



## Appennini

# Tra il sacro e il profano

DALLA VIA DEGLI DEI, CHE COLLEGA BOLOGNA A FIRENZE, AL LUNGO PERCORSO CHE PORTA AD ASSISI, SULLE TRACCE DI SAN FRANCESCO: SALITE E DISCESE CON PANORAMI MOZZAFIATO

DI PAOLO BOTTIROLI

Gli Appennini rappresentano un tesoro per gli amanti del trekking. Dalla Lombardia alla Liguria, dall'Emilia alla Romagna, fino all'Umbria, ecco alcune proposte.

### VIA DEL SALE, DA VARZI A CAMOGLI (4/5 giorni, 90-100 km)

Un trekking di quattro o cinque giorni che permette di raggiungere il mar Ligure partendo dall'entroterra lombardo, percorrendo una delle varie direttive utilizzate un tempo per portare il sale dai porti vicino a Genova fino alla pianura padana. Mettendosi in cammino da Varzi, raggiungibile anche con i mezzi pubblici dalla stazione di Voghera, questa variante della Via del Sale permette di immergersi nel cuore dell'Appennino salendo subito di quota, tra boschi di querce e felci, prima di sbucare nei pascoli che circondano le cime del monte Chiappo, crocevia tra tre diverse regioni: Lombardia, Piemonte ed Emilia Romagna. Da qui, dopo una notte a Capanne di Cosola, si svalica in Liguria e si raggiunge il rifugio del Monte Antola, famoso per prati ricchi di fiori che lo circondano, prima di iniziare la discesa verso la costa, passando per Torriglia e Uscio, dove il mare

### GRAN VARIETÀ

Sotto, istantanee dai tre cammini di cui si parla in queste pagine: da sinistra in mezzo a un bosco sulla via del Sale, su un crinale nella Via degli Dei e in un paesino lungo il Cammino di Francesco.

si mostra la prima volta alla vista dei camminatori. Come meta finale si può scegliere la spiaggia di Recco, per festeggiare con la sua focaccia al formaggio, raggiungere direttamente Camogli o allungare leggermente per guadagnare la piccola caletta che si apre davanti all'abbazia di San Fruttuoso e godersi il primo bagno della stagione.

### VIA DEGLI DEI, DA BOLOGNA A FIRENZE

(5 giorni, 120-130 km)

In treno, con l'Alta velocità, sono necessari meno di quaranta minuti per percorrere

il tratto che separa Bologna e Firenze, ma lo si fa in gran parte del tempo al buio, dentro le gallerie, senza poter godere la bellezza del panorama attorno. Perché, allora, non scoprirlo a piedi lungo la Via degli Dei, che in cinque giorni di cammino permette di partire da piazza Maggiore e arrivare sotto il marmo bianco e serpentino di Santa Maria Novella? Un viaggio lento e logisticamente comodo (le città di arrivo e partenza sono ben collegate al resto d'Italia proprio con la rete ferroviaria) che attraversa l'Appennino e le sue storie. Da Bologna si sale fino a San Luca, lungo



## STORIA NOBILE

Il Castello del Trebbio in Mugello, dimora dei primi membri della famiglia Medici, sulla Via degli Dei verso Fiesole.



## Notti in rifugio, la memoria e il tabacco

Pernottare in un vero e proprio rifugio? Lungo la Via del Sale potete fermarvi in quello del Monte Antola ([www.rifugioantola.com](http://www.rifugioantola.com)), inaugurato nel 2007, che consente di godere una vista spettacolare sul lago del Brugneto. Una variante della Via degli Dei, avendo come meta della prima tappa Pian di Venola o Marzabotto, permette invece di attraversare il Parco di Monte Sole ([www.parcostoricomontesole.it/](http://www.parcostoricomontesole.it/)) dove è conservata memoria di uno dei più feroci e cruenti eccidi nazisti della Seconda guerra mondiale (raccontata nel film di Giorgio Diritti *L'Uomo che verrà*). Non sapevate che in Umbria si coltivasse tabacco? A Città di Castello, lungo il cammino di Francesco, fermatevi ad osservare gli ex seccatoi cittadini, ora riqualificati e diventati sede museale (<http://www.fondazioneburri.org/>).



le 666 arcate del portico più lungo al mondo. E da lì, dove si domina la città felsinea, si inizia il cammino incrociando le vicende dei partigiani della Stella Rossa e quella dei soldati tedeschi sepolti nel Cimitero militare germanico del Passo della Futa, fino a raggiungere i dintorni di Fiesole, protagonisti delle lotte tra Guelfi e Ghibellini, e cominciare la lenta discesa verso il centro del capoluogo toscano. Il tutto lasciandosi alle spalle tappa dopo tappa le cime intitolate ad antiche divinità, dal Monte Venere al Monte Adone, che danno il nome a questo cammino.



### CAMMINO DI FRANCESCO, DA LA VERNA AD ASSISI (8 giorni, 185-190 km)

Rispetto ai due precedenti cammini, quello di Francesco (noto anche come cammino di Assisi) è più lungo, circa 300 km divisi in dodici o tredici tappe. Come tutte i grandi pellegrinaggi, da Santiago alla Via Francigena, si può decidere di compierne anche solo una parte, però, come quella che dal Santuario della Verna (dove San Francesco avrebbe ricevuto le Sacre Stimmate) conduce in sette giorni ad Assisi. A differenza della Via degli Dei e della Via del Sale, in questo percorso che collega Toscana e Umbria si toccano sia diversi eremi (come quelli di La Casella e Montecasale) e si ha al contempo la possibilità di visitare (e pernottare) centri come Città di Castello e Gubbio, unendo l'aspetto del cammino all'aria aperta a un itinerario turistico più tradizionale, prima di arrivare alla Basilica di San Francesco. Per chi non si accontentasse di sette giorni e volesse compiere questo cammino per intero la partenza è fissata a Dovadola, in provincia di Forlì, e permette durante le tappe iniziali di attraversare anche il Parco delle Foreste Casentinesi.