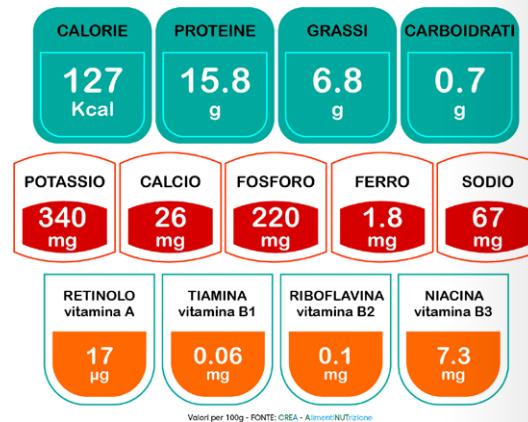
Caratteristiche generali: il cefalo comune è la specie più diffusa tra la famiglia dei Mugilidae, che comprende un totale di 20 generi e 70 specie. Si presenta con corpo quasi cilindrico, grandi scaglie, due pinne dorsali separate ed inserite a metà del dorso, pinne ventrali poco più indietro delle pettorali, bocca e denti piccoli. Il colore è grigio-azzurro nella parte superiore, biancastro sul ventre con striature nere. Si riconosce facilmente dagli altri Mugilidi per la testa larga e massiccia e per la membrana trasparente adiposa che copre l'occhio, due caratteri assolutamente tipici della specie.

Habitat e distribuzione geografica: è una specie cosmopolita che vive nelle acque costiere della maggior parte delle zone tropicali e temperate. Nelle aree occidentali dell'Oceano Atlantico la sua presenza è stata riscontrata un po' ovunque, dalle acque della Nuova Scozia fino a quelle del Brasile, compreso il Golfo del Messico. Nelle zone orientali dell'Atlantico, il cefalo è presente dalle acque francesi fino a quelle del Sud Africa ed è comune anche nel Mar Mediterraneo e nel Mar Nero.

In Italia è presente nelle acque marine costiere, negli estuari e nelle lagune. Assai adattabile per quanto riguarda le variazioni della salinità e della temperatura delle acque, frequenta l'ambiente marino costiero fino a circa 200 metri di profondità e le acque interne costiere con fondali ricchi di vegetazione. Per brevi tratti risale anche il corso dei fiumi.

Biologia ed ecologia: conduce vita gregaria in piccoli gruppi. È onnivoro e si ciba di particelle organiche e inorganiche, microalghe, plancton, piccoli crostacei, molluschi e larve di insetti. Si riproduce in mare e gli avannotti si accrescono nelle acque interne costiere, dove trovano elevata disponibilità alimentare e quindi condizioni ottimali per il loro sviluppo. Ogni femmina produce un numero di uova variabile da 100.000 a 300.000 per kg di peso vivo. Gli avannotti alla nascita sono lunghi appena 2,5 mm. Le dimensioni massime di un adulto possono raggiungere 80 cm di lunghezza per circa 4,5 kg di peso.

Pesca e consumo: la pesca professionale avviene principalmente con reti da posta, nasce ed altre tipologie di trappole. È uno dei pesci che più di frequente vengono pescati ed allevati nelle lagune costiere e nelle valli di pesca. Si pesca tutto l'anno, ma in particolare nei mesi primaverili (aprile e maggio). In Italia il muggine ha un discreto interesse commerciale. Tuttavia il sapore delle carni è influenzato dalla zona di provenienza. Si trova facilmente al supermercato e nelle pescherie venduto come fresco, salato o affumicato. Il ceffalo è un pesce semigrasso, che si presta a diverse ricette, in particolar modo è ottimo cucinato arrosto, al cartoccio o sulla brace. Le ovaie, salate e seccate, vengono usate per preparare la "bottarga", ottima per realizzare tartine o per condire la pasta.



La Ricetta

Cefalo marinato (Ingredienti per 4 persone)

Filetto di cefalo 700-800 g

Zucchero 500 g

Sale fino 150 g

Olio EVO q.b.

Pepe fresco q.b.

Buccia di un'arancia o di un limone

Creare un composto con il sale e lo zucchero (le proporzioni devono essere 70% di zucchero e 30% di sale). Mescolare bene e aggiungere buccia di arancia o di limone. Mettere un sottile strato del composto in una pirofila con i bordi di almeno 3-4 cm. Adagiare i filetti di cefalo sullo strato di sale e zucchero e aggiungere, se piace, il pepe. Ricoprire il tutto con il resto del composto e lasciare riposare per 30-40 minuti. Trascorso il tempo indicato, prendere i filetti e passarli sotto acqua corrente e asciugarli bene. A questo punto, se i filetti erano stati abbattuti prima, possono essere fatti a fette sottili e conditi con olio EVO e mangiati crudi. Se sono freschi, vanno passati in padella o su una griglia ben caldi per pochi minuti e conditi sempre con olio EVO.

FRANCESCO ACAMPORA di MARE NOSTRUM SOC. COOP. - VIAREGGIO (LU)

Trota iridea

Oncorhynchus mykiss (Walbaum, 1792)

Classe: Actinopterygii

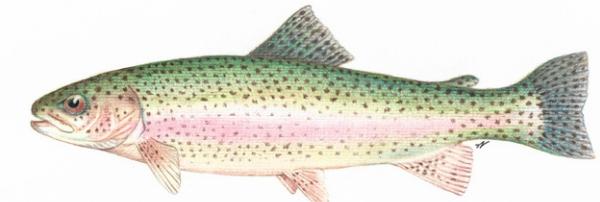
Ordine: Salmoniformes

Famiglia: Salmonidae

Inglese: Rainbow trout

Francese: Truite arc-en-ciel

Spagnolo: Trucha arcoíris



Caratteristiche generali: la morfologia della trota iridea assomiglia molto a quella della trota fario, da cui si distingue principalmente per la livrea. Il corpo è affusolato e leggermente compresso lateralmente, con muso ottuso e bocca ampia. La pinna caudale ha un'intaccatura centrale a differenza della trota fario che ha la pinna tronca. La colorazione di fondo è verdastra sul dorso e bianca sul ventre con un'ampia fascia longitudinale rosea o violacea più o meno visibile sui fianchi. Tutto il corpo comprese le pinne dorsale e caudale sono punteggiati di nero.

Non c'è in questa specie un particolare dimorfismo sessuale tra maschi e femmine. Durante il periodo di frega (riproduzione), nei maschi la mascella acquista una forma ad uncino e la livrea diviene solitamente più accesa.

Habitat e distribuzione geografica: la specie selvaggia è distribuita nel versante pacifico dell'America settentrionale fino al nord del Messico e nelle coste asiatiche del Pacifico tra la Kamčatka e il basso corso dell'Amur. Successivamente è stata introdotta in tutta Europa ma ha stabilito solo poche popolazioni in grado di riprodursi e dunque indipendenti dall'apporto di individui di allevamento. Queste popolazioni naturalizzate sono presenti nei torrenti alpini di Slovenia, Svizzera e Austria, nel bacino del fiume Serchio in Toscana e nella parte alta del torrente Savena, in provincia di Bologna e Firenze, dove hanno trovato buone condizioni per la riproduzione.

La trota iridea vive in torrenti e laghi montani con acque fredde e ossigenate. È stata però introdotta in ambienti anche non ottimali e può essere trovata dappertutto tranne che in stagni poco ossigenati con temperatura dell'acqua che supera i 25° in estate.

Biologia ed ecologia: Il periodo riproduttivo avviene in primavera quando gli esemplari adulti delle popolazioni anadrome cominciano in inverno la migrazione dalle coste oceaniche verso le sorgenti dei fiumi mentre le varietà stanziali si limitano ad effettuare spostamenti all'interno dei bacini fluviali. La deposizione avviene sui letti ghiaiosi dei torrenti montani. La femmina scava una depressione poco profonda sul fondale e vi depone le uova. Dopo la fecondazione da parte del maschio, la madre ricopre la covata con la ghiaia del substrato. Non esistono cure parentali. Ogni femmina può deporre fino a 2000 uova per kg di peso. Le uova di colore variabile dal rosa salmone all'arancio, e con diametro di circa 3 - 5 mm rimangono in incubazione da 30 a 60 giorni. Gli avannotti crescono velocemente e, in ambiente naturale, sono presto in grado di alimentarsi autonomamente.

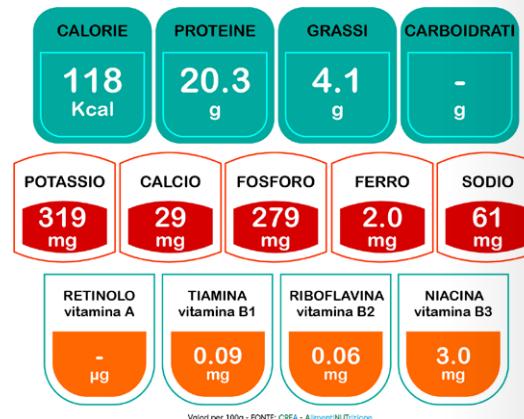
Le trote iridee si differenziano dalle trote fario per la minore tendenza ad intanarsi, per il comportamento meno sospettoso e per la composizione della dieta. La dieta della trota iridea è costituita, infatti, prevalentemente da invertebrati e pesci, anche se talvolta gli individui più grandi possono

catturare piccoli vertebrati come anfibi. Gli avannotti si alimentano di plancton e microinvertebrati.

Può raggiungere 120 cm di lunghezza totale e i 25 kg di peso.

Allevamento e consumo: la triticolatura in Toscana ha radici antiche. Insieme alla trota fario, specie autoctona e storicamente presente nei corsi d'acqua toscani, si alleva anche questa specie alloctona e originaria dell'America settentrionale. In generale, in Italia la trota iridea è il pesce maggiormente impiegato in acquacoltura, adattandosi meglio di altre specie di trota ad acque più calde e meno ossigenate e avendo una buona capacità di accrescimento. La trota iridea, inoltre, è una preda ambita dai pescatori sportivi e viene largamente introdotto in appositi bacini per la pesca ricreativa.

Le carni della trota iridea sono apprezzate sia per il loro sapore delicato sia da un punto di vista nutrizionale. Infatti, pur essendo ricche di grassi, tra questi sono particolarmente abbondanti gli Omega 3, ritenuti utili per contenere l'ipercolesterolemia. Sono adatte per varie preparazioni, e in particolare vengono consumate lessate, alla griglia o arrostito.



La Ricetta

Gnocchetti di Farina di Castagna DOP della Lunigiana alla salsa di trota affumicata con crema di parmigiano al basilico (Ingredienti per 4 persone)

*Ingredienti per gli Gnocchetti
di Farina di Castagna DOP della Lunigiana*

Farina di castagna DOP della Lunigiana 100 g
Patate 500 g
Farina 00 70 g
1 uovo

*Ingredienti per la Salsa di filetto
di Trota affumicato con Lardo di
Colonnata e Pomodorini*

Filetto di trota affumicato 180 g
Lardo di Colonnata 100 g
Erba cipollina q.b.
Olio EVO q.b.
Pepe macinato fresco q.b.
Sale q.b.
Vino bianco 50 ml
Burro 1 noce
Pomodorini 100 g

*Ingredienti per la Crema di
Parmigiano al Basilico*

Parmigiano 100 g
Panna fresca 100 g
Basilico fresco 60 g

Per preparare gli gnocchetti, lessare le patate, poi passarle ancora calde al setaccio aggiungere le due farine e l'uovo. Impastare bene tutti gli ingredienti e formare con l'aiuto del coltello degli gnocchetti da lasciar riposare su una superficie leggermente infarinata.

Dopo la preparazione degli gnocchi, tagliare il Lardo di Colonnata a listarelle e poi a cubetti. Mettere sul fuoco una padella con un filo di olio EVO e aggiungere i cubetti di lardo. Intanto togliere la pelle al filetto di trota affumicato e tagliarlo a listarelle sottili. Appena il lardo è rosolato aggiungere la trota. Fare saltare per un minuto e aggiungere i pomodorini tagliati in quattro parti. Far cuocere a fiamma viva per pochi minuti, sfumando con il vino bianco. Regolare di sale (ne basterà poco) e la salsa con trota, Lardo di Colonnata e pomodorini sarà così terminata.

Successivamente, mettere in una casseruola la panna fresca e scaldare a fuoco basso. Aggiungere il Parmigiano, qualche cucchiaio di acqua calda e il basilico. Tenere sul fuoco per pochi minuti, il tempo che il Parmigiano inizi a sciogliersi. Togliere dal fuoco e frullare il tutto. La crema al parmigiano sarà così pronta.

Mettere a cuocere gli gnocchetti in una pentola con acqua bollente salata. Appena gli gnocchi affioreranno, colarli e aggiungerli nella padella con la salsa di trota, saltando il tutto assieme ad una noce di burro. Fuori dal fuoco aggiungere una macinata di pepe e dell'erba cipollina tagliata a pezzetti.

Nei piatti di portata mettere un po' di crema di Parmigiano al basilico e sopra gli gnocchetti di Farina di castagne con la salsa alla trota e Lardo di Colonnata.

Chef LUCA MAFFEI del MONTAGNA VERDE - LICCIANA NARDI (MS)

Trota fario

Salmo trutta Linnaeus, 1758

Classe: Actinopterygii

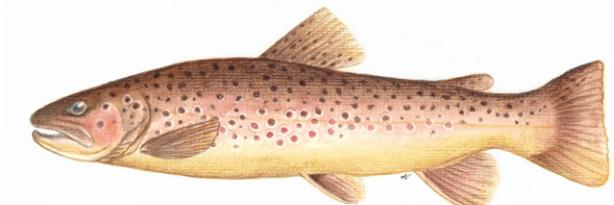
Ordine: Salmoniformes

Famiglia: Salmonidae

Inglese: Brown trout

Francese: Truite fario

Spagnolo: Trucha común



Caratteristiche generali: la morfologia della trota fario è caratterizzata da una certa variabilità, in accordo con la variabilità genetica di questa specie. Il corpo è fusiforme ed allungato, il capo è piuttosto grande e la bocca, in posizione mediana, è grande. La masella superiore arriva fino al bordo posteriore dell'occhio. La dentatura è robusta e formata da numerosi denti appuntiti. Le pinne sono normalmente sviluppate: quelle ventrali sono inserite posteriormente rispetto alla prima pinna dorsale; la caudale è moderatamente concava. Il corpo è ricoperto da scaglie di piccole dimensioni.

Distribuite sul capo, sui fianchi e sulle pinne dorsali sono presenti macchie circolari di colore rosso e/o nero (le macchie rosse sono assenti dal capo); i punti rossi sono circondati da un anello chiaro

o bianco. Il colore del dorso e dei fianchi è bruno, mentre il ventre è chiaro o arancio-giallastro. Le pinne pari sono di colore grigio, ma spesso tendono al giallo arancio. La pinna adiposa presenta spesso una bordatura arancio o rossa ed a volte dei punti rossi.

Alcune caratteristiche della livrea delle trote fario sono anche determinate dagli ambienti in cui le stesse vivono, ma anche dallo stadio vitale e dal sesso degli individui.

Negli individui giovani sono presenti delle macchie estese lungo i fianchi (macchie parr) che scompaiono negli individui di dimensioni maggiori. I maschi assumono una colorazione più scura nella parte ventrale del corpo e le pinne pari possono assumere una banda bianca anteriore. Nei maschi maturi, inoltre, la mascella inferiore spesso è più pronunciata e più arcuata verso l'alto rispetto alle femmine.

Habitat e distribuzione geografica: la trota fario è presente nell'intera Europa oltre che in Africa settentrionale (Marocco, Algeria e Tunisia), in Asia minore e nell'Asia centrale. L'habitat di elezione della Trota fario è rappresentato dalle acque dell'alto corso dei fiumi e dei torrenti montani. Predilige acque limpide, fresche (la temperatura ottimale estiva è inferiore ai 18°C ma può sopportare per un certo periodo temperature vicine ai 24°C.), ben ossigenate e con corrente sostenuta e tumultuosa. I giovani permangono in acque poco profonde con flusso idrico moderato, mentre gli adulti solitari e territoriali si nascondono in anfratti rocciosi o legni sommersi (le cosiddette "tane") dove la corrente è meno violenta.

Biologia ed ecologia: questa specie, durante il giorno ha l'abitudine di stare in agguato dietro sassi, tronchi caduti in acqua oppure a valle delle cascate, in attesa che si presenti qualche preda, mentre durante la notte effettua gran parte degli spostamenti. Si tratta di una specie tipicamente carnivora che si ciba di tutto quello che l'ambiente può offrire. Generalmente le prede che vengono attaccate con più frequenza sono gli stadi larvali ed adulti di alcuni tipi di insetti, quali ditteri, efemerotteri e tricotteri. Questa specie si nutre abitualmente anche di alcuni crostacei, anellidi e gasteropodi ed è capace di compiere scatti velocissimi e di infliggere attacchi letali anche a pelo d'acqua. Gli esemplari di maggiori dimensioni tendono a perdere l'abitudine gregaria e possono cibarsi anche di piccoli pesci.

La trota fario raggiunge la maturità sessuale a 2-3 anni di età e la stagione riproduttiva è compresa tra l'autunno e l'inverno (da ottobre a gennaio-febbraio). Durante la fase riproduttiva le trote si spostano nei tratti del corso d'acqua situati più a monte e la deposizione viene effettuata a più riprese nelle zone caratterizzate da bassi fondali, sabbiosi o ghiaiosi. Le temperature ottimali per la fase di frega sono comprese tra 5 e 10°C ed ogni femmina può generalmente deporre da 1000 a 2000 uova per kg di peso vivo. Le uova, che hanno un diametro di 5mm, dopo essere state deposte sul fondo vengono fecondate dal maschio e successivamente ricoperte di ghiaia dalla femmina.

Allevamento e consumo: La trota fario viene commercializzata come prodotto fresco, surgelato ed affumicato. Inoltre, soprattutto negli ultimi anni, l'allevamento si è orientato alla produzione di avannotti e soggetti adulti da destinare al ripopolamento dei corsi d'acqua per la pesca sportiva.

La Ricetta

Trote alla Boscaiola (ingredienti per 4 persone)

Trota fario n. 2 (500-600 g cadauna)

Funghi porcini 500 g

Aglio 3 spicchi

prezzemolo q.b.

vino bianco 50 ml

olio EVO q.b.

sale q.b.

pepe qb

Pulire, lavare e lasciare asciugare le trote su carta assorbente. Pulire i fuchi con un panno umido e tagliarli a fettine.

Disporre le trote in un pirofila da forno, aggiungere olio EVO, sale, pepe e il vino bianco.

Cuocere in forno caldo per circa 15 minuti, avendo cura di girare il pesce sull'altro lato a metà cottura e di tenerlo sempre bagnato con il sugo di cottura. Aggiungere i funghi alle trote, spolverizzando con un trito di aglio e prezzemolo continuare la cottura per circa 10 minuti e quindi servire.

