

DA MARINA DI CARRARA A LIVORNO: VIAGGIO SULLA COSTA SETTENTRIONALE DELLA TOSCANA



Guida completa alla costa settentrionale toscana paese per paese, con approfondimenti sulle tre aree che la compongono: la Riviera Apuana, la Versilia e la Riviera pisana.

Costa toscana settentrionale: da Marina di Carrara a Calambrone

La costa settentrionale toscana può essere divisa in tre parti ben definite:

- 1) la Riviera Apuana, da Marina di Carrara a Cinquale;
- 2) la Versilia, da Forte dei Marmi a Torre del Lago;

3) la Riviera Pisana, da Marina di Vecchiano a Calambrone.

Affronteremo quindi questo lungo, bellissimo, tratto di costa toscana, iniziando da nord e proseguendo verso sud, tenendo come limite estremo Livorno, incluso nella Costa degli Etruschi.



Riviera Apuana: la parte più settentrionale della costa toscana

La Riviera Apuana si estende tra l'estremità sud-orientale della provincia di La Spezia e la parte nord-occidentale della Toscana, includendo quasi per intero il tratto costiero della provincia di Massa e Carrara, inoltrandosi, a sud, fino al confine con la Versilia.

La riviera, lunga circa 20 km, è piatta, sabbiosa, attrezzata con stabilimenti balneari di qualità, in cui non mancano i centri nautici per dedicarsi agli sport marini: vela e windsurf soprattutto. Le spiagge di sabbia finissima, molto piacevole al tatto, si allungano a poca distanza dalla roccia delle Alpi Apuane e dalle sue maestose montagne di marmo. Nasce così un litorale dalla formula incantevole: dolci giornate di relax sul mare che possono essere alternate a escursioni in montagna.

Il turismo balneare della costa settentrionale toscana è la componente fondamentale nella stagione estiva. Non mancano nei dintorni attrattive di tipo culturale, quali l'area archeologica di Luni e i centri storici di Carrara e [Massa](#). Le principali località balneari sono [Marina di Carrara](#) e Marina di Massa, le cui spiagge hanno ottenuto l'attestato della Bandiera Blu per diversi anni consecutivi.



I paesi della Riviera Apuana

Passiamo in rassegna tutti i paese della Riviera Apuana, la parte più a nord della costa settentrionale toscana.

Marina di Carrara

Con le [Alpi Apuane](#) che la proteggono dai freddi venti del nord, Marina di Carrara è una ben attrezzata, moderna località balneare, che offre una larga spiaggia di sabbia fine e soffice, compresa fra l'azzurro del mare e il verde delle pinete. È dotata d'impianti e attrezzature per lo svago e il divertimento e per la pratica di diversi sport. Dispone inoltre di un efficiente Club Nautico che svolge un'intensa attività nazionale e internazionale, sfruttando un ottimo porticciolo turistico.



