



AFFILIATO F.I.E.

Gruppo Trekking Bagno a Ripoli

35 anni in cammino



Apuane: La cintura del Procinto e il rifugio Alpe alla Grotta

Pullman

8 Settembre 2024

| | | | | | |
|--|-----------------------|-------------------------------------|--|----------------------|------------------------------------------|
| | Loc. Partenza | Stazzema | | Loc. Arrivo | Stazzema |
| | Dislivello mt. | 600 m in salita e in discesa | | Tempo Totale | 6 h circa escluso soste |
| | Difficoltà | E 11 km circa | | Punti appog. | Rifugio Alpe alla Grotta |
| | Rif. Acqua | Rifugio Alpe alla Grotta | | Seq. Sentieri | 5 – Sent. della Cintura – 5 A - 6 |

Il percorso e il programma possono subire variazioni in base alle condizioni logistiche e meteo non necessariamente del giorno stesso

Abbigliamento consigliato: consono con la stagione, scarponi da trekking, attrezzatura per la pioggia e bastoncini.

Pur trattandosi di un percorso senza eccessive difficoltà è comunque richiesta una camminata con passo sicuro.

Per coloro che lo desiderano è possibile anche sostare al rifugio Alpe alla Grotta e comodamente aspettare il resto del gruppo che percorre la cintura. In questo caso il percorso sarà di circa 5 km con dislivello di circa 300 metri.

Ritrovo a Bagno a Ripoli Giardini Campeggi Ore 7,00; Uscita autostrada Impruneta Ore 7,10

Inizio escursione : ore 09,30 circa

Nelle vicinanze di Stazzema, alla fermata del Pullman è ben evidente l'inizio, a destra, dei sentieri 5/6 rispettivamente per il rifugio Forte dei Marmi (Alpe alla Grotta) e per il monte Forato. A pochi metri dalla partenza c'è una prima maestà restaurata dalla famiglia Giannaccini

In breve siamo a un bivio: a sinistra si stacca il sentiero 6 per la Foce di Petroschiana e Monte Forato, a destra il sentiero 5, che imbocchiamo, per il Rifugio Forte dei Marmi e il Callare del Matanna.

Il sentiero è molto tranquillo e si sviluppa nel bosco di castagni e in breve incontriamo un'altra maestà, in questa c'è un'immagine in terracotta del 1998 della Madonna del Popolo, probabilmente quella originale, in marmo, è stata asportata da vandali.

Lungo il sentiero ci sono tre brevi tratti attrezzati con corde metalliche per agevolare la progressione quando il terreno è scivoloso, ma non ci sono particolari problemi: danno solo sicurezza.

Inoltre sono presenti ruderi diversi, alcuni, le cosiddette "burraie", servivano ai pastori e ai montanari per conservare gli alimenti, altri sono fornaci di calce usata per costruire le abitazioni.

Dopo circa 40 minuti c'è un breve tratto di salita più ripida: di fronte il Procinto ed il Nona mentre a destra abbiamo il Matanna.

Proseguiamo con tratti pianeggianti seguiti da salite incrociando anche un traliccio dell'Enel.

Dopo circa 90 minuti arriviamo alle Sorgenti della Grotta: qua c'è una captazione d'acqua con relativa fonte freschissima e l'incrocio con il sentiero 5 A che proviene da sinistra dalle Scalette.

Pochi metri a sinistra c'è anche l'imbocco del sentiero 121 (fonte di Moscoso-S.Rocchino) (il breve tratto da qua fino all'Alpe della Grotta è a comune tra 5 e 121).

Inoltre c'è una maestà con icona marmorea del 1727 dedicata a S. Antonio e Santa Margherita.

Dopo una breve sosta prendiamo a destra per il 5/121 in direzione del Rifugio.

Costeggiamo le pendici del Nona con un tratto agevole del sentiero arriviamo a un bivio: a destra continua il sentiero 121 sul quale, a 50 metri tra gli abeti, si trova il rifugio Alpe alla Grotta, invece a sinistra sale il sentiero 5 per il

Callare del Matanna.

Questo tratto che in inverno è classificato E/E per il terreno spesso ghiacciato, è il sentiero dedicato all'ingegner Aristide Bruni (che nel 1879 scalò il Procinto) e sale ripidamente per le pendici calcaree del Monte Nona: la vista che si gode è splendida sul Procinto, sul Gabberi e il Lieto e arriva al mare.

Su noi incombe la parte del Nona molto amata dagli arrampicatori.

In dieci minuti arriviamo alla cengia rocciosa attrezzata con una fune d'acciaio molto utile in caso di ghiaccio, ma anche per la presenza di un fondo spesso scivoloso per la pioggia o per l'acqua che scende dalle pareti.

Saliamo ancora fino a trovare la deviazione a sinistra per il Procinto che porta alla cintura e alla ferrata.

Il tratto iniziale sale per poi deviare a sinistra e continuare ancora sotto le pendici del Nona in maniera abbastanza agevole.

È presente molta vegetazione erbosa e belli sono i panorami sul vicino Procinto e sul Matanna che rimane alle nostre spalle e naturalmente sull'inquietante parete del monte Nona.

Salendo troviamo anche un po' di vegetazione di alto fusto e scorgiamo sulla parete del Nona la targa di marmo dedicata a Giulio Allegri che cadde nell'affrontare il canalino che si sviluppa poco distante e che è ben evidente.

Subito dopo aggiriamo un costone roccioso e troviamo uno spiazzo ameno e panoramico sulla sinistra e in breve siamo alla Foce del Procinto.

Questa è un intaglio roccioso tra le pareti verticali del Procinto e del Nona, il luogo è molto panoramico sulle Panie e su Corchia.

Superiamo l'orrida spaccatura tra i due monti su un ponticello di legno.

Oltre il ponte si sviluppa la Cintura del Procinto che consiste di una larga cengia alberata a mezza costa che circonda tutto il monte, con dislivelli irrilevanti sulla quale è tracciato un sentiero ben evidente, piacevole e panoramico; senza fermate richiede meno di 30' per tornare al punto di partenza.

La Cintura non è difficile, ma richiede comunque un minimo di attenzione.

Su questo sentiero ci sono le diramazioni per accedere alle vie di arrampicata e qua e là qualche caverna scavata nelle pareti del monte per l'erosione delle acque.

Noi la seguiamo in senso antiorario verso destra con ampi spazi panoramici tra cui la Cresta dei Bimbi e dietro essa La Bimba (989 m) e il Piccolo Procinto (1038 m). Non è raro trovare cordate di alpinisti che stanno salendo questi interessanti picchi rocciosi.

Quasi al termine della Cintura troviamo una deviazione in alto a sinistra che porta all'attacco della Ferrata.

Andiamo a esplorare l'attacco e in un paio di minuti siamo sotto la scala metallica che costituisce l'inizio della Ferrata stessa a circa 1000 metri di quota che è il punto più alto dell'escursione.

Sostiamo qualche minuto e poi torniamo indietro e in 5 minuti siamo nuovamente sul sentiero della cintura e quindi al ponticino di legno.

Ripercorriamo in senso inverso lo stesso sentiero dell'andata fino al rifugio.

Il ritorno a Stazzema avverrà sul sentiero 5° e poi sul 6 passando per casa Giorgini fino a raggiungere di nuovo il pullman