SIMONETTA DAMIANI di TROICOLTURA DAMIANI NINO - MONZONE (MS)

Tellina

Donax trunculus Linnaeus, 1758

Classe: Bivalvia

Ordine: Cardiida

Famiglia: Donacidae

Nomi dialettali italiani:

Toscana: Arsella; Ziga

Veneto: Calzinei

Campania: Tuninola

Liguria: Calcinello

Sicilia: Cozzola

Inglese: Wedge clam

Francese: Haricot de mer

Spagnolo: Coquina



Caratteristiche generali: la caratteristica tipica della tellina è di avere la conchiglia con la parte posteriore troncata. Le due valve, pressoché uguali, presentano striature longitudinali di accrescimento e linee radiali molto sottili. La colorazione esterna varia tra il giallastro e il bianco-brunastro, mentre quella interna è bianca con macchie viola.

Habitat e distribuzione geografica: vive semisepolta in zone litoranee con sabbie fini più comunemente tra 0 e 3-4 m. È presente lungo tutte le coste italiane dove forma banchi sfruttati dalla pesca professionale, soprattutto in Alto e Medio Adriatico e nel Mar Ligure e Tirreno Settentrionale, nelle (coste versilie e laziali).

Biologia ed ecologia: la riproduzione nella specie avviene tra aprile ed ottobre e la taglia minima di maturità sessuale è 12-13 mm di lunghezza delle valve. A 20 mm si è stimato che la tellina ha un'età di circa un anno.

È un animale filtratore e si nutre di plancton che cattura filtrando l'acqua attraverso i sifoni. L'acqua entra dal sifone inalante, passa attraverso le branchie dove viene trattenuto il nutrimento e quindi esce dal sifone esalante. Raggiunge una dimensione massima di 30mm di lunghezza.

Pesca e consumo: la pesca professionale delle telline viene esercitata con rastrelli da natanti o draghe idrauliche. È regolamentata sia per quanto riguarda il periodo, con il fermo pesca che varia da regione a regione (ad esempio nel Compartimento di Viareggio dal 1° aprile al 30 aprile la pesca è chiusa), i quantitativi sbarcati (100 kg/pescatore/giorno per i pescatori professionisti), la taglia minima di commercializzazione (20 mm), la dimensione delle maglie degli attrezzi (20 mm di lato), l'obbligo di pescare in acque classificate dalle autorità competenti (ASL) e di passare da un centro di stabulazione e insacchettamento essendo organismi filtratori.

Essendo una specie molto apprezzata viene sfruttata intensamente anche da pescatori ricreativi. Per loro gli obblighi sono legati ai quantitativi (5 kg al giorno per pescatore), all'utilizzo esclusivo di rastrelli manuali (da spiaggia), al rispetto della taglia minima di 20 mm di lunghezza della valva e al divieto di vendita del prodotto che deve essere utilizzato solo per consumo personale.

La Ricetta

Telline all'uovo (Ingredienti per 4 persone)

Telline 1 kg
Aglio 1 spicchio
Cipolla rossa 1
Olio EVO 50 ml
Uova 2
Prezzemolo q.b.
Sale q.b.
Pepe q.b.
Peperoncino q.b.



Spurgare le telline dalla sabbia tenendole in una ciotola sotto l'acqua corrente per almeno 30 minuti. In una padella antiaderente far appassire leggermente la cipolla, l'aglio e il peperoncino. Versare le telline.

In una ciotola a parte sbattere le uova aggiungendo un pizzico di sale e di pepe.

Quando le telline cominciano ad aprirsi, aggiungere l'uovo.

Togliere dal fuoco e mescolare fino a far cuocere leggermente l'uovo.

Servire a piacere con una spolverata di prezzemolo e pepe.

Mazzancolla

Penaeus kerathurus (Forskål, 1775)

Classe: Malacostraca

Ordine: Decapoda

Famiglia: Penaeidae

Nomi dialettali italiani:

Toscana: Mazzancolla, Sparnocchia

Veneto: Granzo

Campania: Mazzacuogno

Liguria: Sparnocchia

Sicilia: Gambero barbuto

Inglese: Caramote prawn

Francese: Caramote

Spagnolo: Langostino



Caratteristiche generali: è una specie appartenente alla famiglia Penaeidae dalla colorazione chiara con bande o macchie scure trasversali. Il rostro, piuttosto corto, supera di poco gli occhi e presenta nel bordo inferiore un solo dente, che distingue la specie dagli altri Peneidi (come il gambero rosa) che ne sono sprovvisti, mentre presenta una decina di denti che raggiungono la metà del carapace sul bordo superiore. Da quest'ultimo punto è possibile osservare un'altra caratteristica tipica della specie, rappresentata da un solco stretto e profondo che raggiunge il bordo posteriore, originato dal raddoppio della carena rostrale. Parallelamente a questo solco corre una cresta che raggiunge la punta del rostro, delimitando così un altro solco.

Habitat e distribuzione geografica: la mazzancolla è endemica del Mediterraneo. È diffusa in tutti i mari italiani, ad eccezione dello Stretto di Messina, sui fondi molli della piattaforma continentale, generalmente a profondità inferiori a 60 m. Si trova anche in Atlantico orientale, dall'Inghilterra all'Angola. La mazzancolla è stanziale, ma compie migrazioni da e verso la costa in funzione della riproduzione. Gli adulti, infatti sono presenti in ambienti prettamente marini, mentre durante lo stato post-larvale e giovanile la specie predilige gli ambienti a bassa salinità, come estuari e lagune, dove reperisce maggior nutrimento.

Biologia ed ecologia: questa specie trascorre le ore diurne infossata nel sedimento in cui vive; solo nelle ore notturne esce per alimentarsi e accoppiarsi. Presenta abitudini alimentari molto varie e influenzate per lo più dalla disponibilità stagionale di prede bentoniche, principalmente crostacei, anellidi e molluschi. Accanto alla predazione attiva, svolta soprattutto di notte, la mazzancolla non disdegna resti organici, che rappresentano la componente necrofaga della sua dieta. Come la maggior parte dei Peneidi, mostra dimorfismo sessuale, soprattutto dovuto alle maggiori dimensioni delle femmine, che raggiungono in Mediterraneo una lunghezza totale (LT) massima di 225 mm, mentre per i maschi la taglia massima è di 180 mm. Le taglie più frequenti, comunque, sono 110-140 mm LT per i maschi e 130-170 mm LT per le femmine.

L'età massima è di circa 20 mesi e solo pochi esemplari raggiungono il terzo anno di vita. La maturazione delle gonadi avviene in primavera/inizio estate. L'accoppiamento avviene di solito di notte, tra un maschio non in muta e una femmina in muta.

Pesca e consumo: la mazzancolla in Italia è una specie ittica molto apprezzata, con alto valore commerciale. Tuttavia le catture di questa specie, a causa degli esigui quantitativi sbarcati, non sono mai state considerate importanti economicamente sino ad una quindicina di anni fa, tanto da comparire nelle statistiche FAO solo a partire dal 2005. Pur essendo presente in ogni mare italiano, la mazzancolla non rappresenta infatti una specie target, bensì una cattura accessoria della pesca a strascico. La specie viene però catturata con trammagli, in particolare nel periodo estivo in Adriatico meridionale e nel periodo primaverile nelle acque toscane, ove alcune marinerie (Viareggio e Livorno) svolgono una pesca mirata, che localmente rappresenta un'importante risorsa in termini quantitativi e di valore economico. In queste marinerie le reti hanno una fasciola o "greca", alta in genere 10 cm, con maglia da 30 mm, inserita tra rete e lima dei piombi che serve a minimizzare le catture indesiderate, principalmente granchi ed altri invertebrati, e a far durare maggiormente gli attrezzi da pesca.

dal Mare al Fiume

La Ricetta

Sparnocchi (Mazzancolle) in guazzetto al limone (Ingredienti per 4 persone)

Sparnocchi 700-800 g
Aglio 2-3 spicchi
Peperoncino q.b.
Vino bianco 100 ml
Olio EVO q.b.
Prezzemolo q.b.
Succo di un limone
Farina 00 q.b.
Sale q.b.
Pepe q.b.

In una padella mettere olio EVO e lasciare scaldare, aggiungere gli spicchi d'aglio tritati, il peperoncino e gli sparnocchi ben sciacquati, asciugati e successivamente leggermente infarinati. Fare andare per pochi minuti e aggiungere il vino bianco. Quando è evaporato aggiungere il succo di limone, il prezzemolo tritato e una punta di sale. Coprire con un coperchio e lasciare finire di cuocere per non più di 5 minuti.

Chef MARCO ARTIZZO del RISTORANTE DA PINO - VIAREGGIO (LU)

I PERCORSI ALLA SCOPERTA DEI
TERRITORI DEL FLAG
"TRA VERSILIA E GARFAGNANA"

PERCORSO DIDATTICO "DAL LAGO AL MARE"

Questo percorso è adatto per gli studenti delle scuole primarie e secondarie e si sviluppa attraverso il territorio in un percorso denominato "Dal Lago al Mare". L'itinerario didattico vuole essere un anello di congiunzione tra gli usi e le tradizioni storiche legate alla pesca nel Lago, che ha subito intensi cambiamenti nel corso degli ultimi decenni, e le attività produttive legate al mare, dalla pesca professionale sino alla cantieristica navale. La prima parte del percorso inizia dalla Riserva Naturale del Chiarone sul Lago di Massaciuccoli, per proseguire poi nella visita di una tradizionale bilancia da pesca sul Lago. La seconda parte della giornata il gruppo si recherà a Viareggio dove ci sono due possibilità: visitare il Museo della Marineria "Alberto Gianni", per spostare il focus sull'ambiente marino e approfondire il rapporto uomo-mare da un punto di vista storico, artistico e dell'artigianato oppure visitare la Cittadella della Pesca OP, dove i pescatori condivideranno le loro conoscenze su questo antichissimo mestiere facendo vedere come sono fatte le reti da pesca, quali sono le specie oggetto di pesca ed altro ancora.

NB: Non sono stati indicati i costi delle attività poiché da concordare in base alle attività scelte.

Percorso didattico "Dal Lago al Mare": A) Riserva Naturale del Chiarone, Oasi Lipu Massaciuccoli e Bilancia da pesca "Isola Luciana", Massarosa - B) Museo della Marineria, Viareggio; o C) Nuovo Mercato Ittico, Viareggio

Lunghezza: 2 km + bus



Tempo necessario: 1 giornata

Mezzo: in autobus e a piedi



Il Lago di Massaciuccoli



Il Lago di Massaciuccoli è un lago di origine costiera originatosi circa 5-6.000 anni fa in seguito alla formazione di cordoni litoranei che ne chiusero il bacino, generando questa estesa zona umida. Il Lago è stato frequentato sin dai tempi antichi come testimoniano i resti di notevoli costruzioni edificate dai romani, attualmente visitabili grazie all'area archeologica "Massaciuccoli Romana" ed al museo dedicato.

Da sempre, per tutti gli abitanti del territorio, il Lago è stato fonte di preziose risorse, da quelle alimentari frutto dell'attività venatoria a quelle produttive come le sabbie silicee, la torba, il falasco, ecc.. La pesca è sempre stata un'attività di primaria importanza, testimoniata dalle numerose bilance che oggi si vedono sulle sponde lacustri e sui canali che percorrono la palude. Esse ci raccontano che la pesca è stata una fonte di sostentamento fondamentale per le persone in un passato che oggi possiamo solo cercare di immaginare. Di quel passato rimangono solo alcuni resti e le testimonianze, scritte e orali, di chi la pesca la praticava per vivere. Oggi la situazione si è modificata profondamente a causa dei cambiamenti socio-economici del secolo scorso, che hanno portato inevitabilmente alla conclusione di questa pratica di pesca tradizionale. Le persone che in un primo tempo vivevano di questo si sono lentamente dedicate ad altro e, con la complicità del progressivo peggioramento della qualità delle acque, il pesce di acqua dolce ha cessato di essere un alimento appetibile sulla tavola e sul mercato. Oggi, principalmente a causa dei processi di eutrofizzazione e delle ripetute introduzioni di specie alloctone, le condizioni del Lago risultano altamente compromesse, rendendo necessaria un'attenta gestione del territorio e progetti di conservazione volti a ripristinare lo status ecologico di un lago in buona salute.

A) Riserva del Chiarone, Oasi Lipu Massaciuccoli e Bilancia da pesca "Isola Luciana"

Il percorso didattico sul Lago si struttura in una prima parte all'interno della **Riserva Naturale del Chiarone**, presso l'Oasi Lipu di Massaciuccoli. Dopo una prima visita guidata al museo dell'Eco-
logia della Palude e sui camminamenti a palafitta, l'itinerario prosegue sino alla **bilancia da pesca n. 94 "Isola Luciana"**. Qui, a bordo dell'antica struttura restaurata, ci sarà un focus sulla storia delle pratiche di pesca tradizionali sul Lago, e sarà possibile mettere in moto la rete per capirne l'effettivo funzionamento.

Nel complesso si tratta di un percorso antropologico/naturalistico di 4 km adatto agli alunni delle primarie e secondarie. Il bus potrà recuperare la classe presso la Piazza della Stazione, situata nei pressi della bilancia, e proseguire poi verso Viareggio.

Arrivati a Viareggio ci sarà la possibilità di scegliere tra due opzioni: il Museo della Marineria "Alberto Gianni" o la Cittadella della Pesca O.P..

B) Viareggio e il Museo della Marineria

A Viareggio la visita può proseguire al **Museo della Marineria "Alberto Gianni"**, ospitato nello storico edificio opportunamente restaurato dell'ex Mercato del Pesce, sul Lungo Canale Est. Il patrimonio di cimeli, reperti e documenti che caratterizza il Museo ammonta ad oltre mille "pezzi", suddivisi in diverse sezioni, dalle attrezzature dei cantieri navali agli strumenti nautici di bordo fino a documenti storici e testimonianze artistiche. Nel suo complesso, il ricco patrimonio del museo permette di avere una panoramica storica sulle antiche tradizioni legate alla vita in mare, rappresentando un ideale "luogo della memoria" e conservando un patrimonio di conoscenza importante per la formazione culturale, particolarmente dei giovani.

Sono infatti numerose le scolaresche che durante l'anno visitano il museo e fruiscono dei percorsi

didattici opportunamente programmati, riassunti qui di seguito:

1. Il Museo della Marineria “luogo della memoria” del rapporto di Viareggio con il mare

Questa visita al Museo è incentrata sulla conservazione, la conoscenza e la valorizzazione della storia e della cultura legata al rapporto fra la città di Viareggio ed il mare. Il percorso dedica particolare attenzione alla sezione che raccoglie gli strumenti dell'artigianato dei cantieri navali al tempo della vela: qui sono conservati gli attrezzi da lavoro dei maestri d'ascia, dei calafati, dei segantini, dei fabbri e dei bozzellai, con i quali gli artigiani viareggini realizzavano stupendi velieri, ammirati in tutti i mari per la grazia e l'eleganza degli scafi e per le indiscusse caratteristiche nautiche.

Interesse e suggestione riveste l'illustrazione dei cimeli che documentano le epiche gesta dei palombari viareggini e l'impresa dell'Artiglio, che con il ritrovamento del relitto dell'"Egypt" e il recupero del suo immenso carico d'oro e d'argento, negli anni Trenta attirarono l'attenzione e l'interesse del mondo intero, stabilendo un primato nei recuperi nelle profondità degli abissi rimasto ineguagliato.

2. Viareggio di là dal molo: la marineria velica e i cantieri navali

Il percorso prevede l'illustrazione del rapporto fra la città e il mare: la nascita e lo sviluppo di Viareggio come centro nautico, dalla realizzazione della prima darsena alla progettazione del porto, dalle attività artigianali legate alla cantieristica nautica all'epopea della marineria velica. L'argomento è trattato utilizzando una proiezione di diapositive che riproducono planimetrie storiche ed immagini fotografiche degli ambienti, del canale Burlamacca e delle darsene, delle attività artigianali nei cantieri navali e delle tipologie dei velieri viareggini. Seguirà poi la visita al Museo con l'illustrazione dei materiali e dei reperti esposti nelle vetrine del Museo.

3. Religiosità, fatica, dolore e morte nella realtà della marineria velica viareggina: la “Benedizione dei morti del mare” di Lorenzo Viani, un'opera d'arte come fonte storica

Questo percorso didattico illustra le varie parti che compongono la grande tela “Benedizione dei morti del mare”, di Lorenzo Viani, dipinta tra il 1913 ed il 1916. Quest'opera mette in risalto l'intimo rapporto di Viareggio e della sua gente con il mare, che è stato per la città fonte di ricchezza e di progresso, ma anche origine di dolori e di morte, rappresentando una cerimonia religiosa legata al mondo della marineria velica viareggina e testimoniano la fatica, la miseria e il dolore degli abitanti delle darsene viareggine e il sentimento di fede e la religiosità della gente di mare.

C) Viareggio e il nuovo Mercato Ittico

La Cittadella della Pesca O.P. è una cooperativa che cura imprenditorialmente la fase di lavorazione, trasformazione, commercializzazione e promozione del pescato locale, raccogliendo 14 soci conferenti e 62 motopescherecci, nonché le cooperative di pesca presenti sul territorio del Comune di Viareggio e le principali organizzazioni di categoria (LegaCoop, Confcooperative, UE Coop).

Nella visione dell'O.P., l'uso sostenibile delle risorse marine è uno degli obiettivi principali, e questo deve andare di pari passo con la loro promozione, attraverso progetti di sensibilizzazione e di educazione destinati alla cittadinanza. La scuola, in tutto ciò, riveste un ruolo fondamentale e la Cittadella della Pesca ha deciso di investire in questa direzione attraverso l'organizzazione di proposte didattiche strutturate sotto forma di appositi laboratori, a partire dalla scuola dell'infanzia sino alle scuole secondarie di secondo grado.

In un mondo in cui l'impatto antropico, i cambiamenti climatici e lo sfruttamento delle risorse si fanno argomenti sempre più importanti, verranno trattati temi che spaziano dalla sostenibilità ambientale all'educazione alimentare, rivolgendo particolare attenzione al mondo della pesca e alle pratiche più sostenibili, nell'ottica di un futuro che cambia. I ragazzi avranno infatti la possibilità di vedere come funziona la pesca artigianale direttamente dai pescatori locali, di visitare le imbarcazioni utilizzate ed anche di assaporare il pesce fresco pescato e cucinato in loco.

Con l'obiettivo di differenziare i laboratori tarandoli per le varie classi di età e in accordo con i programmi scolastici delle varie scuole, si suggerisce di contattare il referente della Cittadella della Pesca O.P. , al fine di concordare le attività e le modalità di sviluppo dei laboratori.