Marina di Massa

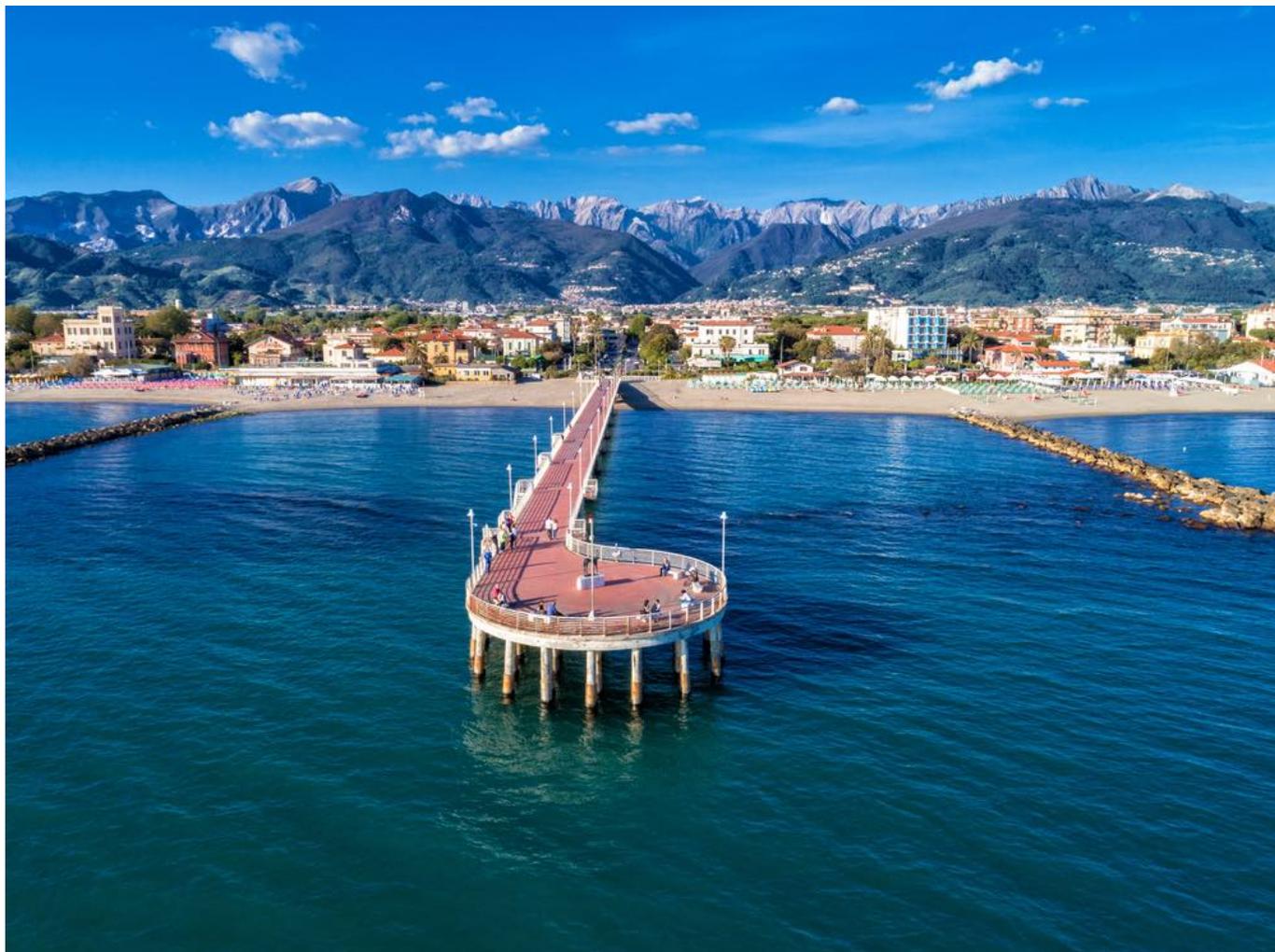
Dieci chilometri di litorale, strutture ricettive all'avanguardia, mare pulito, simpatia e buona tavola, è ciò che offre Marina di Massa. E a pochi minuti di auto, le Apuane, dove si può arrivare fino a 2000 metri di quota, e dove [Michelangelo](#) veniva a selezionare il marmo.

La spiaggia è dotata di stabilimenti ottimamente attrezzati. Una serata in uno dei locali più quotati (Disco Bar Baraonda, Discoteca Miami o Duplé), una passeggiata sul pontile, lungo la piazza principale, o tra i banchi del mercato settimanale, sono solo alcune delle cose consigliate per una rilassante vacanza al mare in Toscana.



