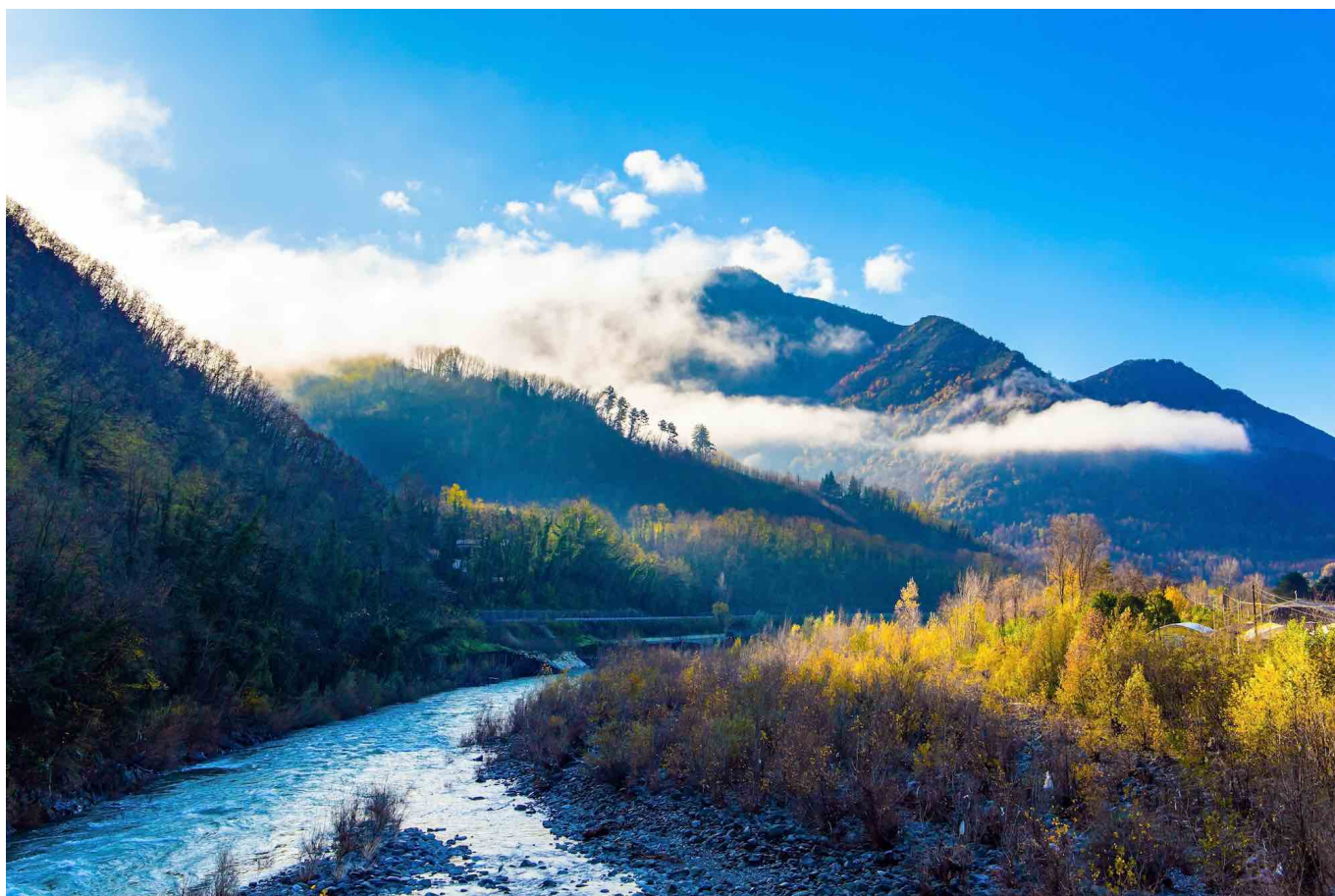


## GLI ITINERARI PIÙ AFFASCINANTI DELLA MONTAGNA TOSCANA: ALCUNI MUST DA NON PERDERE



Una piccola guida ai migliori itinerari in montagna, alla scoperta di alcuni dei più bei luoghi della Toscana.