CONTATTI UTILI

OASI LIPU MASSACIUCCOLI

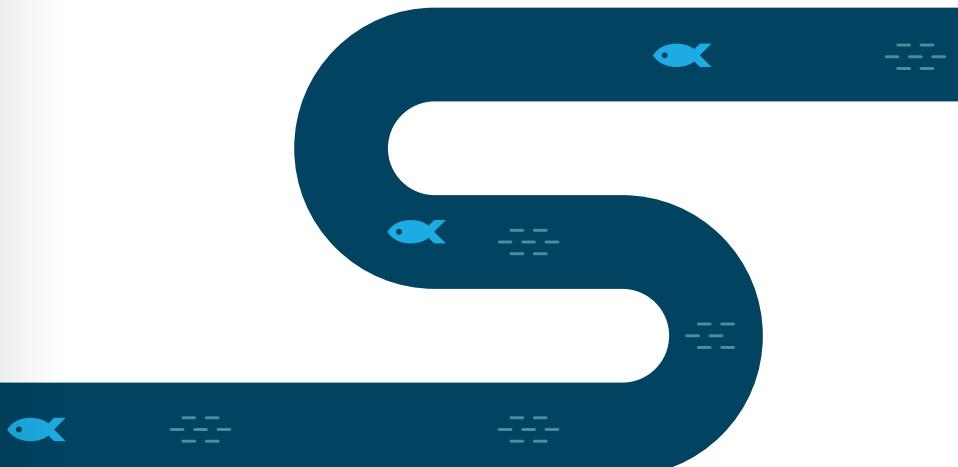
Via del Porto 154, Massaciuccoli (LU) - 0584 975567
(www.oasilipumassaciuccoli.org; @oasi.massaciuccoli)

MUSEO DELLA MARINERIA ALBERTO GIANNI

Via Pescheria 9, Viareggio (LU) - 0584 966342 (@muesomarineriavg)

CITTADELLA DELLA PESCA O.P.

Molo Marinai d'Italia 2242; Viareggio (LU), (www.cittadellapescaop.com; @cittadellapescaop)



PERCORSO TURISTICO 1:

CON GIOVANNI PASCOLI ALLA SCOPERTA DELLA VALLE DEL SERCHIO

Percorso: A) Borgo a Mozzano - B) Barga - C) Grotta del Vento
D) Castelnuovo Garfagnana - E) Piazza al Serchio - F) Sillano Giuncugnano



Lunghezza: 81 km (2h senza sosta)



Tempo necessario: 1-2 giornate

Mezzo: auto

Imprese toccate nel Percorso: COOP. FROLA (Sillano Giuncugnano), AZIENDA AGROITTICA F.LLI GIOVANNETTI (Loc. Ponte a Busseto - Coreglia Antelminelli)



Il percorso parte da **Borgo a Mozzano** e si snoda per la valle del Serchio risalendo il corso di questo importante fiume toscano. Il paese è famoso per il Ponte della Maddalena, chiamato anche Ponte del Diavolo, struttura medievale dalla forma unica e bizzarra. La leggenda vuole che il muratore impegnato a costruire il ponte invocò Satana per aiutarlo ad ultimare il compito. Il Diavolo allora lo terminò in una notte chiedendo però in pegno l'anima del primo essere che avrebbe attraversato il ponte. Il muratore, quindi, posizionò del cibo sul ponte attraendo così un cane di passaggio e Satana, adirato per l'inganno, cambiò la conformazione del ponte rendendola così originale.

Questo paese pittoresco non è solo luogo di leggende, ma anche ricco di storia che può essere approfondita visitando i musei cittadini. La storia antica è raccontata nell'**Antiquarium**, il Museo Civico dove sono conservati prevalentemente reperti liguri ed etruschi, ma anche esposizioni a carattere naturalistico, mentre la storia più moderna è illustrata nel **Museo della Memoria**, incentrata prevalentemente sulla Linea Gotica, serie di tunnel e fortificazioni costruiti durante la Seconda Guerra Mondiale.

Da Borgo a Mozzano ci spostiamo a **Barga**, riconosciuto come uno dei "Borghi più belli d'Italia" dall'Associazione omonima. Con una piccola deviazione sulla SP56, dopo circa 4 km si raggiunge

L'Azienda Agroittica F.Ili Giovannetti, in località Ponte a Bussato, impresa a conduzione familiare che dal 1969 alleva trofei e iridee in vasche a terra. Sfruttando le acque limpide e salubri della Garfagnana, l'allevamento si sviluppa su 5000 m² per una produzione destinata ai laghetti di pesca sportiva e alla grande distribuzione.

Ritornati alla SR 445 si seguono le indicazioni per Barga. Addentrandosi fra i vicoli del centro, potremo osservare le numerose chiese e palazzi storici fino a raggiungere piazza Belvedere. Qui sarà possibile osservare il Palazzo Pretorio, costruito nel XIV secolo e sede del Museo Civico, e il Duomo di San Cristoforo, edificio suggestivo che vede risalire la propria origine a prima dell'anno 1000. Ma le bellezze architettoniche non sono seconde alla vista naturale che si osserva dall'arringo, il prato circostante il Duomo e il Palazzo Pretorio. Ci troviamo in Media Valle, le montagne si fanno più vicine e si distinguono le dolci linee dell'Appennino e le vette più aspre delle Alpi Apuane.

Inoltre Barga è un luogo dove la cultura e l'arte sono sempre al primo posto; la stagione teatrale e musicale del bellissimo **Teatro dei Differenti** è sempre ricca e al **Jazz Club** è possibile ascoltare buona musica e grandi artisti. Ma se parliamo di arte a Barga è impossibile non parlare di Giovanni Pascoli, che ha risieduto nella piccola frazione di Castelvecchio per restare vicino al mondo agreste che ha sempre amato. La raccolta di poesie "I canti di Castelvecchio" è proprio ispirata a questo territorio, nel quale sono contenute molte fra le sue più famose poesie come "Il gelsomino notturno", "La cavalla storna" e "Nebbia". La Casa Museo Pascoli, dove il poeta ha abitato per quasi vent'anni, è visitabile e conserva ancora gli arredi dell'epoca.

VIA MATILDICA DEL VOLTO SANTO

La Via Matildica è un itinerario lungo 285 chilometri che attraversa in 11 tappe (con 3 varianti) il territorio di 3 regioni italiane (Lombardia, Emilia, Toscana) ricche di cultura, tradizioni e paesaggi. Da Mantova a Lucca passando per Reggio Emilia, quindi dalle pianure del Po, attraverso le colline e montagne del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano, fino alle valli della Garfagnana. Questa via rappresenta un modo di scoprire i territori di Matilde di Canossa. La penultima tappa (n. 10) è quella che collega proprio Barga a Borgo a Mozzano, lunga 18 km (percorribile in 6 ore senza sosta) passando per il borgo di Ghivizzano, l'antico tracciato del Solco e la Pieve di Loppia. Tutte le informazioni sono reperibili su www.viamatildica.it

Ci allontaniamo un poco dal corso del fiume Serchio per visitare una delle grandi bellezze delle Alpi Apuane, la **Grotta del Vento**. Questa grotta di origine carsica è lunga circa 4,5 km ed è così chiamata dal vento che si origina dalla differenza di temperatura fra l'interno della grotta (circa 10°C) e l'esterno, più freddo o più caldo a seconda della stagione. La corrente ventosa è sempre stata conosciuta, tanto che i minatori la utilizzavano per tenere in fresco i cibi, ma solo a fine '800 dei ragazzi scoprirono l'imboccatura che, grazie alle successive esplorazioni, rivelò un paradosso nascosto. Oltre all'estensione, lo spettacolo di stalattiti, stalagmiti ed altre concrezioni calcaree è mozzafiato. È possibile osservare lo scheletro di un orso delle caverne, mammifero ormai estinto che nonostante avesse dimensioni maggiori di un orso grizzly era prevalentemente vegetariano. Le visite alle grotte sono guidate e ben organizzate, con la possibilità di scegliere itinerari di una, due o tre ore.

ESCURSIONISMO

Le Apuane sono meta di numerosissimi escursionisti, e la rete di sentieri mantenuta dal Club Alpino Italiano è molto estesa. Per gli interessati si suggerisce di visitare il sito <http://www.escurSIONI.apuane.com/>, da cui si possono consultare numerosi itinerari di diversa lunghezza, difficoltà e a tema. Per l'occasione si suggerisce il percorso che da Gallicano giunge sino all'Eremo di Calomini, un percorso lungo il torrente Turrite che alterna tratti di sterrato a vecchi castagneti. Si tratta di un itinerario semplice (difficoltà T) che si completa in circa 2.30h. Per maggiori informazioni consultare il seguente link:

<https://www.turismo.garfagnana.eu/trekking/sentiero-eremo-calomini/>

NB: Si ricorda che l'escursionismo è una pratica potenzialmente rischiosa, consigliata a chi è già pratico di tale attività e dispone dell'attrezzatura necessaria (mappa, abbigliamento, ecc.)



Proseguendo verso le sorgenti del Serchio è impossibile non fermarsi a **Castelnuovo Garfagnana**, capoluogo di quest'area montana che sorge alla confluenza del Serchio con il torrente Turrite Secca. Fulcro geografico e storico di questo territorio, rappresenta un importante punto di incontro per i vari produttori locali che hanno scelto di conservare le tradizioni gastronomiche locali. È possibile, infatti, assaggiare i prodotti tipici garfagnini: il farro IGP della Garfagnana, ottimo in minestre o torte salate, la polenta di Formenton Otto File, varietà antica di mais, il grande assortimento di salumi come il biroldo, la mondiola e il manzo di pozza, ma soprattutto la farina di neccio, ovvero di castagno. Questo prodotto, alla base dell'antica alimentazione della regione, viene utilizzato per la preparazione di molteplici piatti, dal pane al castagnaccio, dai necci (simili a crepes farcite di ricotta) ai manafregoli (farina di castagne cotta nel latte).

PRODOTTI LOCALI

Per gustare i prodotti del territorio non c'è modo migliore che rifornirsi direttamente da chi li produce seguendo le tradizioni di questo incredibile territorio. L'Associazione Produttori Filiera Garfagnina, che conta ventisei produttori e un punto vendita a Castelnuovo Garfagnana, si occupa di preservare l'enogastronomia locale fornendo prodotti stagionali e locali, sempre di alta qualità. Dalle farine di cereali antichi ai prodotti del sottobosco, dai formaggi dei greggi garfagnini agli ortaggi freschi di stagione. Questo e molto altro possono essere trovati al punto vendita, dove potrete essere informati sulle attività organizzate dall'Associazione.

Risalendo verso l'alta Garfagnana si incontra un paese che del fiume che caratterizza questo percorso porta il nome, **Piazza al Serchio**. In questo paese, importante luogo di scambio nel periodo medievale, si incontrano il Serchio di Gramolazzo e il Serchio di Sillano, rami primari dell'omonimo fiume, facendo di questo borgo un vero e proprio crocevia sulle acque. Simbolo del paese è la locomotiva, monumento che troviamo all'ingresso dell'abitato, costruita nel 1922-1923 e ancora in perfetto stato. Inoltre, qui è presente un museo unico nel suo genere: **il Museo dell'Immaginario Folkloristico**. È un museo "abitato" da creature fantastiche e da leggende, dove la fantasia incontra il contatto con la natura e dove è facile lasciarsi affascinare e tornare bambini.

Da Piazza al Serchio con una breve deviazione si arriva al **Lago di Gramolazzo**. È un bacino idroelettrico costruito negli anni '50 del secolo scorso con uno sbarramento sul corso del fiume Serchio di Gramolazzo, il ramo apuano del fiume che disegna la valle della Garfagnana. Raccoglie le acque anche del torrente Acqua Bianca che proviene da Gorgiglano e alimenta la sottostante centrale di Fabbriche, che a sua volta riversa le acque nel lago di Vagli. Occupa una superficie di circa 1 Km² e grazie alla bellezza del paesaggio che lo circonda, alle sponde dolci e sabbiose, attrezzate per la balneazione e alla sua pescosità è sicuramente il lago della Garfagnana più frequentato dai turisti, che trovano qui molti servizi (campeggio con noleggio barche e canoe, alberghi, bar, ristoranti, noleggio bici elettriche, aree attrezzate per picnic).

Ma ciò che da solo vale una visita a Gramolazzo è il Monte Pisanino, il più alto della catena apuana, quando, imponente, si specchia nelle acque del lago.

Come ultima tappa, nel paese di **Sillano Giuncugnano** e vicini alle sorgenti del Serchio, ci affidiamo a chi delle tradizioni del territorio ne ha fatto un lavoro e una scelta di vita, **la Cooperativa Frola**. Nata nel 1973 per dare una vitalità ai terreni del territorio circostante, ha iniziato con la coltivazione delle fragoline di bosco, ma col passare del tempo le attività sono aumentate e diversificate. Grande importanza ha l'impianto ittico dove si allevano trote iridee e trote fario. Questo impianto è a ciclo chiuso, ovvero sono gli stessi riproduttori dell'impianto a mantenere il fabbisogno di uova e di avannotti, garantendo così standard sanitari elevati. Di rilievo è anche l'utilizzo di un mulino per la produzione di farina di neccio, con castagne locali D.O.P.. Questi e altri prodotti, come il miele e le patate di montagna, possono essere acquistati presso il mulino ed è inoltre possibile prenotare attività didattiche nel campo dell'acquacoltura e della castanicoltura.

DOVE POTER GUSTARE IL PESCE ALLEVATO DALLE TROTICOLTURE DELLA GARFAGNANA

LOCANDA ALLA POSTA - Loc. Il Ciocco, Barga (LU) - 0583 719242

(www.ciocco.it/it/locanda-all-a-posta; @LocandaAllaPostaIlCiocco)

RISTORANTE ALPINO - Viale Giovanni Pascoli 41, Barga (LU) - 0583 723336

(www.bargaholiday.com)

IL POZZO - Via Europa 2/A, Pieve Fosciana (LU) - 0583 666380

(www.ristorantepizzeriailpolizzo.it; @ristoranteilpolizzo)

CONTATTI UTILI

ANTIQUARIUM - Museo Civico Archeologico, Via Umberto I, Borgo a Mozzano (LU) 0583820472 (www.beniculturali.it/luogo/antiquarium-museo-civico-archeologico-di-borgo-a-mozzano)

MUSEO DELLA MEMORIA - Piazza Marconi 4, Borgo a Mozzano (LU) - 0583 888881

(www.sistemamusealevalledeserchio.it/wp/museo-della-memoria/)

TEATRO DEI DIFFERENTI - Vico del Teatro 1, Barga (LU)

([www.teatrodeldifferenti.barga](http://teatrodeldifferenti.barga); www.toscanaspettacolo.it/teatro/teatro-dei-differenti/)

BARGA JAZZ CLUB - Via del Pretorio 23, Barga (LU) - 0583 723860

(www.bargajazz.it; @bargajazzclub)

CASA MUSEO PASCOLI - Via di Mezzo 11, Barga (LU) - 0583 724711

(www.barga.it/pascoli)

GROTTA DEL VENTO - Loc. Grotta del Vento, Fornovolasco (LU) - 0583 722024

(www.grottadelvento.com, @grottadelvento)

ASSOCIAZIONE PRODUTTORI FILIERA GARFAGNINA - Via Marconi 14, Castelnuovo di Garfagnana (LU) - 335 570 8764 (@FilieraGarfagnina)

MUSEO ITALIANO DELL'IMMAGINARIO FOLKLORICO - Via Comunale 2, San Michele (LU)

328 636 6966 (@immaginario.folklorico; www.museoimmaginario.net)

SOCIETÀ COOPERATIVA FROLA - Via S. Martino 34, Sillano (LU) - 0583 614110

(www.pro-sillano.it)

PER INFORMAZIONI SU OSPITALITÀ e TURISMO IN GARFAGNANA

www.turismo.garfagnana.eu



PERCORSO TURISTICO 2: IL LAGO DI GIACOMO PUCCINI

Percorso: A) Viareggio - B) Torre del Lago - C) Massaciuccoli - D) Massarosa
E) Pietrasanta - F) Valdicastello



Lunghezza: 49 km (1h e 15 senza sosta)

Tempo necessario: 1-2 giornate

Mezzo: in auto e in bicicletta

Imprese toccate nel Percorso: MARE NOSTRUM Soc. Coop.; CO.P.A.V. Soc. Coop.



Il nostro percorso inizia da **Viareggio**, cittadina balneare tra le più importanti della Versilia e celebre per essere una tra le più importanti roccaforti Liberty del nostro Paese. Numerosi sono gli itinerari d'interesse che si possono seguire in questa città ricca di storia. Da non perdere sicuramente un giro lungo la Passeggiata Margherita, la via principale che segue il lungomare e in cui troviamo alcuni tra i monumenti più importanti come la Torre dell'Orologio, la Statua del Burlamacco e il Palazzo delle Muse. Un monumento da non mancare è la Torre Matilde, edificio storico che ha agito da fulcro e intorno al quale si è sviluppata la città. Da qui si accede ad una delle zone forse più rappresentative e caratteristiche di Viareggio, la Darsena, adiacente alla zona del porto. Grazie ai numerosi cantieri navali è possibile ancora oggi respirare l'atmosfera di una tradizione secolare che ha modellato questa città nel corso della sua storia e che continua a farlo, svelando il legame indissolubile che questa città ha con il mare.

Quale modo migliore quindi per vivere il mare se non attraverso un turismo particolare: il pescoturismo. Grazie alle imbarcazioni delle cooperative **MARE NOSTRUM** e **CO.P.A.V.** potremo solcare i mari e scoprire nelle reti il pescato del giorno: seppie, cicale, mazzancolle, sogliole, naselli, polpi e molto altro ancora a seconda della stagione e dei sistemi di pesca utilizzati. Se ci sentiamo avventurosi, sulla barca sarà possibile pescare con la canna o nella bella stagione fare un bel bagno aspettando il pranzo cucinato direttamente a bordo con il pesce appena pescato. I tour partono la

mattina dal molo di Viareggio con rientro previsto per le 17.00.

Dopo una giornata intensa e dopo aver gustato le prelibatezze del mare non c'è modo migliore che stemperare la stanchezza rilassandosi su una bella spiaggia della costa tirrenica o, perché no, sulle calme rive del Lago di Massaciuccoli, presso la vicina frazione di **Torre del Lago Puccini**.

IN BICICLETTA LUNGO IL VIALE DEI TIGLI

Un interessante e semplice percorso ciclabile collega Viareggio al Lago di Massaciuccoli. Da Viale dei Tigli si entra nella Macchia Lucchese, conosciuta come Pineta di Levante, che fa parte del Parco regionale di Migliarino - San Rossore - Massaciuccoli. Si percorre sulla destra del Viale la pista ciclabile, in direzione di Torre del Lago Puccini. A sinistra, nella metà del Viale si vede il cancello ed il parco della Villa Borbone, fatta costruire da Maria Luisa di Borbone, Duchessa di Lucca. Percorso il Viale dei Tigli, si segue la pista ciclabile a destra, all'interno della Pineta, che corre parallela al Viale Kennedy, in direzione della Marina di Torre del Lago Puccini. Al termine della pista ciclabile, 300 mt. prima della rotonda sulla Marina, si attraversa il Viale Kennedy, e da qui si può percorrere tutto il Viale Europa della Marina di Torre del Lago Puccini, fino ad arrivare alla sbarra che delimita il Viale Europa dalla Marina di Levante di Viareggio. Lungo il Viale si trovano molti e prestigiosi ristoranti, che si susseguono uno accanto all'altro, mentre sulla sinistra lo scenario delle bellissime dune si estende fino al mare, ricoprendo quasi per più della metà l'immensa spiaggia. Ritornando verso il Viale dei Tigli, che si immette al primo semaforo a sinistra, si prosegue lungo il Viale Marconi e attraversando il centro del paese di Torre del Lago Puccini si arriva al Belvedere sul lago di Massaciuccoli.