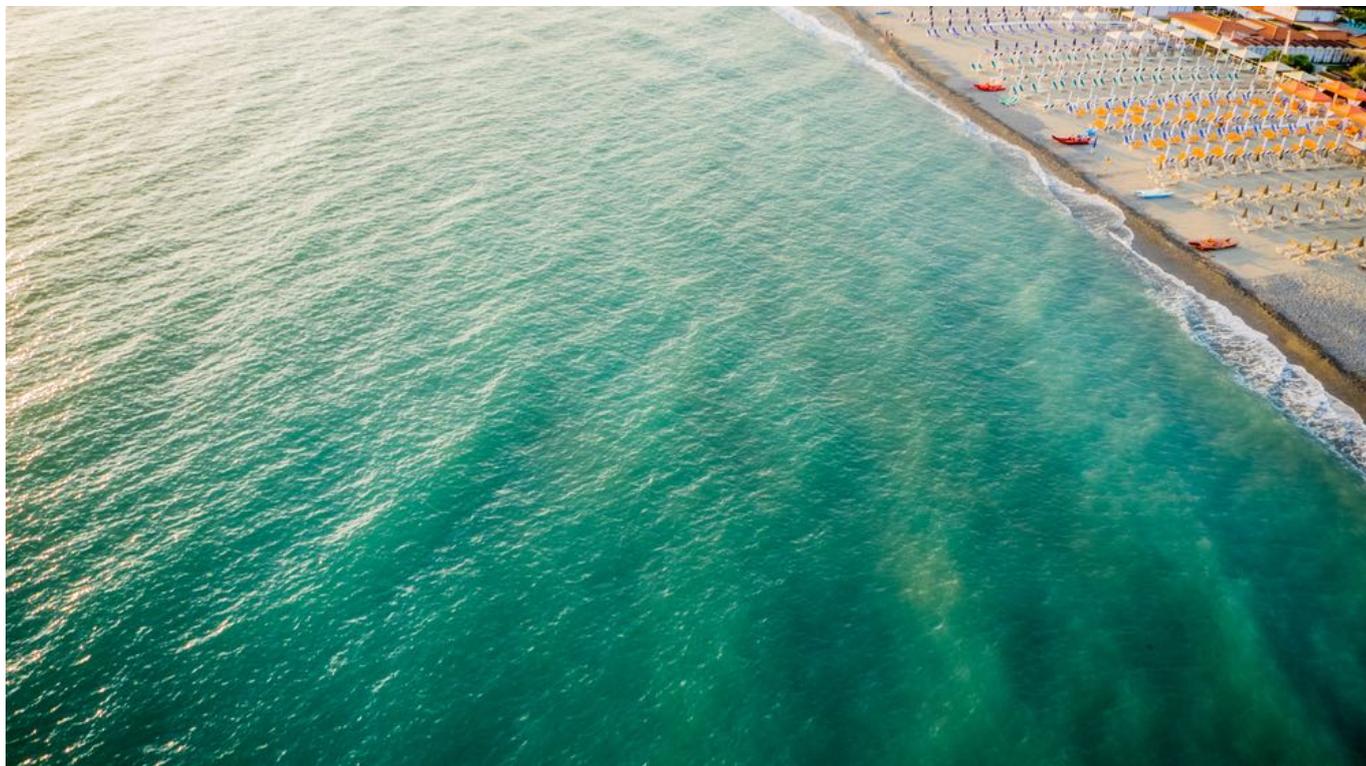
Leggi anche: [Cos'è la caligo, la nebbia delle anime, che avvolge la costa nord della Toscana?](#)





Ronchi

Dal glorioso passato letterario – qui venivano a passeggiare personaggi del calibro di Ungaretti e Calamandrei –, Ronchi possiede la suggestione del felice incontro tra il verde della pineta e la tranquilla spiaggia dotata di ogni comfort, tra il mare e la raffinatezza di hotel e bei palazzi. Ronchi è relax, è rinomati ristoranti sul litorale, così come uno dei locali più “cool” della Versilia, l’Essenza Lounge Bar: apericena in spiaggia e, dopo cena, discoteca fino a all’alba.



Cinquale

Le origini turistiche di Cinquale risalgono al periodo compreso tra le due guerre mondiali, quando divenne area rinomata di colonie estive, di case di cura, oltre che di ville di prestigiosi personaggi.

Cinquale ha un recente porticciolo turistico, mentre nell'entroterra è da visitare l'oasi faunistica del "Lago di Porta". Da non perdersi la Skikki Beach e le [Terme della Versilia](#), SPA autentica, tutta naturale.



Cosa vedere sulla Riviera Apuana

Tra le attrazioni della parte più a nord della costa settentrionale toscana suggeriamo: 1) [Rocca Malaspina di Massa](#); 2) Duomo di Massa; 3) Palazzo Ducale di Massa e Piazza degli Aranci; 4) Duomo di Carrara; 5) Palazzo Cybo Malaspina di Carrara; 6) Castello Aghinolfi di Montignoso.