Itinerari in montagna: alla scoperta della Toscana e le sue bellezze

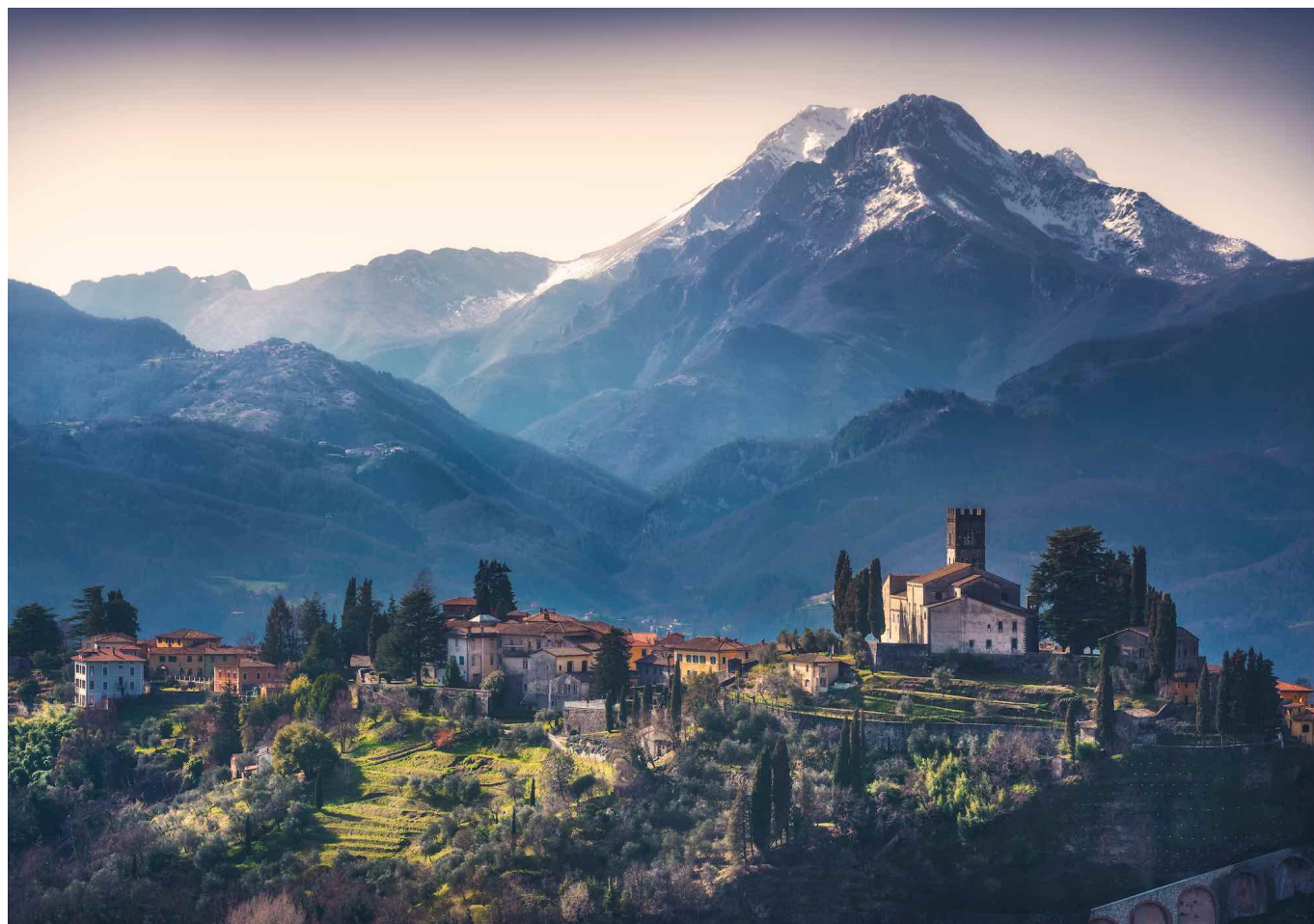
Di cosa parliamo in questo articolo:

- Garfagnana e Media Valle del Serchio
- Itinerari in montagna tra i borghi della Lunigiana
- Montagna Pistoiese: stazioni sciistiche e laghi in Alta Toscana
- Monte Amiata: trekking su un antico vulcano
- Mugello: i migliori itinerari in montagna d'estate e d'inverno
- Alla scoperta delle Foreste delle montagne del Casentino

- Valtiberina: itinerari in montagna tra Toscana, Marche ed Emilia
- Itinerari in montagna: in Versilia sulle Alpi Apuane

**L**a montagna toscana (il 25,1% della regione), insieme alle colline (66,5% dell'intera area), alle zone marittime, e anche alla pianura (circa l'8,4% del territorio), va a comporre un mosaico di varietà e bellezza unico al mondo. Ma quali potrebbero essere gli itinerari di montagna più interessanti in Toscana d'inverno e d'estate, quelli da fare col caldo o col freddo, con le margheritine accarezzate dal vento o con la neve?

In questo articolo, parleremo dei must del trekking sulla montagna toscana da non perdere in qualsiasi stagione. Per ovvie esigenze di spazio web non tratteremo i tanti splendidi borghi sparsi sulle nostre vette, che tuttavia sono stati approfonditi nei relativi articoli correlati.



## Garfagnana e Media Valle del Serchio

In Toscana, uno degli itinerari in montagna da non perdere si trova nel territorio compreso tra l'Appennino Centrale e le Alpi Apuane. Queste montagne, ricolme di acqua e di laghi artificiali, vantano mete davvero originali come il Lago di Vagli, sotto cui si nasconde il paese fantasma di Fabbriche di Carreggine - che nel 1946 fu completamente sommerso per costruire il bacino e la diga -, così come il lago di Isola Santa, sulle cui sponde giace l'omonimo, suggestivo, borgo solo parzialmente abbandonato.

Sempre in Garfagnana, nei pressi di Sillano, si erge il monte Prado, che coi suoi 2054 mt di altitudine è la vetta più elevata della Toscana.

In quest'area si trovano grotte e antri rocciosi, come la Grotta del Vento, a Fornovolasco, nel comune di Fabbriche di Vergemoli, meraviglia del mondo sotterraneo, e l'Orrido di Botri, vero e proprio canyon naturale, scavato nei millenni dal flusso del Torrente Pelago, con gole profonde, cascate e piccole insenature d'acqua.

Doveroso anche salire tra i paesi montani, visitare l'incantevole Eremo di Calomini e San Romano con la possente Fortezza delle Verrucole. Mentre a San Pellegrino in Alpe si può ammirare uno dei panorami più belli della Garfagnana.



## Itinerari in montagna tra i borghi della Lunigiana

Al confine con la Liguria, la [Lunigiana](#) è una terra tutta da scoprire, tra castelli, pievi medievali, percorsi trekking e mulattiere.

Nei comuni di Filattiera, Comano, [Fivizzano](#), Bagnone e Licciana Nardi s'innalzano le cime dell'Appennino tosco-emiliano. Le escursioni nella natura garantiscono pertanto non solo panorami mozzafiato sulla vallata, ma anche l'apprendimento dei misteri e delle storie legate al territorio, come testimoniano le statue stele, meraviglie in pietra realizzate tra l'età del rame e quella del ferro, ed esposte in un museo a [Pontremoli](#).

Lo stesso Parco regionale delle Alpi Apuane si estende in parte in Lunigiana, col suo caratteristico paesaggio costellato da grotte, corsi d'acqua e boschi.

Tra le zone più affascinanti della Lunigiana si segnala anche quella di Zeri, meta ideale per una vacanza rilassante, nel silenzio, fatta di lunghe passeggiate che terminano con la visita a fattorie e allevamenti. A pochi minuti dal centro si trova il villaggio d'alpeggio della Formentara, un antico insediamento a oltre 1100 metri di quota, risalente ai primi del Cinquecento. Il piccolo borgo, sebbene disabitato, è ancora oggi soggetto a continue ricerche archeologiche.