Storica località nei pressi di Viareggio, questo territorio rimase praticamente disabitato fino al XVIII secolo, a causa delle condizioni estremamente inospitali dovute alla zona paludosa e alla malaria. Lentamente qualche famiglia di pescatori cominciò ad insediarsi sul posto, seguiti dai primi coltivatori, che utilizzarono il falasco (pianta tipica del Lago) per costruire le loro capanne. Fino alla metà del XIX secolo questa zona veniva chiamata "Alla Macchia", non avendo ancora un nome. Solo successivamente la località prese il nome di Torre del Lago, grazie al fatto che esisteva sul lago una torre di guardia, che si trovava nel luogo dove oggi sorge la villa Puccini e che in seguito venne adibita a torre doganale. La storia di questo piccolo paese è sempre stata intensamente legata all'aspro rapporto con la natura, essendo la vita dei suoi abitanti condizionata dalla presenza della palude. Sin dai primi insediamenti, infatti, la Repubblica di Lucca provò a migliorare le condizioni di questo luogo, attraverso progetti di bonifica e forestazione, senza ottenere grandi successi. È stato infatti solo nei primi anni del '900 che, grazie a tecniche più moderne e soprattutto all'utilizzo di mezzi motorizzati, è stato possibile effettuare le grandi opere di bonifica che hanno reso possibile l'estensione del centro abitato di Torre del Lago e la trasformazione nella sua attuale conformazione. Il nome attuale risale invece al 1938, quando venne chiamata Torre del Lago Puccini in onore di Giacomo Puccini, che amava questo luogo tanto da far costruire qui la sua casa, divenuta dopo la sua morte un bellissimo museo e luogo di sua sepoltura.

Non ci meraviglia quindi che la parte storica del paese si snodi sulle rive del Lago, e per questo proponiamo di cominciare concedendosi una passeggiata dal Belvedere Puccini, magari godendoci lo specchio dei colori del tramonto sulle acque del Lago. Se capitiamo nel periodo giusto, possiamo inoltre dedicare la serata ad osservare un'opera nella fantastica cornice del **Gran Teatro Puccini**, teatro dedicato all'artista situato sulle rive del Lago e che offre durante il periodo estivo un interessante programma di opere liriche.

Il giorno seguente possiamo continuare il nostro viaggio alla scoperta dei luoghi del celebre com-

positore, che fece di questo piccolo centro il suo rifugio e luogo di ispirazione musicale. Quale modo migliore di vivere tutto ciò se non partendo dalla visita di Villa Puccini, casa museo dell'omonimo musicista che ha lo scopo di tenere viva la sua memoria e in cui si può ancora assaporare l'atmosfera dell'epoca. Qui, infatti, il Maestro visse per molti anni componendo alcune tra le sue opere più famose, come *La Bohème* e *Madama Butterfly*.

Se il compositore, nel silenzio della natura, trovava ispirazione per le sue melodie, possiamo, una volta usciti da questo viaggio nel tempo, proseguire il nostro percorso nelle meraviglie di questo territorio attraverso una invitante gita in battello. Grazie alla presenza di tre moderne motonavi, attraccate a pochi metri da Villa Puccini, sarà infatti possibile effettuare un tour solcando le acque del Lago, ripercorrendo la storia secolare di un luogo al contempo ostile e generoso, dove natura e storia sono sempre state intrecciate in modo indissolubile.

Possiamo, al termine di questa gita, rilassarci con una passeggiata lungo lago o, perché no, rinfrescarci in uno dei vicini locali. Dopo aver recuperato le energie, possiamo decidere di spostarci sulla riva orientale del Lago, raggiungendo il paese di Massaciuccoli e dirigendoci verso **"L'Oasi LIPU Riserva Naturale del Chiarone"**. Area Protetta di importanza chiave, la Riserva è una zona umida estremamente ricca dal punto di vista naturalistico e della biodiversità. Qui, percorrendo le passerelle immerse nei canneti, possiamo osservare e ascoltare le numerose specie di uccelli che abitano la riserva, aiutati dai disponibilissimi e competenti gestori dell'Oasi che possono raccontarci la storia naturale e non solo del territorio, anche attraverso la presenza di un piccolo museo gratuito che racconta la ricchezza naturale del Lago.

Se non avete ancora provato, è disponibile il noleggio kayak, canoe e barche a remi, per un'esperienza più diretta. Potete immergervi nei numerosi canali attraverso i canneti per poi sbucare nelle acque aperte del lago e godervi il panorama delle Alpi Apuane sullo sfondo. È inoltre possibile effettuare visite guidate con barca a motore elettrico, tramite prenotazione, per un contatto più intimo con questo luogo ricco di storia e di meraviglie naturali.

Il paese di Massaciuccoli non offre soltanto la bellezza naturale della Riserva del Chiarone ma può emozionare con lo splendore delle sue rovine romane. A 5 minuti a piedi dalla Riserva è possibile, infatti, visitare l'antica villa dei Venulei, ricca famiglia romana del I secolo d.C., con il suo monumentale impianto termale. Le terme sono ben conservate ed è ancora possibile osservare la piscina centrale del Frigidarium e le complesse strutture del Calidarium costruite per scaldare l'acqua e aumentare la temperatura del locale. Da quest'area si può osservare una meravigliosa vista del Lago di Massaciuccoli.

Spostandoci verso Nord, non possiamo rinunciare a fare un saluto all'"Ulivo dei trenta zoccoli", ulivo pluricentenario che si trova in località Piano del Quercione, nel comune di Massarosa. Questa antica pianta ha una circonferenza di 10,5 m ed è alto 9 m e, sebbene si dibatta sulla sua età, sembra non essere inferiore ai 700 anni. Il particolare nome venne conferito nella prima metà del '700 dallo scrittore George Christoph Martini, che raccontò nei suoi diari come, in periodo di raccolta delle ulive, egli cercò di misurare la maestosità dell'albero dal numero di persone arrampicate sui suoi rami proprio per raccoglierne i frutti. Contò così gli zoccoli, ovvero le calzature che i contadini avevano lasciato alla base dell'ulivo per arrampicarsi meglio, trovandone trenta.

Siamo quindi pronti a riprendere la strada per **Pietrasanta**, capoluogo della Versilia storica. So-prannominata la piccola Atene per la quantità di artisti, specialmente scultori, che qui hanno lasciato numerose opere, Pietrasanta è una bellissima città d'arte. Da visitare sono certamente il Duomo di San Martino, dalla facciata in marmo bianco e dallo stile romanico-gotico, e la Rocca

di Sala, imponente fortezza di origine longobarda, dalla quale si può osservare, in giornate limpide, dall'Arcipelago Toscano, alle Alpi Apuane, alla costa ligure. Ma la particolarità di Pietrasanta è che qui l'arte è ben lontana da appartenere al passato. Solo camminando per le vie del corso è possibile incontrare numerose sculture contemporanee, da "Il guerriero" di Fernando Botero a "Il coccodrillo" di Girolamo Ciulla, da "Chiave del Sogno" di Ken Asuda a "Il centauro" di Igor Mitoraj, insomma, un vero e proprio museo a cielo aperto. Due dei principali musei del paese sono proprio dedicati al lavoro degli artisti del marmo: sia nel **Museo dei Bozzetti** che nel **MuSA (Museo virtuale della Scultura e dell'Architettura)** è possibile osservare il processo creativo degli artisti di fama internazionale legati a Pietrasanta, attraverso documentari, bozzetti in gesso, modelli e tanto altro. L'arte a Pietrasanta non è solo scultura e pittura. Nella piccola frazione di **Valdicastello**, borgo rurale a dieci minuti da Pietrasanta, fra gli uliveti e la deliziosa pieve romanica, vide i suoi natali il poeta Giosuè Carducci, premio Nobel per la letteratura nel 1906. La casa natale è visitabile e contiene arredi e ricordi della vita dell'artista.

DOVE POTER GUSTARE IL PESCE PESCATO DA MARE NOSTRUM E COPAV

TERESA BISTROT SUL MARE - Viale Europa 2, Viareggio (LU) - 393 712 8345

(www.bagnoteresa.it; @bistrotsummare)

OSTERIA LE TERME - Via Pietra a Padule al Sasso, Massaciuccoli (LU) - 0584 974583

(www.osterialeterme.it; @osteria.letterme)

RISTORANTE HOTEL LE ROTONDE - Via del Porto 77, Massaciuccoli (LU) - 0584 975439

(www.lerotonde.it)

RISTORANTE DA MIRO - Via Michele Coppino 289, Viareggio LU - 0584 384065

([www.ristoratedamiro.com](http://www.ristorantedamiro.com))

RISTORANTE PINO - Via Giacomo Matteotti 18, Viareggio LU - 0584 961356 (

www.ristorantepino.it)

CONTATTI UTILI

MARE NOSTRUM SOCIETÀ COOPERATIVA - Piazzale Don Siro Politi 1, Viareggio (LU) - 0584 350853
(www.pescato.net)

CO.P.A.V. SOCIETÀ COOPERATIVA - Via Savi 286, Viareggio (LU) - 0584 387730

GRAN TEATRO ALL'APERTO GIACOMO PUCCINI - Via delle Torbiere, Torre del Lago Puccini (LU) 0584 350567 (www.puccinifestival.it)

MUSEO VILLA PUCCINI - Viale Giacomo Puccini 266, Torre del Lago Puccini (LU) - 0584 341445
(www.giacomopuccini.it; @MuseoVillaPuccini)

SERVIZIO BATELLI TORRE DEL LAGO PUCCINI - TORRE del Lago Puccini (LU) - 3389029465

OASI LIPU MASSACIUCCOLI - Via del Porto 154, Massaciuccoli (LU) - 0584 975567
(www.oasilipumassaciuccoli.org; @oasi.massaciuccoli)

AREA ARCHEOLOGICA MASSACIUCCOLI ROMANA - Via Pietra a Padule, Massaciuccoli (LU) 0584 974550 (www.parcosanrossore.org/poi/area-archeologica-massaciuccoli-romana)

MUSA, MUSEO VIRTUALE DELLA SCULTURA E DELL'ARCHITETTURA - Via Sant' Agostino, 61, Pietrasanta (LU) (@musa.pietrasanta; www.musapietrasanta.it)

MUSEO DEI BOZZETTI "PIERLUIGI GHERARDI" - Via S. Agostino 1, Pietrasanta (LU) - 0584795500
(@museodeibozzetti; www.museodeibozzetti.it)

CASA MUSEO DI GIOSUÈ CARDUCCI - Via Valdicastello Carducci, 147/A, Pietrasanta (LU) - 0584 795500 (www.comune.pietrasanta.lu.it/index.php?id=260)

VERSILIA E-BIKE - Viale Daniele Manin 33, Viareggio (LU) - 347 339 6979 (@VersiliaeBike)

PER INFORMAZIONI SU OSPITALITÀ E TURISMO IN VERSILIA

www.visitversilia.net - www.laversilia.it

PERCORSO TURISTICO 3: DI PARCO IN PARCO CON LUDOVICO ARIOSTO



Percorso: A) Viareggio - B) Riserva della Lecciona - C) Orto Botanico delle Alpi Apuane "Pellegrini-Ansaldi" - D) Isola Santa - E) Castelnuovo Garfagnana - F) Riserva Naturale dell'Orecchiella

Lunghezza: 100 km (2h e 30 senza sosta)

Tempo necessario: 1-2 giornate

Mezzo: in auto e in bicicletta

Imprese toccate nel Percorso:

CITTADELLA DELLA PESCA O.P.; ALLEVAMENTO ITTICO GRASSI FABIANO



Il percorso comincia a **Viareggio**, località balneare tra le più celebri d'Italia e nota per essere una tra le più importanti roccaforti Liberty del nostro Paese. Numerosi sono gli itinerari d'interesse che si possono seguire in questa città famosa per il mare ma non solo. Possiamo scegliere se concederci una passeggiata in città, oppure esplorare i dintorni noleggiando delle biciclette con cui potersi spostare comodamente anche fuori dal centro urbano. Allontanandoci dal centro di Viareggio, infatti, possiamo raggiungere facilmente le meraviglie naturali del Parco Regionale di Migliarino, San Rossore, Massaciuccoli, importante Area Protetta che si estende sulla fascia costiera delle province di Pisa e Lucca. Dalla zona della darsena di Viareggio è infatti possibile imboccare il Viale dei Tigli che ci porta direttamente all'interno di una delle riserve più importanti del Parco, la **Riserva della Lecciona**. In pochi minuti raggiungiamo facilmente Villa Borbone, splendida villa ottocentesca edificata dall'architetto Lorenzo Nottolini per conto dell'omonima duchessa di Lucca, Maria Luisa di Borbone-Spagna. Da questo edificio, con il suo ampio parco, le scuderie e la cappella annessa, inizia il Sentiero Natura, un percorso attraverso la macchia lucchese che porta direttamente alla spiaggia attraversando boschi allagati, aree di macchia mediterranea e uno degli ecosistemi dunali meglio preservati in Italia. Al termine di questo piacevole tour in bicicletta, adatto anche ai più piccoli, possiamo goderci un bel bagno immersi in un contesto completamente naturale, pur così

vicino alla città, e con le Alpi Apuane a sfondo.

Dopo una mattinata dedicata alla scoperta del Parco, in breve riprendiamo la via del ritorno per raggiungere nuovamente la zona del Porto, dalla quale possiamo approfittarne per fermarsi e godere di un pranzo a base di pesce. La mariniera di Viareggio è la più grande della Toscana e nel 2015 è stata creata una Organizzazione di Produttori (Cittadella della Pesca O.P.) che raccoglie 14 soci e 62 motopescherecci, con l'obiettivo di valorizzare il settore pesca attraverso una commercializzazione organizzata del pescato con un occhio attento alla minimizzazione dello sforzo di pesca e allo stesso tempo alla redditività delle imprese. Seguendo questo filo rosso, tra le varie iniziative che la O.P. organizza troviamo la gestione del nuovo mercato ittico e l'utilizzo del proprio pescato per una ristorazione di qualità, un'occasione da non perdere per un pranzo a km 0 e cucinato sul posto. Inoltre Cittadella della Pesca gestisce attività di educazione alimentare e ambientale per le scuole e percorsi di degustazione per i turisti.

Si prosegue dopo pranzo in direzione delle Apuane, le cui vette si stagliano a picco sul mare regalandoci un suggestivo panorama. Andando verso Massa e salendo attraverso Pariana, Altagnana ed Antona si arriva all'**Orto Botanico delle Alpi Apuane "Pellegrini-Ansaldi"**, un vero e proprio unicum nel suo genere, localizzato all'interno del Parco Regionale delle Alpi Apuane. Si tratta infatti di un orto botanico "spontaneo", in cui l'unico intervento è quello di aver attrezzato un percorso dedicato alla scoperta della flora tipica delle Alpi Apuane, un vero e proprio hotspot di biodiversità riconosciuto a livello internazionale.

Dopo una visita all'Orto si prosegue per varcare il Passo del Vestito, giungendo ad Arni e quindi in località Tre Fiumi, per immettersi poi sulla via d'Arni SP 13 (strada del Cipollaio), proveniente dalla Versilia via Querceta-Serravezza-Ruosina. Da Tre Fiumi si prosegue in direzione Castelnuovo Garfagnana per circa 4 Km. Dopo poco incontriamo **Isola Santa**, antico borgo luogo di sosta per i viandanti. Le casette di pietra, dai tetti in ardesia, sono quanto resta del nucleo originario, in parte sommerso dalle acque del bacino artificiale. Pittresco e ben conservato, il paesino offre soggiorni pieni di fascino, per la bellezza dei panorami e il silenzioso fruscio delle foreste. Un posto ideale per raccogliere funghi, pescare trote selvatiche* e dedicarsi all'escursionismo. Da Isola Santa partono, infatti, diversi sentieri escursionistici che raggiungono il Monte Sumbra o il Gruppo delle Panie, una facile passeggiata costeggia la sponda destra del lago per raggiungere la Pollaccia, una possente risorgiva carsica che alimenta il lago stesso.

* Per la pesca è necessario munirsi dell'apposita licenza, acquistabile in loco anche per singole giornate.

ESCURSIONISMO

Le Apuane sono meta di numerosissimi escursionisti, e la rete di sentieri mantenuta dal Club Alpino Italiano è molto estesa. Per gli interessati a questo tipo di attività si suggerisce di visitare il sito <http://www.escursioniapuane.com/>, da cui si possono consultare numerosi itinerari di diversa lunghezza, difficoltà e a tema. Per l'occasione si consiglia l'anello che da Isola Santa raggiunge l'alpeggio del Puntato, perla unica nel suo genere, per poi tornare al punto di partenza. Si tratta di un itinerario semplice, (difficoltà E) che si completa in poco più di 4h. Per maggiori informazioni: http://www.escursioniapuane.com/itinerari/itinerario.aspx?Id_Itinerario=195

NB: Si ricorda che l'escursionismo è una pratica potenzialmente rischiosa, consigliata a chi è già pratico di tale attività e dispone dell'attrezzatura necessaria (mappa, abbigliamento, ecc.)



Da Isola Santa si prosegue, sempre attraverso la SP 13, verso **Castelnuovo Garfagnana**, considerato il capoluogo e cuore verde della Garfagnana. Forte è il legame di questo borgo con lo scrittore Ludovico Ariosto, qui inviato nel 1525 a ricoprire la carica di Governatore della Garfagnana, da poco annessa al Ducato Estense di Ferrara. Un legame indubbiamente travagliato, testimoniato da versi poetici dalle tinte fosche che rispecchiavano i conflitti interni con un territorio tanto aspro che lo teneva lontano da casa di Ariosto. In suo onore è stata nominata l'imponente Rocca Ariostesca, mole trapezoidale originaria dell'XI secolo nota per aver ospitato lo scrittore durante il suo mandato di Governatore. Nonostante le piccole dimensioni di questo pittoresco borgo, in pochi passi attraversiamo numerosi edifici storici che hanno caratterizzato la storia di questo territorio, passando dal Duomo dei Santi Pietro e Paolo, in stile rinascimentale e contenente una pala attribuita al Verrocchio oltre alla celebre scultura del Cristo Nero, dal Teatro Alfieri, secondo per capienza della provincia, fino alle mura del borgo antico, con la pittoresca "Porta di Castruccio".

Dopo questo approfondimento storico a Castelnuovo proseguiamo seguendo la Strada Provinciale per Villa Collemandina, dove è situato l'impianto di ingrasso di trote iridee e fario dell'**Allevamento Ittico Grassi Fabiano**, e deviamo verso la **Riserva Naturale dell'Orecchiella**, un'area naturale protetta all'interno del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano. Qui si possono trovare varie strutture istituite dal Corpo Forestale dello Stato, quali il Centro Visitatori, il Museo dei Rapaci, rifugi di sostegno al turismo naturalistico, punti di ristoro, il Giardino di montagna, l'Orto botanico e stands di prodotti tipici locali.