Prodotti tipici e cucina della riviera

Tra i prodotti tipici della Riviera Apuana, derivanti da coltivazioni e allevamenti naturali, spiccano l'agnello di razza massese e il capretto delle Apuane, il cui latte viene usato per il gustosissimo caprino delle Apuane. Questo formaggio, dal sapore intenso, è ottimo per accompagnare la salsiccia di Montignano, classico insaccato locale ottenuto dalle parti nobili del maiale.

Anche la cucina offre piatti molto interessanti. Si va dalle gustose zuppe di pesce appena pescato fino al [lardo di Colonnata](#) - piatto ricchissimo di calorie che ha fatto la storia delle gelide cave - gustati magari con un bicchiere di Candia o con un fresco Vermentino locale.



La Costa versiliana: tra le più rinomate mete vacanziera della Toscana

La [Versilia](#) è delimitata, a nord, dal fiume di Seravezza, a sud, dall'antico forte del Motrone, e comprende i territori dei comuni di [Pietrasanta](#), [Forte dei Marmi](#), Seravezza e [Stazzema](#). Oggi vi si include anche la [valle di Camaiore](#) e la pianura costiera che si estende fino a [Viareggio](#).

La costa versiliana si allunga per una ventina di chilometri, tra colline coltivate a ulivo e vite, l'area del [Lago di Massaciuccoli](#) e le [Apuane](#), dove la presenza di siti archeologici, borghi medievali, pievi romaniche, fortezze e castelli, testimonia la storia di un territorio abitato fin dal Neolitico.

Mare, colline, montagne, lunghi litorali sabbiosi e ricca vegetazione mediterranea, sono gli elementi di forte contrasto che raccontano la suggestione di un'area che nell'immaginario collettivo è da sempre sinonimo di relax, divertimento e spensieratezza. Grazie alle molte attrazioni storico-naturalistiche e a un clima mite, la [Versilia](#) consente di godere per gran parte dell'anno delle lunghe spiagge, del lussureggiante entroterra delle Alpi Apuane, o dei parchi naturali, perfetti per il trekking e l'escursionismo in mountain bike. Al tempo stesso, la fascia pianeggiante alle spalle dei centri costieri offre la possibilità di tranquille passeggiate in pineta e di escursioni cicloturistiche lungo percorsi privi di difficoltà, ma appaganti sul piano paesaggistico.

In estate, qui si danno appuntamento artisti, scrittori, uomini di spettacolo, oltre a una gran quantità di appassionati della vita da spiaggia. In inverno, manifestazioni letterarie e cinematografiche richiamano specialisti e curiosi.

Sia di giorno che di notte la Versilia offre intrattenimento, spettacoli e divertimento, a cominciare da quelli tipici di un luogo rinomato da sempre per le sue estati, per finire all'ampio ventaglio di eventi in calendario, tra cui spiccano il mitico [Carnevale di Viareggio](#) e l'intramontabile Festival Pucciniano.



Leggi anche: [Viareggio, la Versilia e il primo stabilimento balneare d'Italia](#)



I paesi della Versilia

Forte dei Marmi

Forte dei Marmi è una delle località turistiche più esclusive di tutta la costa toscana. Suo simbolo, oltre al Forte lorenese che gli dona il nome, è il pontile, anticamente utilizzato per consentire il carico sulle navi del marmo estratto dalle cave.

La cittadina vive di turismo luxury e sembra nata per lo shopping di alta moda nelle boutique di lusso, oltre a essere famosa per i suoi ristoranti sul mare e per la sfavillante vita notturna. Negli anni, nel quartiere Vittoria Apuana, si sono moltiplicate ville sfarzose, mentre il litorale è caratterizzato dalla presenza di splendidi stabilimenti balneari di pregio che offrono relax oltre a tantissimi servizi.



Marina di Pietrasanta

Marina di Pietrasanta ha una spiaggia di sabbia finissima con stabilimenti ben attrezzati composti da blocchi unici in forma trapezoidale. Da provare, le serate nei locali più blasonati (La Bussola, Ostras, Twiga o Seven Apples), così come una passeggiata sul pontile.

Bello anche avventurarsi nell'area pedonale della via parallela al viale a mare di Tonfano e nel centro storico di Pietrasanta, visitando negozi di oggettistica in marmo e bronzo (non mancano le boutique), quelli di oreficeria, oltre a quelli di prodotti tipici della cucina pietrasantina.