Altra bella idea è visitare la Cascata della Colombara, vicino alla strada comunale per Bosco. Infine, assolutamente da vedere sono gli stretti di Giaredo, itinerari incontaminati nel canyon di pietra scavato dalle acque del torrente Gordana.



## Montagna Pistoiese: stazioni sciistiche e laghi in Alta Toscana

La Montagna Pistoiese, situata geograficamente nell'Alta Toscana, insieme alle sue caratteristiche cittadine montane vanta un prezioso patrimonio naturale: panorami dolci e mutevoli, boschi, aria pulita. D'inverno patria degli sport invernali, nelle stagioni più calde è perfetta per le escursioni, anche con bambini.

Oltre all'Abetone e alla Doganaccia, tra le destinazioni più gettonate per il trekking ricordiamo il Monte Gomito, il Monte Cimone, il Libro Aperto, ma anche i laghi Nero e Scaffaiolo. Gli itinerari da fare a piedi o in bici si intersecano con le tappe culturali e storiche dell'Ecomuseo della Montagna Pistoiese, un museo diffuso che racconta – grazie a sei filoni tematici – la vita quotidiana e gli antichi mestieri di tutto il territorio.

Suggestivo, a San Marcello Piteglio, attraversare il Ponte Sospeso delle Ferriere utilizzato un tempo dai lavoratori che dovevano recarsi da un lato all'altro della valle. Interessante anche apprendere come veniva prodotto e conservato il ghiaccio, visitando la Ghiacciaia della Madonnina in località Le Piastre.