L'intera area è già da anni una meta turistica molto conosciuta ed è dotata di numerosi sentieri, tutti ben segnalati, per percorsi che vanno da meno di un'ora ad intere giornate, attraversando scenari estremamente spettacolari, sia per le fioriture che per i paesaggi che si incontrano. Numerose sono inoltre le possibilità di ristoro e di alloggio nel territorio del Parco, a seconda delle esigenze. Infine, nel Parco, oltre ad escursioni a piedi è possibile effettuare giri in mountain bike e a cavallo o scoprire i segreti del Parco attraverso apposite visite guidate.

DOVE POTER GUSTARE IL PESCE DELLA CITTADELLA DELLA PESCA O.P.

TERESA BISTRÒ SUL MARE - Viale Europa 2, Viareggio (LU) - 393 712 8345 (Facebook)
RISTORANTE DA GIORGIO - ia Giuseppe Zanardelli 71, Viareggio (LU) - 0584 44493
([www.ristoratedagiorgioviareggio.it](http://www.ristorantedagiorgioviareggio.it))
RISTORANTE DA ROMANO - Via Giuseppe Mazzini 122, Viareggio (LU) - 0584 31382
(www.romanoristorante.it)
NUOVO MERCATO ITTICO - Molo Marinai D'Italia 2242, Viareggio (LU)
IL CRO DI PIETRASANTA - Via G. Garibaldi 65, Pietrasanta (LU) - 329 8496801 (@croportaalucca)

DOVE POTER GUSTARE IL PESCE DELLA TROTICOLTURA DI GRASSI FABIANO

AL TEATRO - Via Roma 29, Castelnuovo di Garfagnana (LU) 324 994 5918
(www.alteatrolaboratoriodelgusto.com; @AlTeatroLaboratorioDelGusto)
IL BARETTO - Via Farini 5, Castelnuovo di Garfagnana (LU) - 350 085 2832 (@ilbaretto.dini)
RISTORANTE LA GREPPIA 3.0 - Parco dell'Orecchiella 2, San Romano in Garfagnana (LU) - 0583 619018 (Facebook)

CONTATTI UTILI

PARCO REGIONALE MIGLIARINO, SAN ROSSORE E MASSACIUCOLI - Loc Casine Vecchie - Pisa (PI)
050/539111 (www.parcosanrossore.org)
CITTADELLA DELLA PESCA O.P. - Molo Marinai d'Italia 2242; Viareggio (LU),
(www.cittadellapescaop.com; @cittadellapescaop)
BURLANOLO NOLEGGIO CICLI - Viale Capponi, Viareggio (LU) - 0584 49991

(www.burlanolo.it; @burlanolo)

NOLO CICLI DI PATRIZIA EGIDIA - Viale Capponi 2, Viareggio (LU) - 0584 944699
(@nolo2dapatrizia)

MUSEO DELLA MARINERIA ALBERTO GIANNI - Via Pescheria 9, Viareggio (LU) - 0584 966342
(@muesomarineriavg)

ORTO BOTANICO DELLE ALPI APUANE "PELLEGRINI-ANSALDI" - Via dei Colli, Pian della Fioba (MS) - 348 880 9255 (www.parcapuane.toscana.it/ortonuovosito/index.html)

RISERVA NATURALE DELL'ORECCHIELLA - San Romano in Garfagnana (LU) - 0583 619098
(www.parcoappennino.it/pagina.php?id=148;)

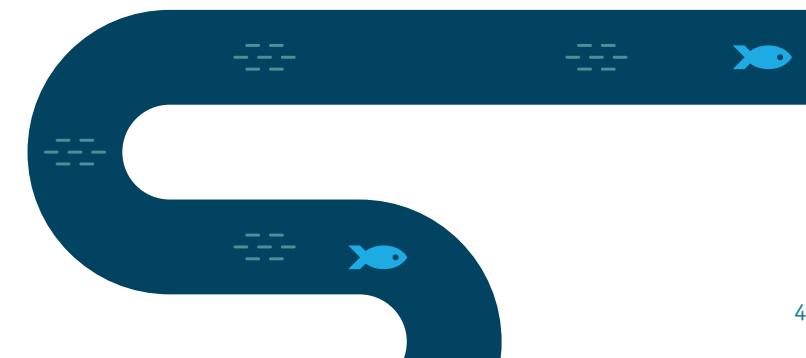
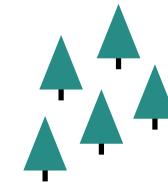
ALLEVAMENTO ITTICO DI GRASSI FABIANO - Località la Casetta, Villa Collemandina (LU)
all.itticograssif@libero.it

PER INFORMAZIONI SU OSPITALITÀ e TURISMO IN VERSILIA e GARFAGNANA

www.visitversilia.net

www.laversilia.it

www.turismo.garfagnana.eu



I PERCORSI ALLA SCOPERTA DEI TERRITORI DEL FLAG "TRA MASSA-CARRARA E LUNIGIANA"

PERCORSO DIDATTICO "DAL FIUME AL MARE"

Questo percorso è adatto per gli studenti delle scuole primarie e secondarie e si sviluppa dalla Lunigiana alla costa, in un percorso denominato "Dal Fiume al Mare". L'itinerario didattico vuole essere un anello di congiunzione tra gli usi e le tradizioni storiche, le caratteristiche ambientali e faunistiche legati alla presenza del fiume Magra e dei suoi affluenti in Lunigiana con la costa di Carrara, dove il mare con le sue spiagge e il porto peschereccio e commerciale rappresentano un esempio di equilibrio tra attività e rispetto ambientale.

Il percorso si articola in tre giornate in cui, partendo dal fiume (Giorno 1 e Giorno 2) e seguendone idealmente il corso, si scende verso il mare (Giorno 3). Nella prima e seconda giornata si potrà scegliere di svolgere una sola attività o più di una concordandole con le cooperative che le organizzano.

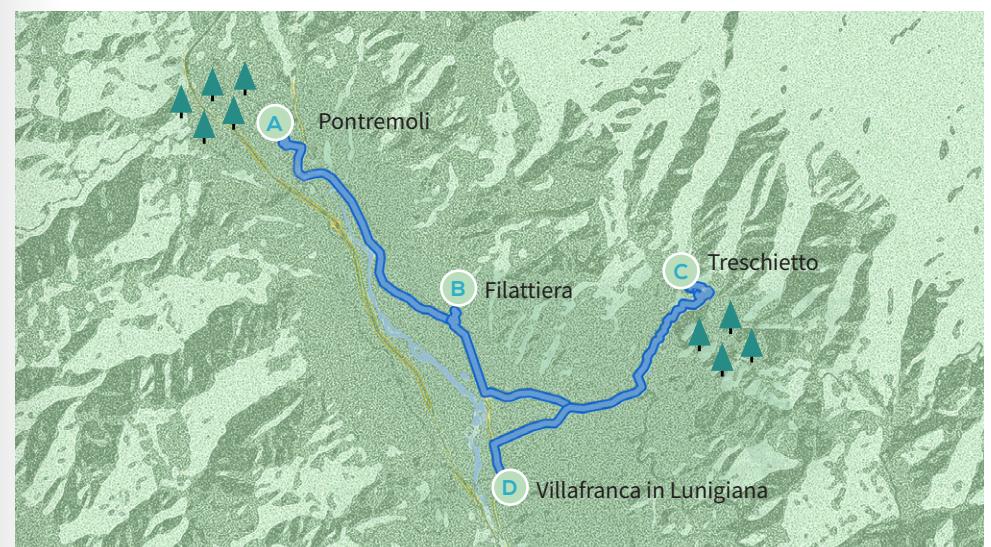
Naturalmente la scuola sarà libera, in base al programma di studio, agli interessi di insegnanti e al tempo a disposizione e al budget, di svolgere tutte e tre le giornate od una sola. Si consiglia però, per vivere a pieno l'esperienza, di scegliere almeno una giornata in Lunigiana e una sulla costa.

NB: Le giornate didattiche possono essere svolte anche non consecutivamente. Non sono stati indicati i costi delle attività poiché da concordare in base alle attività scelte.

GIORNO 1

Percorso didattico "Dal Fiume al Mare" – Il Fiume Magra in Lunigiana. Luoghi: A) Pontremoli - B) ANPIL Fiume Magra, Filattiera - C) Torrente Tanagorda, Treschietto (Bagnone) - D) Museo Etnografico della Lunigiana, Villafranca in Lunigiana

Tempo necessario: 1 giornata
Mezzo: in autobus e a piedi



A) Pontremoli



La cittadina di Pontremoli, “porta dell’Appennino”, si sviluppa in una lingua di terra che divide il fiume Magra dal suo primo grande affluente, il torrente Verde. Tra queste due valli, separate dall’ultima propaggine del Monte Molinatico, in epoca altomedievale si sviluppa l’abitato pontremoleso. La presenza della cittadina è attestata nel diario di Sigerico, Arcivescovo di Canterbury in viaggio da Roma all’Inghilterra, che convenzionalmente è utilizzato per tracciare le tappe del percorso storico della via Francigena. Sigerico ci racconta di “Pont Tremel”, facendo riferimento ai ponti tremolanti, allora costruiti in legno, che dovevano permettere l’attraversamento del Magra e del Verde in questa località e collegare così la Lunigiana con i passi di montagna della Cisa, del Brattello, del Borgallo e dei Due Santi.

La presenza dei ponti è quindi fondamentale non solo per gli abitanti del borgo, ma anche per tutti i viaggiatori di un tempo (pellegrini, soldati, mercanti) che scendevano dal Nord Italia in direzione del mare e della Toscana.

I ponti pontremolesi che possiamo vedere ancora oggi risalgono a periodi differenti. I più antichi sono i “gemelli” Ponte della Cresa e Ponte Stemma, che con la Torre del Casotto costituisce l’emblema cittadino. I due ponti attraversano il torrente Verde ed erano noti anche come “Ponti di San Francesco” perché permettevano di raggiungere il convento situato fuori dalle mura cittadine.

La passeggiata nel borgo si svolge lungo le sponde del torrente Verde e lungo la Via Francigena, con particolare attenzione alle strutture di tutti i ponti che oggi attraversano i due fiumi nei pressi del centro storico.

Al termine della visita guidata, caccia al tesoro nel borgo! I ragazzi, divisi in due squadre, dovranno scovare gli indizi e le informazioni per “scrivere” la storia di Pontremoli.

B) L’ANPIL Fiume Magra di Filattiera e la Via Francigena

L’Area Naturale Protetta del fiume Magra è caratterizzata da un ambiente diversificato che permette di ospitare e quindi di osservare diverse specie di uccelli tra cui anatre, limicoli, gruccioni, martin pescatore e diverse specie di aironi, tra cui l’airone bianco maggiore e la nitticora. Come i pellegrini e i commercianti che transitavano sulla Francigena nel Medioevo, anche gli uccelli scelgono infatti il fiume Magra come corridoio migratorio per raggiungere la costa. Il percorso dell’escursione coincide, in questo tratto, con la Via Francigena, ricca di testimonianze storiche medievali come l’Abbazia di San Caprasio ad Aulla, la Chiesaccia di Fornoli e la Pieve di Sorano.

Per tutta la giornata, quindi, i ragazzi saranno osservatori naturali e “Pellegrini per un giorno”.

C) Il Torrente Tanagorda a Treschietto - Bagnone

Il torrente Tanagorda è un piccolo affluente del torrente Bagnone che scorre tra le frazioni di Iera e Treschietto in un letto molto stretto circondato da una natura rigogliosa e incontaminata. In questo ambiente, caratterizzato da un’alta biodiversità, è stata rilevata la presenza di anfibi quali tritoni, geotritoni, salamandre pezzate, che rappresentano indicatori biologici della qualità delle acque e dell’ambiente.

La recente scoperta di un sito riproduttivo della salamandrina dagli occhiali non fa che arricchire il patrimonio naturale di questo selvaggio angolo di Lunigiana. L’escursione è dedicata all’osservazione e all’analisi dell’aspetto e del comportamento degli anfibi al fine di comprenderne il ruolo ecologico e la relazione con l’ambiente circostante.

D) Il Museo Etnografico della Lunigiana

Il Museo Etnografico della Lunigiana è situato in un complesso di edifici storici comprendenti gli antichi mulini della comunità di Villafranca, posti presso la porta settentrionale del borgo e a ridosso dell’antico ponte sul torrente Bagnone.

Dalla ricca cartografia storica dei secoli XVI-XVII-XVIII e dalla documentazione fotografica tra XIX e XX secolo, seguiremo l’incessante lavoro che nel corso dei secoli ha plasmato la fisionomia del paesaggio, con particolare riferimento alle sistemazioni idrauliche, la rete irrigua per i torchi e mulini. Al Museo scopriremo alcuni degli oggetti utilizzati dai nostri antenati per la pesca, la macinazione delle farine e per la lavorazione della canapa, pianta tipicamente fluviale.

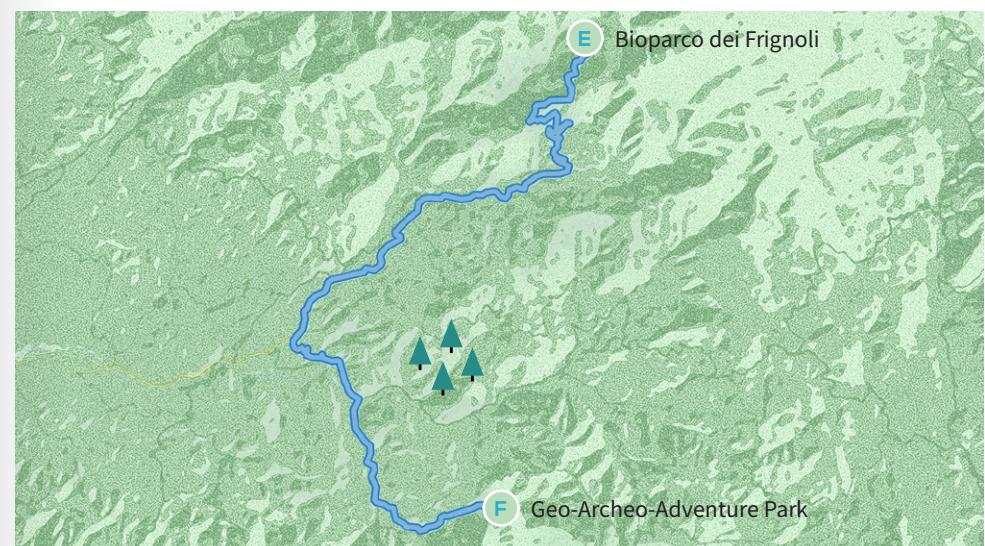
GIORNO 2

Percorso didattico “Dal Fiume al Mare” – Avventura in Lunigiana.

Luoghi: E) Bioparco dei Frignoli, Fivizzano - F) Geo-Archeo-Adventure park di Equi Terme

Tempo necessario: 1 giornata

Mezzo: in autobus e a piedi



E) Il Bioparco dei Frignoli

È una struttura a 900 metri di quota nel Parco Nazionale dell’Appennino Tosco-Emiliano. Riserva della Biosfera UNESCO, riconosciuta dalla Regione Toscana come Centro per la conservazione ex situ della Biodiversità, rappresenta uno scrigno di diversità naturalistiche e culturali da scoprire.

Il Bioparco dei Frignoli è organizzato all’interno di un ex-vivaio forestale di 10 ettari ed è il luogo ideale per esperienze didattiche in laboratorio e in natura. La classe infatti, potrà scegliere tra molte opzioni di visita tra cui:

- Visitare l'Orto botanico ricco di piante rare o in pericolo di estinzione tipiche dell'Appennino Tosco-Emiliano e delle Alpi Apuane suddiviso in collezioni a tema come l'arboreto, le erbe aromatiche e spontanee di uso alimentare, i salici e le peonie e integrato con ricostruzioni di particolari habitat, come i calcari e marmi delle Apuane e le zone umide dell'Appennino.
- Utilizzare il Laboratorio scientifico-didattico costituito da un'ampia sala con banconi attrezzati con stereo-microscopi che gli studenti potranno utilizzare durante le attività proposte. Nel laboratorio è inoltre presente una banca del germoplasma (semi) e sono conservati l'erbario del Bioparco e diverse pubblicazioni a tema.
- Osservare gli incubatoi per la riproduzione della trota autoctona appenninica e del gambero di fiume, costituiti da: avannotteria, quattro vasche per la conservazione e l'accrescimento e un lago per i riproduttori.
- Percorrere un percorso che, con l'ausilio di pannelli didattici, permette di scoprire anfibi (come tritoni e salamandre) e pesci (come la trota fario) nel loro ambiente naturale.

Al Bioparco è inoltre possibile cimentarsi nel **Percorso acrobatico Lo Scoiattolo**, un emozionante percorso tra le chiome degli alberi, con imbragli, caschi, moschettoni e carrucola forniti dal Bioparco, o percorrere il **Sentiero delle Cinque Foreste**, un suggestivo sentiero che si snoda attraverso varie tipologie di bosco caratterizzate dalla presenza di specie arboree spontanee, come faggio, abete bianco e cerro, o introdotte e derivanti dalla passata attività di vivaio forestale, come pino nero, abete di Douglas e cipresso di Lawson.

Il bioparco è ben attrezzato anche per l'ospitalità con aree PIC-NIC, un campeggio per tende con ampie piazzole, servizi igienici, docce, area lavabi e barbecue e una piccola e graziosa foresteria dotata di 24 posti letto, ideale per soggiorni didattici immersi nella natura.

F) Il Geo-Archeo-Adventure Park di Equi Terme

Il Geo-Archeo-Adventure Park delle Grotte di Equi è un complesso di grande interesse geologico e paleontologico che offre attività diversificate per le scolaresche: visite geologiche, naturalistiche, paleontologiche, esperienze avventura, escursioni a piedi e in e-bike. All'interno del Geo-Archeo-Adventure Park delle Grotte di Equi è possibile trovare un attrezzato Centro Visitatori con Museo interattivo di Scienze della Terra 'ApuanGeoLab', E-Bike Center per noleggio e tour guidati; le Grotte carsiche visitabili con percorso turistico o con escursioni Speleo-avventura; la zipline per osservare in volo il torrente carsico; La Tecchia preistorica, la mostra archeologica e il Museo delle Grotte.

A breve distanza è inoltre facilmente visitabile il **Solco di Equi**, un canyon naturale che porta fino alle cave di marmo, dove ammirare la Valle Glaciale del Pizzo d'Uccello e specie vegetali carnivore esclusive della zona.

È possibile quindi pianificare, in base alla fascia d'età, una serie di percorsi, visite guidate e laboratori con lezioni multimediali e attività pratiche da integrare con la visita al Bioparco dei Frignoli.