Lido di Camaiore

Tipico di Lido di Camaiore sono le numerose ville immerse nel verde, le sue strade molto ampie, le affascinanti piazze con fontane artistiche, oltre ai giardini in prossimità del mare.

Le attrezzature balneari sono moderne e funzionali, e vi si accede per una magnifica passeggiata a mare sopraelevata, ricca di aiuole e palme, che ospita locali d'attrazione e intrattenimento.



Viareggio

La località più importante della Versilia nacque come porta sul mare di Lucca. Deve infatti il suo nome alla via regia, la strada che nel Medioevo dal capoluogo portava al mare. Nota dappertutto per il suo Carnevale, a [Viareggio](#) sono da non perdere i Musei Civici di Villa Paolina.

Moltissime le ville adornate da raffinate decorazioni art-decò, suggestivi i tocchi liberty lungo la passeggiata, il viale che costeggia il mare. Da visitare la Villa Argentina, il Caffè Margherita - rimasto quasi intatto da quando lo frequentava Giacomo Puccini -, e la Cittadella del Carnevale, un grande parco urbano in cui si sbizzarriscono i maestri della cartapesta, gli artigiani viareggini che plasmano a mano i giganteschi carri allegorici.



Torre del Lago Puccini

Torre del Lago Puccini deriva il nome da una torre che sorgeva vicino al Lago di Massaciuccoli tra il XV e il XVI secolo. Nel 1938, al nome originario Torre del Lago venne aggiunto quello di Puccini, per rendere omaggio al grande compositore che qui visse e compose molte delle sue più famose opere. Dal 1930, Torre del Lago celebra il maestro col Festival Pucciniano nel Gran Teatro all'Aperto Giacomo Puccini, ai bordi del Lago di Massaciuccoli.

Ricco di flora e fauna, dal 1985 il lago è divenuto oasi naturale della LIPU. Durante la stagione estiva, al suo interno è possibile svolgere molte attività sportive, come gite in battello, birdwatching (anche in canoa), noleggio di barche, canoe, kayak.



Cosa fare in Versilia

Qualche breve suggerimento su cosa fare in Versilia.

- 1) Fare shopping a Forte dei Marmi.
- 2) Ballare nelle migliori discoteche italiane.
- 3) Festeggiare il Carnevale a Viareggio; 4) Prendere un gelato lungo la passeggiata di Lido di Camaiore.
- 5) Visitare la splendida Oasi di Massaciuccoli; 6) Rilassarsi all'ombra della pineta della Darsena.



Cucina versiliana e prodotti tipici

Tra i prodotti tipici della Versilia, ricordiamo:

- 1) Salumi: il lardo di Camaiore, la mortadella di Camaiore, la mortadella di Cardoso.
- 2) Formaggi: il pecorino della Versilia
- 3) Pane: la focaccia seravezzina, il pane di Azzano, la scarpaccia di Camaiore, la schiacciata di Seravezza;
- 4) Altri prodotti: il fagiolo schiaccione di Pietrasanta, il miele dell'Alta Versilia, l'olio di oliva quercetano, la torta di pepe di Camaiore.

La cucina tipica della Versilia

La cucina versiliana mescola sapientemente sapori di mare e montagna. Basti pensare, ad esempio, a ricette come il farro col pesce, o ai gamberi e calamaretti gratinati con farro e insaporiti con olio d'oliva e pomodoro.

Assolutamente da provare: le cèe in padella, fatte con aglio e salvia, gli sparnocchi con fagioli, il cacciucco



e gli spaghetti alla trabaccolara.



La riviera pisana, l'ultimo tratto della costa toscana settentrionale

La riviera pisana - che dista circa 12 km da Pisa - si estende da Marina di Vecchiano fino al confine col comune di Livorno, con vista sulle isole più a nord dell'[Arcipelago toscano](#).

Il litorale pisano è da sempre lo sbocco privilegiato di Pisa verso il mare. Due i fiumi che attraversano la zona: l'Arno e il Serchio. Oggi tutto il territorio - le cui acque hanno ricevuto la Bandiera Blu europea - è interessato da un progetto di salvaguardia teso a preservare l'unicità dell'ambiente, grazie a interventi di protezione delle coste per impedire il grave pericolo di erosione. Le pinete di pino marittimo importate un tempo dai Lorena sono in continuo abbattimento a causa dell'attacco del matsucoccus, una cocciniglia che colpisce questa tipologia di pini causandone la morte.