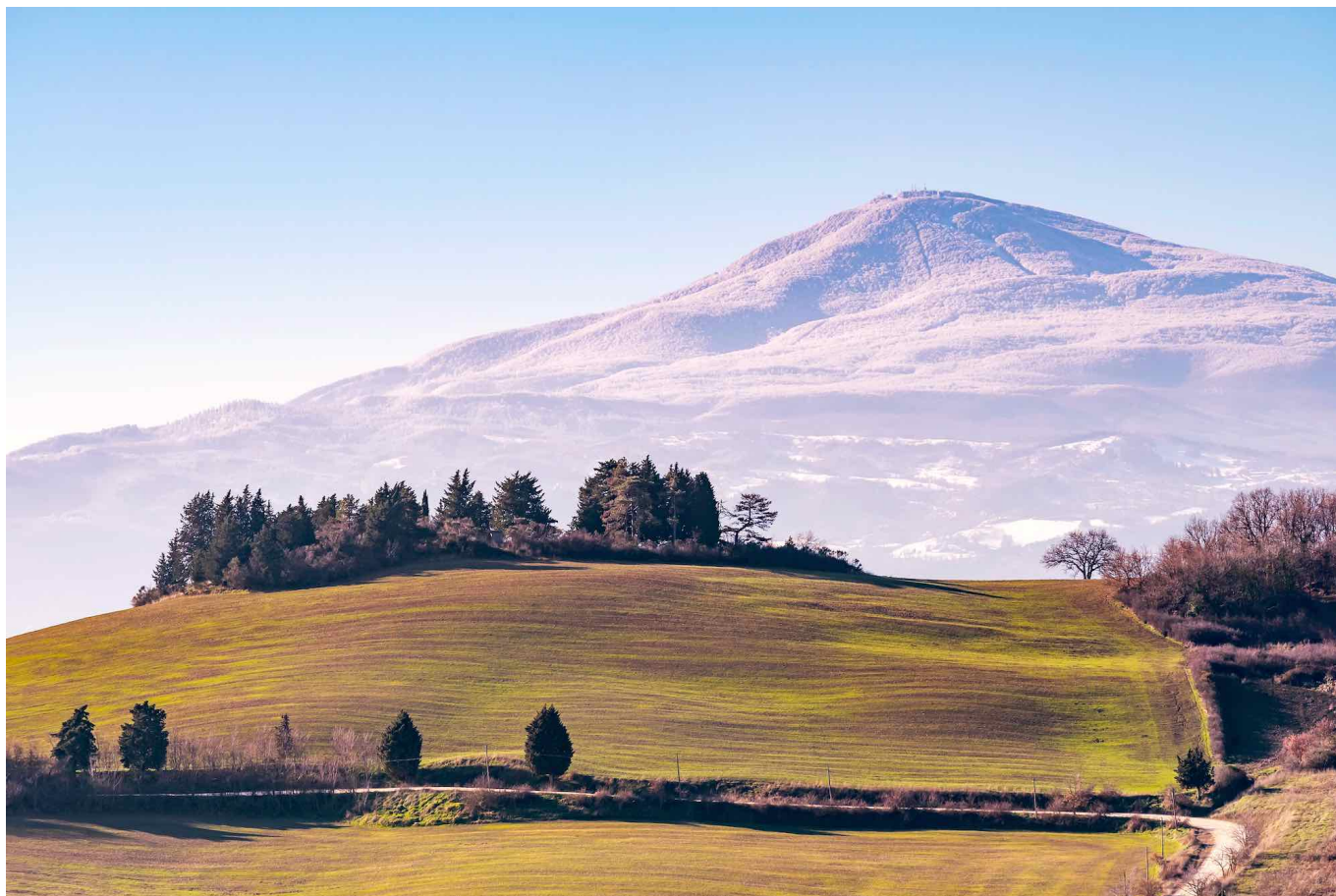


## Monte Amiata: trekking su un antico vulcano

Altro territorio dove scoprire bellissimi itinerari in montagna in Toscana è il [Monte Amiata](#). Antico vulcano addormentato, coi suoi numerosi corsi d'acqua, è l'ideale per chi ama gli sport acquatici come la canoa. Ma d'inverno anche gli scalatori e gli sciatori trovano il loro habitat perfetto potendo raggiungere la vetta tramite sentieri trekking, ciaspole, sci di fondo o sci alpinismo, inerpicandosi tra panorami mozzafiato.

Ai ciclisti allenati, invece, è consigliabile non perdere un'escursione in mountain bike attraverso i borghi più belli dell'Amiata: [Abbadia San Salvatore](#), ad esempio, offre la possibilità di vivere l'esperienza della storica miniera di mercurio, grazie al Museo e alle gallerie delle miniere accompagnati dagli ex minatori che riescono sempre a coinvolgere e a commuovere con i racconti delle loro storie di vita, di avventura e di pericolo.

L'itinerario può poi proseguire verso [Arcidosso](#), borgo che merita una tappa per ammirare la sua Rocca Aldobrandesca. Si riparte quindi per [Santa Fiora](#), dove vale la pena visitare il centro storico e l'antica peschiera, e infine Piancastagnaio, arroccato su un ripiano che domina la Val di Paglia e la Cassia.



## Mugello: i migliori itinerari in montagna d'estate e d'inverno

Terra d'artisti, odori e sapori, il Mugello è un'altra area in Toscana dove scoprire bellissimi itinerari in montagna, coi suoi castagni e le sue storie. Una delle sue vette più belle è il Monte Giovi che culmina a quota 992 mt; rappresenta la parte più orientale della dorsale che separa il Mugello dal Valdarno e dalla bassa Val di Sieve. Si tratta di un rilievo abitato sin dall'antichità, come dimostrano i ritrovamenti etruschi e romani, e da sempre popolato da contadini e pastori. Nel corso della Seconda Guerra mondiale il Monte Giovi fu teatro della Resistenza e vide nascere alcune formazioni partigiane. Per questa ragione vi è stato istituito un parco culturale della memoria corredato da pannelli didattici e da una rete di sentieri tematici.

Nei dintorni di Vicchio, in cui si trova anche la casa natale di Giotto, oltre a muoversi per i Sentieri dei Pittori - un percorso che si dipana nel verde raggiungendo i luoghi di interesse storico-culturale -, si può fare trekking sul Monte Verruca, oppure riposarsi nell'ambiente suggestivo che si è creato intorno al lago di Montelleri.

La cima del Monte Beni, nel comune di Firenzuola, raggiunge i 1.259 metri di altitudine ed è accessibile grazie alla mulattiera che parte da Covigliaio. Infine, come tappa culturale, è possibile considerare il Museo delle genti di montagna che si trova all'interno del Palazzo dei Capitani a [Palazzuolo sul Senio](#): la collezione mette in mostra gli oggetti che ripercorrono la storia del territorio del Mugello e della comunità della montagna.