In particolare:

Le Grotte di Equi costituiscono un esteso complesso carsico ipogeo, modellato nei millenni dall'erosione dell'acqua che ha formato cavità, cunicoli, sale, stalattiti, stalagmiti e laghi sotterranei di grande suggestione. Il percorso attrezzato per la visita inizia in una zona fossile detta "La Buca", già nota nel '700, e prosegue successivamente in un'affascinante cavità ancora attiva detta "Le Grotte".

All'esterno delle grotte, oltre all'area paleontologica e archeologica della Tecchia preistorica, si snodano percorsi geo-naturalistici dove si possono ammirare emergenze botaniche e geologiche

come le sorgenti carsiche della Buca e della Barrila, e marmite dei giganti, particolari formazioni create dall'erosione dell'acqua abbinata a quella meccanica delle rocce. Il complesso delle Grotte di Equi è poi dotato di una struttura che ospita un centro espositivo-didattico e due sale adibite a laboratorio didattico, in una delle quali è stato allestito uno scavo scuola indoor per attività pratiche di paleontologia e archeologia.

All'interno del Complesso delle Grotte si apre la famosa Tecchia di Equi, sito archeologico e paleontologico di rinomanza internazionale, composto da un vasto piazzale esterno, detto Riparo, e dalla Grotta che si addentra nel fianco della montagna per circa 30 m. È nota soprattutto per il ritrovamento di una grande quantità di ossa di animali estinti tipici del clima temperato e freddo, in particolare di orso delle caverne (*Ursus spelaeus*), ma anche per gli scavi che, condotti a partire dal 1911, hanno riportato alla luce testimonianze di frequentazioni umane.

La Grotta è stata probabile luogo di sepolture collettive: sono state infatti ritrovate ossa di almeno una trentina di individui, insieme a ornamenti in osso e in calcare, punte di freccia e frammenti di vasi. In Epoca Medievale (XII-XV sec.) venne realizzata nel piazzale del Riparo una grande struttura in muratura, forse un santuario rupestre, coperto da un tetto ligneo con le travi conficcate nella parete della montagna.

Il Museo ApuanGeoLab è un moderno e particolare museo nato per divulgare le Scienze della Terra. È strutturato come un laboratorio di "macchine" meccaniche interattive ed offre un'esperienza scientifica unica.

Il visitatore sperimenta fenomeni fisici e chimici che hanno formato e modellato il pianeta nei tempi geologici per capire come avvengono i terremoti, come nascono le montagne, perché si è formato il Mediterraneo e modellato l'Appennino e in che modo le acque hanno scavato le Alpi Apuane.

Il complesso carsico delle Grotte e il solco di Equi fanno parte dei Geositi più importanti del Parco Regionale delle Alpi Apuane, recentemente riconosciuto come Geoparco dall'UNESCO.

GIORNO 3

Percorso didattico "Dal Fiume al Mare" – Impariamo con i pescatori: il mare di Marina di Carrara.
Luoghi: G) Cooperativa pescatori Alta Marea - Marina di Carrara

Tempo necessario: 1/2 giornata
Mezzo: in autobus e a piedi



Il percorso ha l'obiettivo di far conoscere i luoghi e le risorse del nostro mare e, più nello specifico, di parlare di ecosistema marino e biodiversità delle aree di pesca del territorio del FLAG Alto Tirreno Toscano. Le attività che verranno svolte insieme ai pescatori della Cooperativa Alta Marea, vogliono favorire la conoscenza del mare di Carrara e promuoverne il ricco patrimonio produttivo, storico e culturale, sensibilizzando gli studenti alla tutela della biodiversità marina.

Durante l'incontro sarà possibile conoscere le diverse attività legate al mondo della pesca, in particolar modo alla gestione sostenibile della risorsa marina e alle caratteristiche del pescato. Si potrà provare a rammentare una rete da pesca, si scoprirà come si svolge una giornata di pesca in mare con le reti della piccola pesca artigianale grazie al racconto di un pescatore, si potrà osservare il bottino di una giornata di pesca e la varietà dei pesci catturati. Si imparerà l'importanza di rispettare la stagionalità nel consumo del pesce, come si fa per frutta e verdura, e a riflettere insieme sulle nostre abitudini alimentari che ci spingono a consumare pochissime varietà di pesce.

Si potrà assistere alla pulizia di una rete da pesca e se concordato, gustare una merenda a base di prodotti pescati e trasformati dalla cooperativa.

CONTATTI UTILI

GIORNO 1

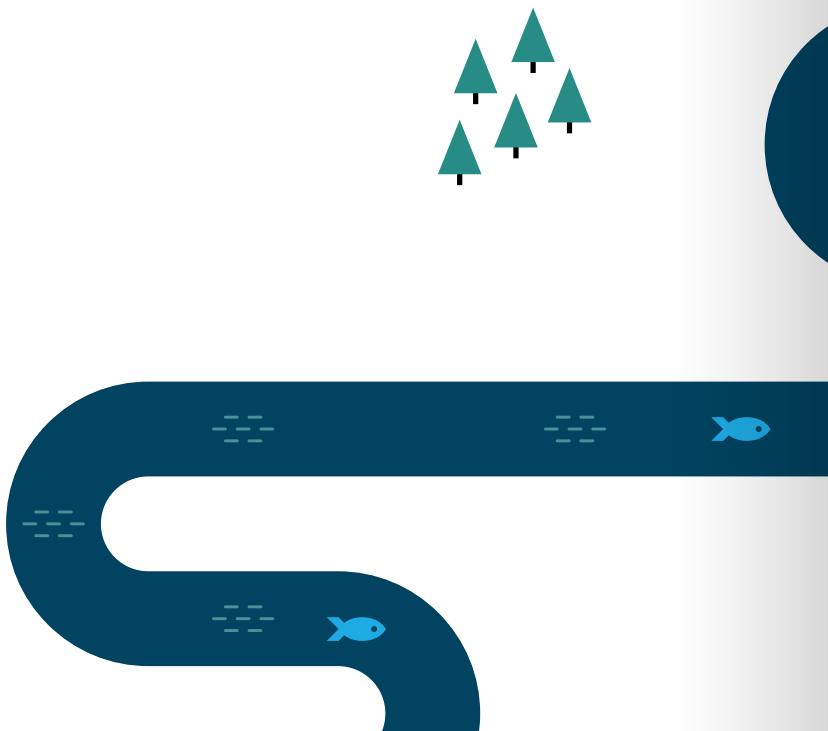
- SIGERIC Soc. Coop.** - info@sigeric.it - 331 8866241

GIORNO 2

- ALTERECO Soc. Coop.** - alterecco@lunigianasostenibile.it - 0585874595 e 338 5814482

GIORNO 3

- ALTA MAREA Soc. Coop.** - altamarea@gmail.com - 333 1952121



PERCORSO TURISTICO 1: ALLA SCOPERTA DI MICHELANGELO



Percorso:

- A) Marina di Carrara - B) Carrara - C) Colonnata - D) Monzone
- E) Equi Terme - F) Vinca

Lunghezza: 95 km (3 ore senza sosta)

Tempo necessario: 1-2 giornate



Mezzo: in auto

Imprese toccate nel Percorso: ALTA MAREA Soc. Coop. (Marina di Carrara); TROTICOLTURA DAMIANI (Monzone)



Il nostro percorso parte dalla banchina del **Porto di Marina di Carrara**, nell'area pescatori. La **Cooperativa ALTA MAREA**, nata nel 2019, ha ormeggiato qua le proprie imbarcazioni della piccola pesca artigianale e ha un proprio punto vendita per la commercializzazione del pescato. All'arrivo chiedete del Presidente della Cooperativa, il Sig. Batti, che sarà lieto di raccontare aneddoti sul suo lavoro e di far conoscere meglio la cooperativa con i suoi 19 soci e 9 imbarcazioni. Naturalmente è possibile anche acquistare del pesce fresco appena pescato e sicuramente genuino.

Da Marina di Carrara, spostandoci di pochi km, arriviamo a **Carrara**, la città del marmo. Questo materiale, estratto dalle vicine cave, ha fatto la storia e la fortuna di questo luogo. Anche lo stemma della città e perfino il nome del comune sono da sempre legati al marmo: il simbolo della città rappresenta infatti la ruota e lo stesso sembra fare il toponimo, che alcuni fanno derivare da Cararia,

luogo dei carri, quei carri su cui venivano trasportati i blocchi di marmo.

In Piazza Duomo, il cuore pulsante della città, si trova la Collegiata di Sant'Andrea, poi divenuta la splendida Cattedrale, celebre per la grandiosa facciata interamente rivestita in marmo bianco lunense alternato a fasce di marmo nero di Colonnata. Nel centro storico consigliamo una visita al Santuario della Madonna delle Grazie, una chiesa in stile barocco-rococò costruita tra il 1620 e il 1660 e alla Chiesa del Carmine, la cui facciata presenta una scultura della Beata Vergine della Rosa eseguita dallo spagnolo Bartolomé Ordoñez.

Per capire il legame tra la città e il suo oro bianco merita una visita il **Museo Civico del Marmo**. Aperto nel 1982 su iniziativa del Comune di Carrara, documenta lo stretto legame tra questo prezioso materiale e la città, permettendone la valorizzazione e la conservazione. Lo spazio espositivo è articolato in sei sezioni interne e un'area esterna che offrono al visitatore un'immagine complessa e affascinante del patrimonio locale, spaziando dall'archeologia romana e storia del territorio, sino a illustrare le tecniche più innovative di scultura moderna in marmo e altri materiali.

Per continuare questo percorso di conoscenza del marmo consigliamo una visita al **CARMI- Museo Carrara e Michelangelo** a Villa Fabricotti, edificio ottocentesco situato all'interno del Parco della Padula. Il complesso museale, dedicato alla figura di Michelangelo, si articola su tre livelli e rappresenta un punto di riferimento per la storia dell'arte del Rinascimento e dei nostri giorni. Al piano nobile il museo ospita una mostra permanente dedicata al rapporto tra l'artista il territorio, la città di Carrara e il marmo. Il visitatore, attraverso 6 sale tematiche, può ammirare riproduzioni quali il Mosè in scala 1:1, ologrammi come quello del David che prende vita in una stanza, video, fotografie, stampe e documenti storici. Inoltre, nel parco che ospita il museo, sono presenti opere di artisti internazionali (Merz, Mainolfi, Parmiggiani e Morris).

Da non tralasciare il **mudaC (Museo delle arti Carrara)** ospitato nell'ex convento di San Francesco, recuperato e restaurato. È dedicato all'arte contemporanea e ospita opere acquisite dal Comune di Carrara nel corso delle varie edizioni della Biennale Internazionale di Scultura dal 1957 ad oggi. Durante l'anno organizza mostre, eventi e laboratori didattici dedicati alle scuole.

COME ARTISTI A CARRARA

Di grande interesse per gli appassionati di scultura sono i numerosi laboratori artistici di Carrara e dei paesi circostanti, come gli Studi Nicoli, fondati nel 1835, frequentati negli anni'30 da Mario Sironi, Arturo Martini e Fausto Melotti, che più recentemente hanno ospitato artisti del calibro di Louise Bourgeois e Anish Kapoor. Da ricordare la Cooperativa Scultori di Carrara, un piccolo laboratorio di grande qualità fondato nel 2016 da quattro giovani artigiani del marmo che sanno ancora usare con grande maestria lo scalpello. Sempre a Carrara, non si possono dimenticare gli Studi d'Arte Cave Michelangelo guidati da Franco Barattini e diretti da Luciano Massari, che hanno richiamato artisti come Maurizio Cattelan, Paul McCarthy e Jan Fabre.

Per un tour vi consigliamo Artour Toscana - www.toscana.artour.it

Proseguendo in direzione **Colonnata**, si attraversa il paese di Bedizzano. Ci troveremo quindi ad un incrocio a T indicante a sinistra la **cava Fantiscritti** e a destra la cava di marmo **CAVA 177**. Entrambe le località ospitano cave visitabili con tour organizzati. Dal 2017 è visitabile, alla fine del

lungo tunnel scavato nella roccia, la **cava Galleria Ravaccione**, un luogo lunare e suggestivo in piena attività estrattiva e centro di grande richiamo turistico: in questa cattedrale naturale, maestosa per dimensioni e imponenza, è ospitata, su una superficie di 160 m², la nuova opera di Ozmo, street artist toscano originario di Lari, rappresentante la Genesi raffigurata da Michelangelo nella volta della Cappella Sistina su commissione di Papa Giulio II.

Finita questa esperienza unica nel suo genere, potremo riprendere la strada per Colonnata, paese incastonato tra le vette delle Alpi Apuane, dove il tempo sembra essersi fermato. Questo antico centro di produzione marmifera esiste sin dall'epoca romana e sembra che il suo nome derivi dal fatto che il marmo qui estratto veniva utilizzato per costruire le colonne dei templi romani. L'oro bianco di Colonnata non è solo il marmo: il paese che ha dedicato ai cavatori uno splendido monumento dello scultore Sparapani è rinomato anche per la produzione del lardo. Alimento povero con cui un tempo si sfamavano i lavoratori più umili, oggi è diventato una prelibatezza: qui viene ancora preparato secondo tradizione e messo a stagionare nelle conche di marmo scavate a mano, che gli garantiscono impermeabilità e traspirazione.

ESCURSIONISMO

Un suggerimento: un'escursione a piedi che parte dalla piazzetta principale del paese di Colonnata (m. 532) e, seguendo il sentiero 38 che costeggia il Canale del Vento, raggiunge un antico castagneto da cui si risale fino alle Case del Vergheto (m. 837). Oltre le case, il percorso raggiunge l'inizio del sentiero 42 che si imbrocca e si segue nel bosco di castagni fino alla sorgente del ramo di Colonnata del Torrente Carrione. Da qui, per un terreno più aperto e scalinato in alto nella roccia, si raggiunge il sovrastante crinale della Cima d'Uomo (m. 968) che si percorre interamente in direzione Sud con belle vedute sulle cave di Colonnata e sul paese stesso. Al termine del crinale si inizia a scendere fino ad una brusca deviazione sulla destra che, con andamento pressoché orizzontale, porta a raggiungere una costa rocciosa ed una più bassa e rada pineta. Si arriva così ad una via di lizza in disuso e la si segue per un breve tratto, poi si piega a sinistra verso una zona di rocce inclinate che conduce alle case alte del paese di Colonnata e quindi nuovamente alla piazzetta ove ha avuto inizio l'escursione. Il percorso è un anello su sentieri con segnavia CAI 38 e 42 che richiede circa 3 ore - 3,30 di cammino con dislivello di circa 450 m. (www.aptmassacarrara.it; www.lunaetours.com).

NB: Si ricorda che l'escursionismo è una pratica potenzialmente rischiosa, consigliata a chi è già pratico di tale attività e dispone dell'attrezzatura necessaria (mappa, abbigliamento, ecc.).

Da Carrara o da Colonnata, se abbiamo deciso di fare una deviazione nel cuore delle cave di marmo, ci spostiamo verso **Monzone**. Il borgo si trova arroccato su una cresta rocciosa alla confluenza dei due rami del torrente Lucido che discendono dalle Apuane. È un borgo suggestivo per il suo ambiente naturale, attorno alla sommità dominata dalla chiesa dedicata a San Prospero.

Monzone si divide in Monzone Alto e Ponte di Monzone, dove si trova la Villa Giannetti del XVII secolo, caratterizzata da begli affreschi tra i quali scene mitologiche del pittore fivizzanese Stefano Lemmi. Numerosi sono i percorsi trekking che portano verso Aiola, Vinca ed Equi Terme (www.terredilunigiana.com).

A Carriglio, tra Monzone ed Equi, nelle acque del torrente Lucido sono presenti le trote, famose per

ché arrivavano a Firenze sulla tavola dei Medici e perché collegate alla leggenda del “brigante convertito” Filippo Caldani. La loro fama, però, sarebbe rimasta ristretta alla vallata se a Nino Damiani, nei primi anni Sessanta, non fosse venuto in mente di costruire delle vasche e di allevarle. Ora i suoi discendenti hanno preso le redini dell’azienda **Troticoltura Damiani** e l’hanno sviluppata e modernizzata. Oggi la struttura, che ha ramificazioni differenziate per funzioni anche sul Lucido di Vinca, presso il ponte di Santa Lucia, e in località Tufo di Monzone, può essere considerata “un impianto a ciclo completo: riproduzione, spremitura uova, incubazione, maturazione”, per un prodotto di massima qualità che raggiunge tutte le regioni del Nord Italia, fino alla Valle D’Aosta. L’80% della produzione, è destinato al ripopolamento, alla pesca sportiva, ai laghetti “pesca e porta a casa” ed il 20% alla ristorazione. In questi ultimi anni la domanda è aumentata e le trote del Lucido (iridee e fario) e il salmerino, specie autoctona, sono sempre più apprezzate, grazie alle ottime condizioni ambientali in cui crescono. Se siete curiosi cercate la pagina facebook della troticoltura Damiani e assaggiate il suo prodotto in uno dei ristoranti della zona.

Da Monzone ci spostiamo a **Equi Terme**. Il percorso in macchina è breve e può essere sostituito da un anello che a piedi ci porta ad Equi Terme e ritorno, attraversando piccoli borghi medievali, rovine di antichi castelli, lavatoi, opifici e segherie. Lungo il percorso troviamo pannelli che illustrano la storia di questo angolo di Lunigiana. Il sentiero chiamato “dell’Acqua e dei Geositi” è lungo circa 6 km con un dislivello di 180 m e tocca, a partire dalle sorgenti termominerali dell’Acqua bianca e dell’Acqua nera di Monzone, il Ponte di Santa Lucia, le Grotte di Equi Terme le terme di Equi e Aiola.

SCOPRIRE EQUI TERME

Equi Terme è un borgo medioevale all’interno del Parco Regionale delle Alpi Apuane. Arroccato tra i torrenti Lucido e Fagli, ai piedi del Pizzo d’Uccello, si trova nel territorio comunale di Fivizzano. Questa località termale è conosciuta fin dall’epoca romana per le straordinarie proprietà delle sue acque sulfuree che sgorgano a 27 gradi (adatte per la cura di problemi dell’apparato respiratorio, della pelle e per le malattie ginecologiche e osteo-articolari). Attualmente le acque termali vengono sfruttate da uno stabilimento, le Terme di Equi, che offre cure inalatorie, balneoterapia, terapie per le vasculopatie periferiche, massaggi e due piscine alimentate a getto continuo con l’acqua termale, aperte nel periodo estivo. Ma Equi Terme oggi è soprattutto in grado di proporre un’interessante offerta naturalistica e paleontologica, con il Complesso Carsico e Paleontologico delle Grotte di Equi costituito dalle Grotte, di interesse naturalistico, e dalla Tecchia archeologica, l’ApuanGeoLab e il Solco di Equi.

Per maggiori informazioni potete visitare il sito www.grottediequi.it e www.visitequiterme.it

Da Equi Terme, ritornando a Monzone, con una deviazione di circa 7 km si raggiunge il paese di **Vinca**, racchiuso in una conca formata a nord dalla Cresta Nattapiana e dal Pizzo d’Uccello, a est dalla Cresta Garnerone e dal Monte Grondilice, e a sud dal Monte Sagro che formano così una grande cornice alpestre.

