

Cammino Volto Santo - primavera 2015 - giornata nazionale dei Cammini e Lucca Ospitale



La variante interna della via Francigena, oggi anche chiamata Via del Volto Santo. Ripercorreremo questo antico cammino davvero suggestivo utilizzato nel medioevo dai pellegrini e dai mercanti per raggiungere Lucca, dove si venerava il Volto Santo, e poi proseguire per Roma.

Un bellissimo tracciato che attraversa la Lunigiana e la Garfagnana sconosciuta a molti e che ci sorprenderà per le sue bellezze paesaggistiche e storiche. Partiremo da Pontremoli, luogo di grande importanza per la sua posizione strategica quale incrocio delle vie di pellegrinaggio e non solo, e saliremo sulle colline a settentrione, attraverseremo borghi, ruscelli, calcheremo tratti di strade ancora selciate e arriveremo a Lucca dopo nove giorni di lento camminare.

Luogo di ritrovo: giorno 24 aprile p.v. presso Antico Caffè degli Svizzeri, piazza del Comune a Pontremoli ore 08:15

Partenza: stesso luogo ore 8:30

Caratteristiche del percorso: grado di difficoltà nella scala CAI E= escursionistico, nessun problema oggettivo ma richiede allenamento al camminare. Per le tappe utilizzeremo mulattiere, strade bianche o a bassa densità di traffico (vicino allo zero...), tratti di sentiero CAI.

Elementi d'interesse: itinerario storico culturale, numerose testimonianze del periodo celtico e romano, monumenti, pievi, fortificazioni di epoca medievale, la cucina della Lunigiana e della Garfagnana, ambienti naturali di particolare pregio, opere tecnologiche d'epoca, l'elemento acqua dalla prima all'ultima tappa, le tradizioni, il folklore ed eventi particolari organizzati nel periodo.

Le tappe saranno 9 a cui i partecipanti potranno iscriversi e camminare per i giorni e le energie che avranno a disposizione. Per motivi organizzativi e di affiatamento del gruppo è necessaria una partecipazione per almeno due tappe consecutive.

Pontremoli - Bagnone (8 ore) Pernotto in ostello, colazione al bar e cena in osteria (costo 38,00 euro)

Bagnone - Pontebosio (6 ore) Pernotto a Pontebosio o Monti in agriturismo o B&B con colazione e cena (costo 45,00 euro)

Pontebosio - Fivizzano (6 ore e mezzo) Pernotto in ostello e colazione cena in osteria/bar convenzionata (38,00 euro)

Fivizzano - Passo Carpinelli (7 ore) Pernotto e colazione cena in campeggio (bungalow) (costo 41,00 euro)

Fivizzano - Piazza al Serchio (6 ore e mezzo) Pernotto cena e colazione in agriturismo (43,00 euro)

Piazza al Serchio - Castelnuovo G. (6 ore) Pernotto, cena e colazione in albergo (45,00 euro)

Castelnuovo G. - Barga (7 ore) Pernotto, in ostello comunale cena in osteria nel centro storico

Barga - Borgo a Mozzano (8 ore) Pernotto in ostello della misericordia, cena in osteria nel centro

Borgo a Mozzano - Lucca (8,30 ore) Pernotto in ostello di S. Frediano con colazione e cena (42,00 euro) oppure nell'ostello organizzato dal comune (da confermare)

I partecipanti potranno unirsi al gruppo che partirà da Pontremoli il giorno 23 aprile utilizzando la linea FS che collega la Garfagnana alla Lunigiana nelle seguenti località Pontremoli, Bagnone, Fivizzano (con servizio organizzato di trasferimento dalla stazione al centro cittadino), Piazza al Serchio, Castelnuovo G., Fornaci di Barga, Borgo a Mozzano.

Info per costi e prenotazioni: Costo per organizzazione, accompagnamento e assicurazione RCT per gli adulti

Il costo per l'accompagnamento, organizzazione e polizza rct sarà di **328,00 euro** per persona (minimo 6 partecipanti).

Da portare con voi circa **370,00 euro** per le spese di vitto e alloggio.

Le prenotazioni si chiuderanno il giorno 16 APRILE e sarà necessario il pagamento di una caparra non rimborsabile pari al 20% del costo complessivo (ma in caso di recesso potrà essere usata come buono per altra iniziativa escursionistica del programma www.montagnedilegami.com) versando su postepay di cui forniremo i dati al momento dell'iscrizione.

Non sono compresi i costi di trasferimento A/R e con bus al luogo di ritrovo, le bevande, gli extra nelle cene, i pranzi al sacco, l'ingresso nei musei e quanto altro non specificato sopra. Eventuali richieste particolari nelle sistemazioni, se disponibili, saranno quantificate preventivamente (camera singola, matrimoniale, bagno in camera...)

I costi previsti, calcolati con attenzione, potranno essere suscettibili di piccole variazioni di mercato.

Numero partecipanti: massimo 12, minimo 6.

Per ulteriori info contattare la guida Nino Guidi (cell. **3284671577**)

Attrezzatura ed equipaggiamento:

Normale abbigliamento a strati per escursione di media montagna con pantaloni lunghi, camicia e maglietta, calze in cotone, **indispensabili scarponi da trekking**, salvietta per asciugarsi dopo i guadi, occhiali da sole, mantella per la pioggia o coprizaino, pantaloni per la pioggia, biancheria di ricambio, materiale per l'igiene personale, carta igienica, crema solare, tappi per le orecchie (per chi soffre di sonno leggero), eventuale pigiama per i freddolosi, blocco per appunti, macchina per foto facoltativa, torcia elettrica o pila frontale per la notte, borraccia o bottiglia in plastica per l'acqua. Medicinali per patologie personali, quelli di primo soccorso li ha la guida.

I telefoni cellulari sono ammessi ma, durante il cammino, per il rispetto di voi stessi e dei vostri compagni, **dovranno essere silenziati**. Per telefonate urgenti, durante la tappa, potrete chiamare allontanandovi un poco dal gruppo.

Per telefonate urgenti dei v.s. familiari potrete fornire il numero della guida che è sempre acceso.

Portare i viveri per il pranzo al sacco. Possibilità di acquistare alimenti a Pontremoli, Bagnone, Monti, Fivizzano e in diverse località attraversate nel tratto della Garfagnana per l'acqua si trovano diverse buone fonti lungo il percorso.