## Leggi anche:

Locanda Senio di Palazzuolo: 5 ragioni per saltare giù dal mondo e correre qui

*A Palazzuolo sul Senio, al confine tra Toscana e Emilia-Romagna, esiste uno degli alberghi diffusi più belli d'Italia.*

## Alla scoperta delle Foreste e delle montagne del Casentino

Il [Casentino](#) è luogo di boschi silenziosi e d'intensa spiritualità. Qui infatti sono conservati numerosi monumenti della fede, tra cui anche il [Santuario della Verna](#), strettamente connesso con la figura di San Francesco, dove si dice che abbia addirittura ricevuto le stimmate. Il convento raccoglie preziosi oggetti liturgici, oltre alle robbiane terrecotte invetriate (più un busto di Cristo, sempre attribuito ad Andrea Della Robbia) e ai 21 dipinti di Baccio Maria Bacci che nel Corridoio delle Stimmate illustrano i momenti salienti della vita di Francesco d'Assisi.

Nel bosco casentino si erge anche il [Monastero di Camaldoli](#), un complesso monastico raggiungibile tramite un itinerario trekking ad anello che permette di ammirare splendidi panorami e di respirare l'aria pungente della montagna.

Tra il Casentino e la Valtiberina, ecco l'Alpe di Catenaia, un gruppo montuoso popolato da querce, castagni e faggete. Il massiccio del [Pratomagno](#), invece, con la sua Croce a 1590 metri di altitudine, segna il confine col Valdarno.



## Valtiberina: itinerari in montagna tra Toscana, Marche ed Emilia

La [Valtiberina toscana](#) conduce a una montagna a tratti fertile, a tratti rocciosa. Queste vette, che hanno ispirato grandissimi artisti come Piero della Francesca, [Michelangelo](#), Leonardo, sono perfette per il trekking, per la mountain bike o per il cavallo.

Partendo da Sestino, un luogo che affonda le sue radici in epoca romana, il territorio è costellato da piccoli borghi di montagna e da riserve naturali, tra cui la più conosciuta è senz'altro la Riserva Naturale del Sasso di Simone e Simoncello, due enormi blocchi calcarei ricchi di fossili che poggiano su una coltre d'argille colorate. All'interno della riserva ci si può incamminare tra boschi e praterie, aceri, faggi e frassini e, con un po' di fortuna, si possono scorgere daini, volpi e caprioli.

Al confine con Marche ed Emilia, nel cuore dell'Appennino, ci si ritrova nel comune di Badia Tedalda, capoluogo della Riserva Naturale dell'Alpe della Luna. All'interno dell'area protetta si susseguono boschi di cerro e di faggio, intervallati da vecchi insediamenti. Qui è possibile incontrare anche lupi, cinghiali, oltre a numerose specie di uccelli e anfibi. Il luogo più spettacolare è la Ripa della Luna, una parete rocciosa alta circa 250 mt, a forma di semicerchio, rivolta al versante settentrionale del Monte dei Frati, coi suoi 1453

mt il più alto della Riserva. In epoche antichissime sembra che in questa area si svolgessero riti dedicati alla luna.

Nei pressi di [Anghiari](#) si snoda la catena dei Monti Rognosi, interessanti perché formati interamente da ofioliti, rocce di origine magmatica sulle quali cresce una vegetazione unica. Si tratta di pietre molto dure su cui resistono il ginepro, con esemplari centenari, l'erica e il profumato elicriso. Una particolarità è costituita dalla dafne odorosa, che, in tutta la Toscana, è riscontrabile solo qua.