Il borgo, unico centro abitato della valle, è circondato da immensi e antichi castagneti cresciuti su terrazzamenti artificiali, che sono fra 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 perduto per sempre. Vinca è famosa per il suo pane, di aspetto scuro e forma generalmente rotonda.

Siamo arrivati alla conclusione del nostro percorso che da Vinca, se abbiamo fatto il tragitto più lungo, o da Equi Terme ci riporta verso Carrara, la città che ispirò Michelangelo.

DOVE POTER GUSTARE IL PESCE PESCATO DALLA COOPERATIVA ALTA MAREA:

OTTONE I - Piazza Giacomo Matteotti 30, Sarzana (SP) - 0187 624924

(www.facebook.com/Ristorante-Ottone-Primo-1520826704802724/)

EMOZIONI - Piazza Portone 5, Massa (MS) - 349 7840536

(www.facebook.com/Ristorante-Emozioni-1742598199349387/)

I SAPORI DI UNA VOLTA - Via Annunziata 4, Casano (SP) - 0187 914157

(www.i-sapori-di-una-volta.business.site)

DOVE POTER GUSTARE IL PESCE ALLEVATO DALLA TROTICOLTURA DAMIANI:

AL VECCHIO TINO - Località Germalla 1, Monte dei Bianchi, Fivizzano (MS) - 0585 97733

(www.alvecchiotino.com)

DA REMO - Via Cesare Battisti 97, Monzone (MS) - 0585 97933 (www.hotelristdaremo.it)

LOCANDA ELENA - Via della Stazione 14, Equi Terme (MS) - 388 6107578

(@LocandaElenaRistorantecamere)

ALBERGO RISTORANTE IL SICOMORO - Località Pianezza 2, Fivizzano (MS) - 0585 99442

(www.ilsicomoro.it)

CONTATTI UTILI

ALTA MAREA - Viale Cristoforo Colombo snc, Carrara (MS) - 333 1952121

(altamarea@gmail.com)

MUSEO CIVICO DEL MARMO - Viale XX Settembre, Loc. Stadio, Carrara (MS) - 0585 845746

(https://web.comune.carrara.ms.it/pagina2025_museo-civico-del-marmo.html)

CARMI - Museo Carrara e Michelangelo - Via Sorgnano, Carrara (MS) - 335 1047450

(@carmimuseocarrara)

MUDAC (Museo delle arti Carrara) - Via Canal del Rio 3°, Carrara (MS) - 0585 779681

(@mudac.museo.carrara)

CAVA FANTISCRITTI - Via Miseglia Fantiscritti, Carrara (MS) - 0585 70981 (www.cavamuseo.com)

CAVA 177 - Strada Comunale per Colonnata, Carrara (MS) - (www.cava177.com)

CAVA GALLERIA RAVACCIONE - c/o Antica Stazione di Ravaccione, Carrara MS - 338 7839855

(www.marmotour.com)

ALTERECO - Piazza V. Emanuele 19, 54013 Fivizzano (MS) - 0585 874595 e 338 5814482

(www.altereco.company)

TROTICOLTURA DAMIANI - Via Provinciale Pian Di Molino 32, Pian di Molino (MS) - 0585 97400 (troticolturadaminai@gmail.com)

PER INFORMAZIONI SU OSPITALITÀ e TURISMO IN PROVINCIA DI MASSA-CARRARA E LUNIGIANA

www.atpmassacarrara.it

www.visitlunigiana.it



PERCORSO TURISTICO 2: IN BICICLETTA SULLA STRADA DI SAN FRANCESCO



Percorso:

A) Pontremoli - B) Bagnone - C) Licciana Nardi - D) Villafranca Lunigiana - E) Pontremoli

Lunghezza: 56.4 km (3 ore e 30 senza sosta)

Tempo necessario: 1 giornata



Mezzo: in bicicletta

Imprese toccate nel Percorso: TROTICOLTURA TOSCANA (Licciana Nardi)



La partenza del nostro giro in bicicletta sulla strada di San Francesco è Pontremoli. Se non avete la vostra è possibile noleggiare un e-bike, comoda bici a pedalata assistita, contattando la cooperativa Sigeric.

Questa cittadina è una delle tappe obbligatorie della Via Francigena menzionata da Sigerico, Arcivescovo di Canterbury, nel 990 d.C. durante il suo viaggio dall'Inghilterra a Roma. Il suo nome sembra derivare da "Ponte tremulus", un ponte dalla costruzione alquanto tremolante sul fiume Magra che già esisteva ai tempi del regno di Enrico VI nel 1165. La città ha visto il passaggio e la sosta di molti personaggi importanti nel corso delle varie epoche (Matilde di Canossa, l'Imperatore Enrico V, Federico Barbarossa, Dante, Carlo VIII, il Granduca di Toscana, le truppe di Napoleone) oltre ad essere un punto estremamente importante di resistenza durante la guerra.

Tra le tappe irrinunciabili, possiamo citare il Ponte della Cresa, conosciuto anche come Ponte di San Francesco di Sopra, che abbraccia il fiume Verde con i suoi quattro archi in pietra e il Ponte del Casotto con la "Torre del Casotto" che si trovano verso ovest, nel punto in cui i fiumi Verde e Magra si incontrano, che garantivano lo scambio di comunicazioni con la costa.

Inoltre è possibile ammirare nel centro storico la magnifica **Villa Dosi**. Considerata il capolavoro del Barocco pontremolese, la villa fu realizzata dalla famiglia Dosi, ricchi mercanti divenuti poi marchesi, a cavallo dell'anno 1700; decorata da artisti del calibro di Francesco Natali e Alessandro Gherardini, dopo

un lungo restauro ha ritrovato l'antico splendore alla fine del secolo scorso.

Altro fiore all'occhiello della città è il Museo "Cesare Augusto Ambrosi", meglio conosciuto come il **Museo delle Statue Stele**. È ospitato nel castello del Piagnaro di Pontremoli e rappresenta una delle testimonianze storico-artistiche più antiche e misteriose del territorio. Si tratta di sculture monodimensionali che rappresentano uomini e donne, importanti esempi di opere d'arte locali risalenti all'epoca preistorica.

Situata al di fuori del centro storico, in via Alessandro Malaspina, si trova la chiesa di San Pietro che ospita uno dei simboli principali della via Francigena: una lastra di pietra con una preziosa incisione di un labirinto fatto di undici cerchi. Rappresentava la vita del cristiano e il suo anelito alla perfezione, da perseguiti lungo un percorso tortuoso, proprio come i pericoli che si potevano incontrare durante il cammino sulla via Francigena. Da qui infatti passa la Tappa 23 che da Pontremoli arriva ad Aulla.

Dopo quindi avere visitato la città e aver fatto una bella colazione con un amor, tipico dolcetto del borgo, lasciamo la cittadina di Pontremoli e iniziamo a pedalare.

NEI DINTORNI DI PONTREMOLI: AVVENTURA NEGLI STRETTI DI GIAREDO

Con Stretti di Giaredo vengono indicati cinque canyon scavati nella roccia dal Torrente Gordana, che nasce dal monte Tecchione nel Comune di Zeri e va a confluire nel fiume Magra all'interno del Comune di Pontremoli. Le pareti rocciose multicolore del canyon sono alte oltre 20 metri e sono formate da scisti policromi, arenarie macigno, calcari selciferi, diaspri toscani e maiolica: tutti questi assumono varie sfumature cromatiche grazie ai riflessi della luce del sole sull'acqua del torrente che scorre al centro dei canyon e su quella che talvolta cade dalle pareti degli stessi. Gli Stretti di Giaredo sono visitati soprattutto d'estate perché l'acqua è sempre molto fredda dato che il sole penetra pochissimo attraverso i canyon che sono, per tutto il loro percorso, alti e larghi solo pochi metri (in alcuni punti le pareti rocciose dei canyon arrivano quasi a toccarsi fra loro). Ogni anno gli Stretti di Giaredo mutano. Ciò è dovuto allo scorrere delle acque, in special modo nella stagione in cui le piogge sono abbondanti e di conseguenza le piene del torrente trasformano la morfologia del territorio. Per visitarli, facendo una bellissima esperienza di trekking fluviale è possibile contattare Sigeric Soc. Coop. (www.sigeric.it) e visitare il sito www.strettidigiaredo.org.

Da Pontremoli, in sella alla nostra bicicletta, procediamo per 10 km in direzione di Aulla sulla SS 62 della Cisa, fino al bivio per **Bagnone**. Si svolta a sinistra; si attraversa il Piano di Mocrone, Malgrate, e dopo 14 km si raggiunge il centro di **Bagnone**.

È possibile fare una sosta al **Castello di Malgrate** prima di raggiungere Bagnone. Costruito in posizione strategica come cerniera fra Bagnone, Villafranca e Filattiera, fu per secoli legato (assieme a Filetto) ai Malaspina dello Spino Fiorito. Il castello, munito di un formidabile mastio cilindrico utile al controllo di tutto il lato destro della vallata, fu più volte distrutto e ristrutturato. Nel 1631 i Marchesi Ariberti di Cremona acquistarono il feudo per 70000 scudi e trasformarono la residenza fortificata in un elegante palazzo signorile, inglobando nella costruzione la torre cilindrica che conserva ancora oggi tracce di decorazioni e affreschi. Abbandonato nella seconda metà dell'800, il castello di Malgrate è oggi completamente restaurato.

Arrivati nel centro storico di Bagnone, tra i portici del vecchio mercato si trovano gli echi di una vita lontana, dei bottegai, dei sarti, degli speziali, dei calzolai che qui misero bottega e costruirono le loro case. Il Castello, costruito nella seconda metà del 1300 dai Malaspina, apparteneva poi ai Conti

Noceti e nella sua cappella riposa il cronista del XV secolo Antonio da Faye. Al castello (chiuso al pubblico) si arriva in salita, dopo un percorso fatto attraverso piccoli vicoli e scale che permettono di scoprire edifici medievali e chiese. Tra queste da ricordare la chiesa del Castello, la chiesa prepositurale di San Niccolò, la chiesa di San Rocco e la chiesa di Santa Maria di Bagnone.

Bagnone è famosa per i prodotti tipici locali e i piatti tradizionali legati ad essi: la erbadela, la pattona (una torta cotta nei testi di terracotta o di ghisa), i testaroli, le focaccette con salumi, la torta d'erbi, la torta di riso e cipolle, tanto per citarne solo alcuni.

Da Bagnone, proseguendo sulla SP 21 per circa 5 km, possiamo prendere una deviazione per il castello di Castiglione del Terziere.

Oggi il castello è sede del [Centro di Studi Umanistici “Niccolò V”](#) che promuove la Lunigiana con conferenze, mostre, concerti e spettacoli teatrali ed ospita anche la Libera Cattedra di Filologia e Polifonia Vocale per l'educazione musicale. All'interno del castello è presente un importante archivio storico ed una notevole biblioteca con codici, manoscritti e numerosi testi di storia e letteratura.

Da Castiglione del Terziere, ritornati sulla SP 21 e seguendo la strada con continui saliscendi, attraversiamo i paesi di Gabbiana, Lusana e Villa di Panicale prima di arrivare a Licciana Nardi, posta a 29 km dalla partenza.

Licciana Nardi è uno dei due comuni adagiati nella vallata attraversata dal Taverone. La prima notizia documentata di Licciana è del 1255, ma la sua esistenza come posto di guardia per l'abbazia di Linari è sicuramente antecedente. È un tipico esempio di borgo sviluppatosi nel fondo valle con funzioni di sbarramento militare. Sulla piazza principale si affaccia il castello, trasformato nei secoli XV e XVI in palazzo fortificato e sede residenziale, oggi si presenta come un palazzo signorile di foggia cinquecentesca, collegato con un passaggio sopraelevato al matroneo della chiesa. Il sistema delle antiche fortificazioni di Licciana comprendeva la rocca e un ampio giro di mura bastionate e turrite, ancora in parte superstite, e un fortilizio sull'opposta sponda del Taverone, chiamato castello di Piano, interessante esempio di architettura militare. Il borgo che risale al XIII secolo presenta portali in arenaria di buona fattura e sfocia nella piazza del Municipio dove si trova il monumento ossario di Anacarsi Nardi. Di fronte si trova la chiesa parrocchiale dedicata ai santi Giacomo e Cristoforo, che fu distrutta dal Marchese Giacomo Malaspina. La ricostruzione, terminata nel 1705, presenta una pianta a croce greca al cui centro si eleva la cupola. All'interno sono conservate preziose tele provenienti dal Convento della SS. Annunziata, che fu costruito nel XIV secolo in una selva di castagni poco distante ed è in rovina dal 1797, quando i frati furono cacciati. Da Licciana Nardi, prendendo la SP 74 e seguendo il torrente Taverone, sorpassiamo la [Troticoltura Toscana](#). Questa impresa è un fiore all'occhiello degli allevamenti ittici di specie fluviali. Ha sviluppato negli anni un'organizzazione e un'esperienza che gli permettono di seguire tutte le fasi del ciclo produttivo, dalla schiusa delle uova fino alla trasformazione del prodotto. Se avete un po' di tempo affacciatevi per vedere le vasche e, a fianco, il torrente Taverone che permette, con le sue acque limpide e pulite, di garantire un ottimo prodotto.

Poco dopo, sulla sinistra, troviamo il bivio per Pontebosio che prende il nome dal ponte fatto costruire dalla famiglia dei Bosi, signori della Verrucola. Nella piazza sorge il castello già residenza

signorile, seminario, scuola media, che lascia ancora intuire il suo passato di struttura militare. Il Castello di Pontebosio è ora un resort non aperto al pubblico.

Torniamo indietro e, imboccata di nuovo la SP 74 in direzione di Aulla, arriviamo fino al bivio con la SS 62 e girando a destra ci spostiamo in direzione Tresana/Villafranca. Nei successivi 10 km si alternano salite e discese molto tranquille. Durante questo tratto incontriamo il [castello di Terra-rossa](#) che è situato sulla strada statale. Questo edificio è un interessante esempio di palazzo gentilizio fortificato, fatto costruire da Fabrizio Malaspina tra la fine del 1500 e l'inizio del 1600 e non venne mai terminato completamente; oggi è in fase di restauro grazie ai fondi stanziati dall'Unione Europea. Il castello, che sorge lungo la Via Francigena, è pensato a pianta quadrata, con quattro baluardi agli angoli, alcuni rimasti appunto incompiuti. Al centro vi è un cortile che si raggiunge entrando da un arco realizzato in pietra arenaria; i prospetti esterni, costituiti da ciottoli di fiume e pietra squadrati negli spigoli, sono semplici. All'interno del forte vi sono più di 40 vani, con ampi saloni con volte a crociera e appartamenti. Una curiosità: diversi spazi in passato erano deputati a ospitare un produttivo allevamento di bachi da seta. Oggi il castello, in forma restaurata, ospita eventi di vario genere

Proseguendo sempre sulla SS 62 dopo altri 8 km arriviamo a [Villafranca di Lunigiana](#).

Villafranca si trova lungo il percorso della Via Francigena. In posizione strategica e pittoresca, in prossimità del guado del fiume Magra, il centro storico di Villafranca offre come biglietto da visita le rovine del Castello di Malnido. Edificato dai Malaspina a partire dal 1100, la fortezza era un valido presidio lungo la Francigena per il ramo ghibellino dei Malaspina. Oggi ne rimangono resti non privi di fascino. Da ammirare a Villafranca anche la cinta muraria e le altre fortificazioni visibili dalla parte opposta del borgo, attigue alla chiesa di San Giovanni.

Molto interessante è il [Museo Etnografico della Lunigiana](#), dove è possibile ammirare gli attrezzi agricoli e pastorali, gli strumenti artigianali e gli oggetti d'uso comune, personale e domestico, nonché quelli magico-protettivi e di devozione provenienti da tutto il territorio della Lunigiana. Particolarmente significativa è la sede del museo, ospitata negli edifici dei mulini trecenteschi della comunità di Villafranca.

Tra le specialità di Villafranca e Filetto consigliamo di assaggiare la pattona, una torta con farina di castagne cotta nei testi di terracotta o di ghisa, e le lasagne bastarde, realizzate con una sfoglia di farina di castagne mista a farina di grano, tagliata a riquadri, cotta in acqua e condita con olio e formaggio o sugo di porri.

A Villafranca in Lunigiana imbocchiamo sulla destra la SS 62 della Cisa in direzione di Pontremoli e percorriamo gli ultimi 13 km che non presentano particolari difficoltà.

Con una piccola deviazione di circa 2 km, prendendo la SP 28, è possibile arrivare a Filetto, un borgo medievale dove è ancor oggi apprezzabile l'impianto originario, oggi indicato come piazza di Sopra, strutturato in forma quadrilatera e difeso da quattro torri cilindriche, di cui una ancora perfettamente riconoscibile. Il primo nucleo, venute meno le funzioni militari, venne adattato a residenza fortificata e in seguito esteso con ripetuti interventi fino al XVII secolo. L'interno del borgo, cui si accede attraverso due porte monumentali (tra le quali spicca la porta Sud), ospita, nella

piazza della Chiesa dedicata ai Santi Filippo e Giacomo, il Palazzo dei Marchesi Ariberti, signori di Malgrate e Filetto dal XVII al XVIII secolo, un massiccio edificio seicentesco unito al borgo e alla chiesa da due eleganti passaggi sospesi su arcate e, sul lato opposto, il Convento dei Frati Ospitalieri, un vasto complesso del XVII secolo dotato di un bel chiostro interno. Infine vale una visita la chiesa parrocchiale, del XIX secolo, provvista di una imponente torre campanaria. Nelle vicinanze del borgo c'è l'Oratorio di San Genesio, risalente al XVI secolo. Il complesso è immerso nella misteriosa selva che circonda Filetto, nella quale sembra si svolgessero feste e incontri tribali già nella protostoria e dove sono state rinvenute numerose Statue Stele.

Tornando sulla strada principale SS62 della Cisa, direzione Pontremoli, dopo circa 5 km da Villafranca possiamo raggiungere la Pieve di Santo Stefano di Sorano, una delle più importanti pievi romaneche della provincia di Massa Carrara. Sorge in una zona strategica, frequentata fin dalla preistoria (nella zona sono state ritrovate ben sette Statue Stele) e conserva ancora oggi l'impianto del XII secolo, capolavoro architettonico romanico, con un imponente sistema absidale interamente realizzato in ciottoli di arenaria non sbozzati.

L'aspetto attuale è frutto di un ampio restauro terminato nel 2000, che ha ripristinato l'aspetto originario. Tutto l'edificio è realizzato con una tecnica molto particolare, con ciottoli di fiume non squadrati e messi in opera con abbondante malta.

La chiesa ha un impianto a tre navate segnate da pilastri circolari. A fianco si erge un tozzo campanile che assomiglia ad una torre di guardia. Interessanti le absidi che presentano lesene ed archetti pensili e che, come molti altri edifici della Lunigiana, tradiscono influenze dell'Italia del Nord.