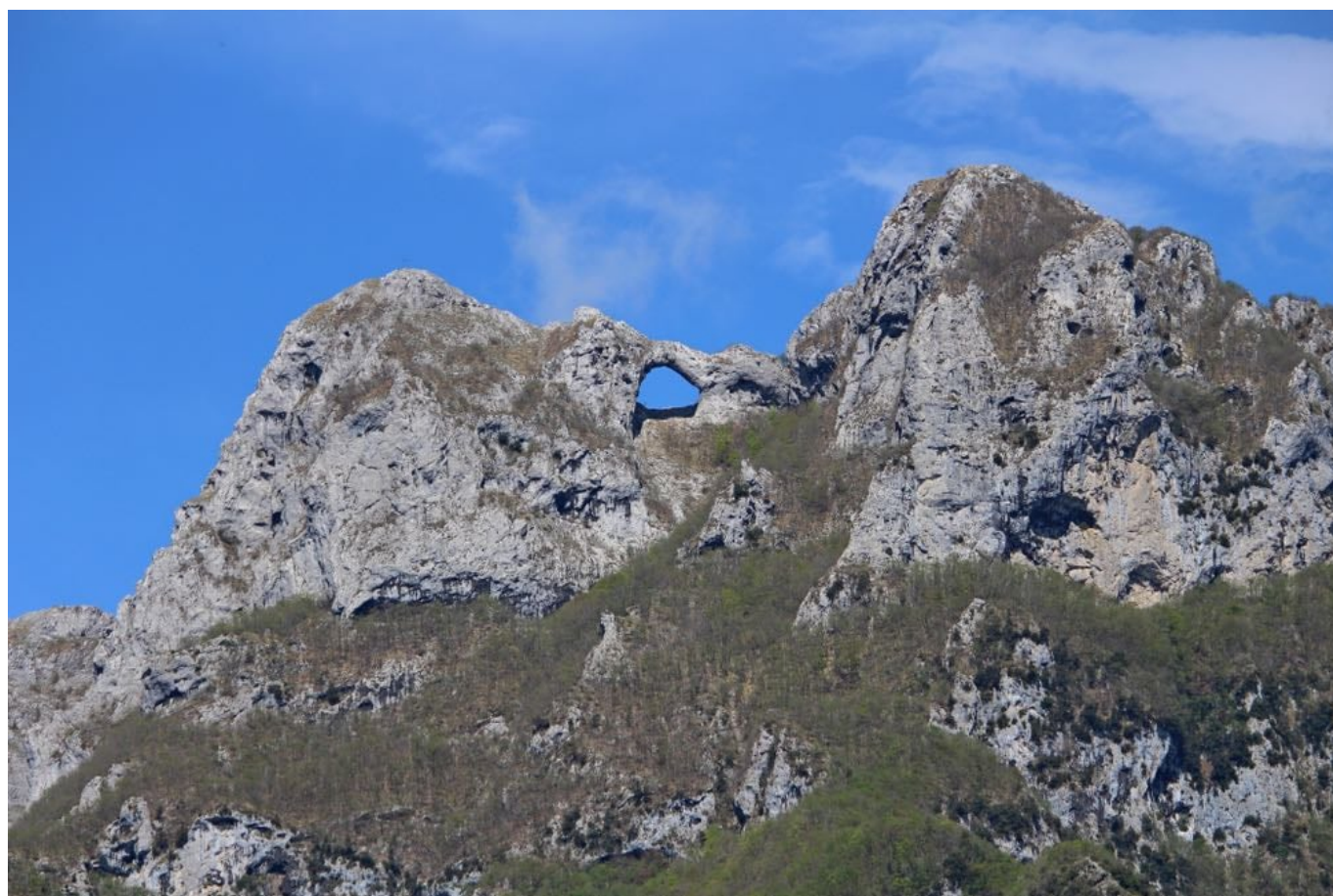
## Itinerari in montagna: in Versilia sulle Alpi Apuane

Se non soffrite di claustrofobia e non temete un itinerario “underground”, allora il Parco delle Alpi Apuane fa per voi. Le montagne calcaree di quest’area conservano nel sottosuolo fenomeni di origine carsica, tanto che sono censite circa 1300 grotte, tra cui spicca l’[Antro del Corchia](#) a Stazzema, tra gli abissi più profondi d’Italia.

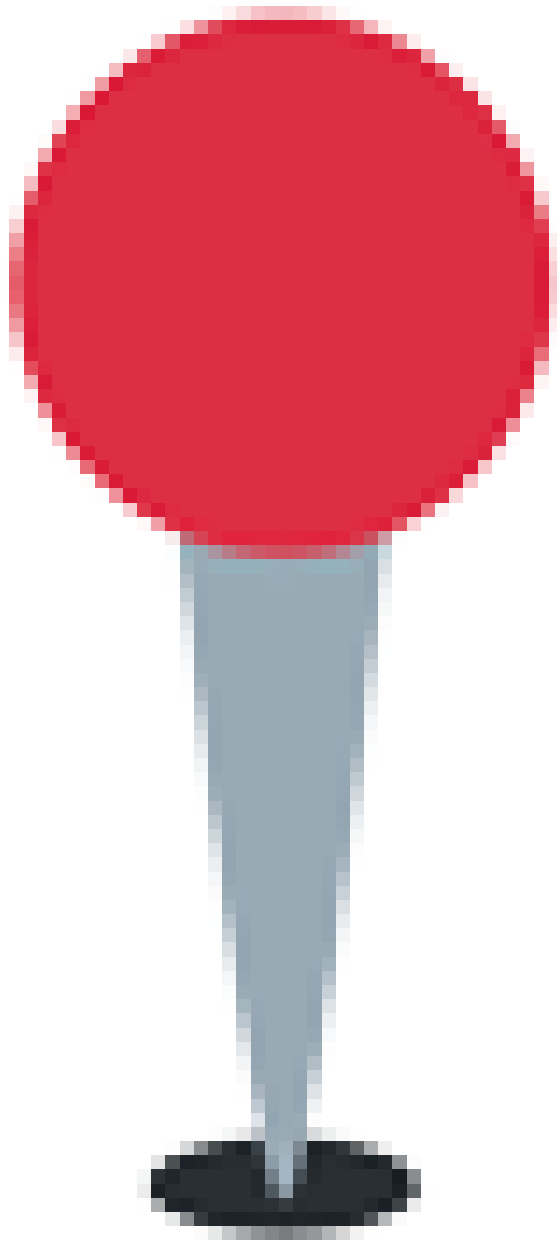
Sempre nel comune di Stazzema, il Monte Forato – nome dovuto al suo caratteristico arco di roccia naturale con un foro al centro – è assolutamente da vedere. L’arco, coi suoi 32 metri di larghezza e i 25 di altezza, formato per erosione, offre la possibilità ai più coraggiosi di “dondolarsi” sopra l’altalena che vi viene appesa durante le escursioni con guide autorizzate.

L'Alpe di Puntato, uno degli ultimi alpeggi delle Apuane, racchiuso tra la Pania della Croce, il monte Corchia e il Freddone, conserva testimonianze di una vita lontana, con case diroccate, terreni terrazzati per le colture, mulattiere e sentieri. Camminando nei boschi vicini capita ancora d'incontrare seccatoi in pietra, utilizzati in passato per produrre farina di castagne.

*Last but not least*, le [Alpi Apuane](#) sono celebri per essere ricche di bacini marmiferi (i più famosi quelli di Carrara). Al visitatore la magia delle cave si apre come una visione che penetra il cuore della montagna fino a scoprire l'oro prediletto da Michelangelo e Canova. Una visita a Colonnata, Torano e Fantiscritti non è un optional, è un must a cui almeno una volta nella vita bisogna assolvere.



Bene, caro amico TP-iano, cara amica TP-iana, il nostro excursus sugli itinerari nella montagna toscana da non perdere termina qui, proprio dove inizia il dibattito con te. Sei d'accordo con quello che abbiamo scritto? Sì? No? In parte? Commenta qui sotto, su [Facebook](#), su [Instagram](#), arricchisci le nostre proposte coi tuoi suggerimenti.



PER APPROFONDIRE:

- [10 montagne toscane per vacanze estive e non](#)
- [I più bei laghi di Toscana, ottime alternative alle spiagge affollate](#)
- [I borghi delle Alpi Apuane: storia e arte in un paradiso naturale di marmo](#)



La Toscana è la tua passione? Anche la nostra!

---

Riproduzione Riservata ©Copyright TuscanyPeople