A pochi metri dalla Pieve, in direzione nord, sorge oggi il **Centro Didattico di Sorano**. Ospitato in un antico casale, è sede di un'area attrezzata per esercitazioni di scavo, lezioni didattiche di archeologia, conferenze e convegni, oltre ad essere punto di informazioni turistiche e punto ristoro per i pellegrini della Via Francigena.

Il nostro percorso si sta per chiudere, con gli ultimi 7 km che dalla Pieve di Santo Stefano di Sorano ci riportano, sempre seguendo la SS 62, a **Pontremoli**.

DOVE POTER GUSTARE IL PESCE ALLEVATO DALLA TROTICOLTURA TOSCANA:

RISTORANTE LA CORTE c/o Castello di Pontebosio - Via Pontebosio 3, Pontebosio (MS) - 0187 472050 (www.castellodipontebosio.it)

MONTAGNA VERDE - Località Torre di Apella 1, Licciana Nardi (MS) - 0187 421203 (www.montagnaverde.it; @montagnaverde)

CA' DEL MORO HOTEL E RESORT - Via Belotti 2, Pontremoli (MS) - 0187 830588 (www.cadelmororesort.it)

CONTATTI UTILI

SIGERIC Soc. Coop. - Via Pietro Bologna 4, Pontremoli (MS) - 331 8866241 (www.sigeric.it)

VIA FRANCIGENA - (www.viefrancigene.org)

VILLA DOSI DELFINI - Via Chiosi 5, Pontremoli (MS) - 331 8866241 (www.villadosidelfini.it)

MUSEO DELLE STATUE STELE - Castello del Piagnaro, Pontremoli (MS) - 0187 831439 (www.statuestele.org)

CASTELLO DI MALGRATE

- Piazza Castello 4, Villafranca in Lunigiana (MS) (www.farfalleincammino.org)

CASTELLO DI CASTIGLIONE DEL TERZIERE - Via del Borgo 1, 54021 Castiglione del Terziere (MS) 347 0004486 (www.castellodicastiglionedelterziere.it)

CASTELLO DI TERRAROSSA - Via Nazionale Cisa 22, Terrarossa (MS) - 0187 422604 (www.terredilunigiana.com/castelli/castelloterrarostra.php)

MUSEO ETNOGRAFICO DELLA LUNIGIANA - Via dei Mulini snc, Villafranca in Lunigiana (MS) 0187 493417 (www.museoetnograficodellalunigiana.it)

CENTRO DIDATTICO DI SORANO - Filattiera (MS) - 0187 457523 (www.sigeric.it/centro-didattico-sorano-filattiera)

TROTICOLTURA TOSCANA - Via Pontebosio 37, Pontebosio (MS) - 0187 471112 (@TroticolturaToscana)

PER INFORMAZIONI SU OSPITALITÀ e TURISMO IN LUNIGIANA

www.visitlunigiana.it

PERCORSO TURISTICO 3: IN CAMMINO CON DANTE



Percorso:

A) Marina di Carrara - B) Luni - C) Monastero Santa Croce del Corvo (Ameglia) - D) Fosdinovo
E) Aulla - F) Tresana - G) Mulazzo

Lunghezza: 76 km (2 ore e 15 senza sosta)

Tempo necessario: 1 giornata



Mezzo: in auto

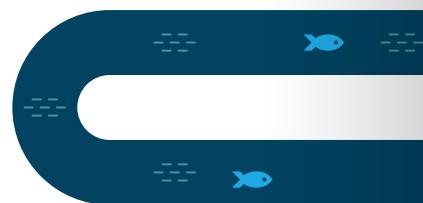
Imprese toccate nel Percorso: ALTA MAREA Soc. Coop. (Marina di Carrara); TROTICOLTURA TOSCANA (Tresana)



Il percorso parte dalla banchina del **Porto di Marina di Carrara** nell'area pescatori. **La cooperativa ALTA MAREA** ha ormeggiato qua le proprie imbarcazioni della piccola pesca artigianale e ha un proprio punto vendita per la commercializzazione del pescato. Inoltre offre un'esperienza irripetibile di pescaturismo con 2 imbarcazioni attrezzate per questa attività. Non c'è niente di meglio del salpare le reti, smagliare il pesce pescato e sentire dalla viva voce di chi lavora ogni giorno in mare, la bellezza e la fatica del mestiere del pescatore (Per contatti con la cooperativa: altamarea@gmail.com).

Da Marina di Carrara seguiamo la SP 432 verso il Monastero Santa Croce di Ameglia per la prima tappa nella Lunigiana di Dante Alighieri. Merita una visita la **zona archeologica di Luni** dove si possono visitare le vestigia dell'antica colonia romana di Portus Lunae, fondata nel 177 a.C. alla foce del fiume Magra dopo aspre battaglie contro i Liguri per la conquista del territorio. La città ebbe una vita lunghissima fino al XIII secolo, quando la sua decadenza fu citata da Dante Alighieri nel XVI Canto del Paradiso.

*“Se tu riguardi Luni e Urbisaglia
come sono ite, e come se ne vanno
di retro ad esse Chiusi e Sinigaglia,
udir come le schiatte si disfanno
non ti parrà nova cosa né forte,
poscia che le cittadi termine hanno.”*
(Dante Alighieri, *Divina Commedia, Paradiso, XVI, vv. 73-79*)



Riprendendo la SP 432 ci dirigiamo in direzione nord e dopo circa 5 km raggiungiamo il **Monastero di Santa Croce del Corvo**, ad Ameglia. Su un bellissimo promontorio nel 1176 fu eretto questo monastero che nel 1186 fu affidato, ormai concluso, ai monaci benedettini di San Michele di Pisa. Nel XIV secolo il complesso venne abbandonato, così come il prezioso crocifisso, e fu solo nel XVII secolo che una curata opera di restauro della chiesa, con la copertura dell'abside, consentì di riaprire l'edificio al culto.

L'intera area fu acquisita, nella seconda metà del XIX secolo, dalla famiglia Fabbricotti, facoltosi industriali del marmo, che vi insediarono la propria dimora. L'area venne dunque arricchita del parco monumentale e del bel castelletto in stile neogotico. Verso la metà del XX secolo l'intera proprietà, in conseguenza del fallimento Fabbricotti, venne rilevata dal Monte dei Paschi di Siena. Durante la Seconda Guerra Mondiale il Monastero divenne comando tedesco e va incontro a saccheggi e spogliazioni oltre alla devastazione della guerra. Alla fine della guerra il sito cade di nuovo in abbandono. Nel 1952 il Cardinale Anastasio Ballestrero, Superiore provinciale dei Carmelitani della Liguria, acquista la proprietà e ne fa un centro di spiritualità ed accoglienza.

Nella cappella seicentesca dell'antica area monastica si conserva da sempre la Santa Croce, un Cristo ligneo in puro stile romanico-bizantino ascrivibile al X-XII secolo. La struttura è anche sede del Centro Lunigianese di Studi Danteschi. Infatti in una lettera di frate Ilaro, reperita nel Codice Laurenziano e pubblicata per la prima volta nel 1759 dall'abate Mehus, viene narrato il soggiorno di Dante presso il Monastero, accolto da frate Ilaro, che si trattenne con lui diversi giorni. Come ricompensa per l'accoglienza ricevuta, Dante regalò al Monastero una copia dell'*Inferno*. Il sommo poeta chiese poi al frate di postillare la propria opera e di farla pervenire ad Ugccione, signore del luogo, a cui è dedicata.

Attendibile o meno, la lettera alimenta la suggestione di questo luogo ricco di storia e memoria. Ritorniamo sulla SP 30 e proseguiamo per circa 10 km, da Via Alta a Via Malaspina e da qua, imboccando la SS446, arriviamo dopo circa 6 km a Fosdinovo.

Fosdinovo, che si trova a 500 metri s.l.m., offre un panorama stupendo, dal mare alle verdi vallate fino ai boschi e alle Alpi Apuane. È un borgo medioevale con un castello ancora abitato dalla stessa famiglia, i Malaspina, che da 600 anni lo possiedono. Il Castello di Fosdinovo domina con la sua possente mole l'intero borgo che si trova arroccato su uno sperone di roccia. È caratterizzato da una pianta quadrangolare, vanta quattro torri rotonde, un bastione semicircolare, due cortili, i camminamenti di ronda sopra i tetti, dei bellissimi giardini pensili, loggiati e terrazze. Un tempo c'era anche il ponte levatoio. Secondo alcune fonti storiche, il castello potrebbe essere stato testimone della visita di Dante Alighieri, tanto che una delle sue sale viene chiamata camera dantesca. Si racconta infatti che vi soggiornò per lunghi mesi nel 1306, dopo essere stato esiliato da Firenze e dopo aver percorso in lungo e in largo per lo Stivale.

Una menzione particolare al casato dei Malaspina si trova infatti tra i “Principi negligenti” del Purgatorio (Canto VIII - vv. 118-120), specialmente rivolta a Corrado Malaspina, per cui Dante scrive:

*“Fui chiamato Currado Malaspina;
non son l'antico, ma di lui discesi;
a' miei portai l'amor che qui raffina”*

Con queste parole Dante manifesta riconoscenza per l'ospitalità ricevuta dai marchesi Malaspina ed elogia il valore della casata per la liberalità e la tradizione cavalleresca.

Gabriele D'Annunzio scrisse a proposito del castello: “Degno rifugio di Dante quel castello di Fosdinovo, su l'altura ventosa, con le sue torri rotonde, con i suoi spaldi invasi dall'erbe selvagge, con le sue gradinate, con i suoi androni, con le sue corti di fosca pietra, con tutta quella sua ferrigna ossatura guerresca che i secoli non hanno incurvata”.

Il castello è visitabile con interessanti percorsi guidati che permettono di scoprire leggende e folclore del territorio ed inoltre offre la possibilità di soggiornare nelle sue antiche e curate stanze.

Lasciamo Fosdinovo e prendiamo la SP 57 e la SS 63 che dopo circa 19 km ci portano ad Aulla, situata nella zona pianeggiante in cui confluisce il torrente Aulella.

Aulla sorge in una posizione strategica tra i passi della Cisa, del Cerreto, Lagastrello e sulla strada per Casola e la Garfagnana. Il borgo nasce verso l'884, quando venne fondata l'abbazia di San Caprasio, tappa fondamentale lungo la Via Francigena. Oggi ospita il Museo del Pellegrino di San Caprasio in cui sono stati ricostruiti gli abiti medievali dei tre personaggi principali che abitarono l'abbazia: l'abate, il monaco e il pellegrino. Oltre agli innumerevoli manufatti dell'epoca, nella volta del chiostro si trova l'affascinante “Vangelo di pietra”, un'esposizione di capitelli medievali qui ritrovati.

Verso la fine del XIII secolo il territorio passò sotto la giurisdizione del Vescovo di Luni, per essere poi conteso dai pisani, lucchesi, genovesi e dai Malaspina. A causa dei bombardamenti della Seconda

Guerra Mondiale, il borgo antico è andato quasi completamente distrutto.

Ancora intatta rimane la Fortezza della Brunella, una costruzione militare cinquecentesca a struttura quadrangolare, eretta probabilmente per volere di Gianni dalle Bande Nere intorno alla prima metà del secolo XV. Oggi è sede del Museo di Storia Naturale della Lunigiana che si prefigge lo scopo di conservazione, conoscenza e valorizzazione dell'ambiente naturale della Lunigiana. Il materiale espositivo è diviso in tre sezioni: ambiente fisico, ambiente fluviale e ambiente lacustre, corredata da terrari ed acquari con animali viventi.

Da Aulla prendendo la SS 62 in direzione di Villafranca in Lunigiana e poi la SP 31, dopo circa 20 km, raggiungiamo Mulazzo.

Possiamo fare una breve deviazione sulla SP 23 per raggiungere **Tresana**, comune situato sulla sponda destra del fiume Magra. Intorno ad una fortificazione di origine bizantina, una turris, da cui Tresana, si è sviluppato il borgo di Tresana, concesso dall'Imperatore Federico Barbarossa nel 1164 ai Malaspina di Mulazzo. Qua si trova un altro impianto di allevamento con 10 vasche a terra gestito dalla **Troticoltura Toscana**.

Nei dintorni del paese rimangono vestigia del castello malaspiniano di Giovagallo, gloriosa dimora che fu di Moroello Malaspina ("Il vapor di Val di Magra", Inferno XXIV, vv 145-151) e di sua moglie Alagia Fieschi.

A lei Dante riservò un elogio particolarmente aggraziato:

*"Nepote ho io di là c'ha nome Alagia,
buona da sé..."*

(Dante Alighieri, Divina Commedia, Purgatorio XIX, vv. 142-44)

Riprendiamo la strada per **Mulazzo**, paese famoso per la singolarissima vicenda degli abitanti della piccola frazione di Montereggio da cui, circa un secolo fa, partirono con la gerla sulle spalle i librai che iniziarono a vendere libri in tutta Italia, spingendosi a volte anche in Spagna e in Francia. Inizialmente i librai di Montereggio erano esclusivamente ambulanti e vendevano sulle bancarelle: si deve proprio a questa usanza l'istituzione del noto Premio Bancarella. Oggi Montereggio si sta trasformando in un paese completamente dedicato al libro e all'editoria, l'unico paese, in tutta Italia, inserito nel circuito internazionale delle Book Town, dove ogni anno si svolge la Festa del Libro, famosa kermesse culturale che anima il borgo con incontri con gli scrittori, dibattiti e presentazioni.

Tra le cose da vedere a Mulazzo ricordiamo i resti del castello e dell'acquedotto malaspiniani, quelli di una torre bizantina, alcuni palazzotti marchionali e il Museo Dantesco Lunigianese, oggi Casa di Dante in Lunigiana. Questa casa museo, ospitata in una casa-torre del XIII secolo, è dedicata al rapporto tra Dante Alighieri e la regione storica della Lunigiana ed è gestita dal Centro Lunigianese di Studi Danteschi (CLSD).

Il museo pone in evidenza la ricchezza delle referenze dantesche lunigianesi: il canto VIII del Purgatorio; gli Atti della pace di Castelnuovo, l'Epistola di frate Ilaro del Monastero del Corvo a Uggccione

della Faggiuola, l'Epistola IV dal Casentino a Moroello Malaspina; la Leggenda dei primi sette canti dell'Inferno e le numerose citazioni della Lunigiana storica presenti nell'intera opera di Dante Alighieri.

Di notevole interesse storico inoltre è il Centro Studi Malaspiniani Alessandro Malaspina che, collocato presso la torre medievale di Mulazzo, ospita materiali e documenti relativi alla famiglia Malaspina di Mulazzo, con particolare riferimento al navigatore Alessandro Malaspina (1754-1810), raccontando la storia di questo grande personaggio lunigianese, protagonista di un viaggio intorno al mondo e autore di notevoli scoperte scientifiche.

Nei dintorni possiamo aggirarci tra il castello, la villa e la chiesa nella frazione di Groppoli, voluti dai Brignole Sale di Genova, il poderoso borgo malaspiniano in località Castevoli e la Madonna del Monte, tappa obbligatoria da cui si gode di una veduta insuperabile sulla Lunigiana e, in certe limpide giornate, sul mare.

Segnaliamo infine l'antichissimo Castello Malaspina di Castevoli, che fondato nell'anno 1000 dagli Estensi, passa nel 1195 ai Marchesi Malaspina e che nel 1306 annoverano tra i loro ospiti anche Dante Alighieri. Nel 1416 la costruzione viene ceduta alla Repubblica di Genova, per tornare nel 1465 ai Malaspina. Dopo altri passaggi di mano, oggi il castello è stato ristrutturato e all'interno sono visibili sculture, dipinti, disegni e progetti d'architettura.

DOVE POTER GUSTARE IL PESCE DELLA COOPERATIVA ALTA MAREA:

RISTORANTE CICCIO MARINA - Viale Giovanni da Verrazzano 1/A, Carrara (MS)

0585 780286 (www.cicciomarina.com)

RISTORANTE BAGNO LA BUSSOLA - Lungomare di Levante 188, Massa (MS) - 0585 309859

RISTORANTE BAGNO NETTUNO - Viale Amerigo Vespucci 36, Carrara (MS) - 0585 245482
(@NettunoClubmarinadicarrara)

DOVE POTER GUSTARE IL PESCE ALLEVATO DALLA TROTICOLTURA TOSCANA:

KYUBI CLUB - SUSHI BAR & CRUDITÈ - Via C. A. Fabbricotti 65/67, Bocca di Magra (SP)
331 9515849 - (www.kyubiclub.it, @kyubiclub)

ANDREE RESTAURANT - Via San Martino della Battaglia 16, La Spezia (SP) - 0187 872808
(www.andree.eu; @andreerestaurant)

LA PINETA - Via Cravilla 50 , Mulazzo (MS) - 0187 850220 (www.lapinetacravilla.com)

LOCANDA DEI BANCHIERI - Via Porredo 32 Fosdinovo (MS) - 333 1849263
(www.locandadebanchieri.it; @locandadebanchieri)

CONTATTI UTILI

ALTA MAREA - Viale Cristoforo Colombo snc, Carrara (MS) - 333 1952121 (altamarea@gmail.com)

ZONA ARCHEOLOGICA DI LUNI - Via Luni, Ortonovo (SP) - 0187 66811 (www.luni.beniculturali.it)

MONASTERO DI SANTA CROCE DEL CORVO - Via Santa Croce 30, Bocca di Magra (SP) - 0187 60911
(www.castellodifosdinovo.it)

CASTELLO DI FOSDINOVO - Via Papiriana 2, Fosdinovo (MS) - 0187 680013 (Sito web)

ABBAZIA DI SAN CAPRASIO E MUSEO DEL PELLEGRINO - Piazza Abbazia, Aulla (MS) - 0187 420148
(www.sancaprasio.it)

FORTEZZA DELLA BRUNELLA E MUSEO DI STORIA NATURALE DELLA LUNIGIANA - Viale Rimembranza 4, Aulla (MS) - 0187 409077 (www.museimassacarrara.it/museo-di-storia-naturale-della-lunigiana)

CASA DI DANTE IN LUNIGIANA - Via Signorini 2, Mulazzo (MS) - 328 3875652

(www.lunigianadantesca.it/casa-di-dante-in-lunigiana/)

CENTRO STUDI MALASPINIANI ALESSANDRO MALASPINA - Piazza Alessandro Malaspina 5,
Mulazzo (MS) - 0187 439712 (www.terredilunigiana.com/musei/centrostudimalaspiniani.php)
TROTCOLTURA TOSCANA - Loc. La Ghiaia , Mulazzo (MS) - (@TroticolturaToscana)

PER INFORMAZIONI SU OSPITALITÀ e TURISMO IN PROVINCIA DI MASSA-CARRARA E LUNIGIANA

www.atpmassacarrara.it - www.visitlunigiana.it



dal Mare al Fiume

ALLA SCOPERTA DEI TERRITORI DEL FLAG ALTO TIRRENO TOSCANO