I parchi naturali della costa pisana

Lungo la parte più a sud della costa settentrionale toscana sono presenti ben tre aree protette, il [Parco naturale di Migliarino, San Rossore, Massaciuccoli](#), l'Oasi Dune di Tirrenia, e l'Oasi Bosco di Cornacchiaia.

Probabilmente l'area più importante è la Tenuta di San Rossore di cui il Bosco di Cornacchiaia rappresenta la parte di foresta. Qui le alterazioni umane sono state meno invasive, con un sottobosco perfettamente conservato, spesso impenetrabile, e la presenza di animali vergini, soprattutto ungulati.

Quanto all'Oasi Dune di Tirrenia, si tratta di un territorio di 24 ettari fatto di dune che raggiungono anche i 10 metri di altezza. Qui si possono ammirare tutte le specie tipiche della macchia mediterranea, oltre alla rara periploga graeca, una delle poche specie di liane presenti nel nostro Paese.



I paesi sulla costa toscana in provincia di Pisa

Continua il nostro viaggio tra i paesi della costa settentrionale toscana. Dalla Versilia ci spostiamo sul litorale pisano fino ad arrivare a Calambrone, alle porte di [Livorno](#) e dell'[Alta Maremma](#).

Marina di Vecchiano

A nord della foce dell'Arno, nel cuore del [Parco Naturale Migliarino San Rossore e Massaciuccoli](#), ecco Marina di Vecchiano, con la sua spiaggia dorata lunga 4 chilometri. Questo tratto di litorale, immerso in un eco-

sistema dunale di rara bellezza, è uno dei pochi lembi di costa toscana che possono dirsi ancora incontaminati.

La spiaggia è in gran parte libera. Gli stabilimenti presenti sono moderni e accoglienti, ben integrati nella natura, e capaci di offrire una tranquilla e piacevole ospitalità.



Marina di Pisa

Marina di Pisa si trova a Bocca d'Arno, come i pisani chiamano affettuosamente la foce dell'Arno. Questa cittadina della costa pisana rappresenta un ottimo punto di riferimento per chi è alla ricerca di un ambiente tranquillo, lontano dal caos delle località balneari più famose.

Molto gradevole l'ospitalità, abbinata a locali e ristoranti di livello.



Leggi anche: [I migliori ristoranti a marina di Pisa? Facile segui il fiume](#)





Tirrenia

Caratterizzata da spiagge bianche e cristalline, Tirrenia si trova magnificamente immersa nella pineta marittima del litorale pisano e, come abbiamo visto, è uno degli ultimi paesaggi dunali italiani, oasi protetta dal WWF.

Tirrenia offre tantissime attività diurne - tra cui corsi di vela e pesca subacquea - e notturne, per giovani e meno giovani. Qui inoltre è presente uno dei più importanti campi da golf della Toscana: il Cosmopolitan Golf Club.



Calambrone

Vocata esclusivamente al turismo estivo, Calambrone è una lunga e ampia spiaggia fine e dorata, con ex colonie di epoca fascista in stile liberty, riqualificate in strutture turistiche affacciate sulle dune e su una suggestiva pineta quasi inaccessibile.

Calambrone è perfetta per famiglie, e in genere per chi cerca una località low budget dove trascorrere vacanze in totale relax.



Cosa fare nell'entroterra della costa pisana

A parte le bellissime spiagge del litorale pisano, di attrazioni nell'entroterra ce ne sono molte. Ricordiamo brevemente, a parte l'incantevole [Pisa](#) che non ha bisogno di presentazioni, i comuni di [San Giuliano Terme](#), [Vicopisano](#) e Casciana Terme, che dispongono di un vasto patrimonio idrotermale, con moderni ed eleganti centri benessere, come le Terme Villa Borri e le Terme di Uliveto.

Nella località di Sasso Pisano, si verificano invece fenomeni geotermici naturali detti "putizze" o "fumarole" che, grazie a vapori che fuoriescono dal terreno, conferiscono al paesaggio un aspetto misterioso e infernale.

Vi consigliamo inoltre: la [Certosa di Calci](#); la bellissima [Volterra](#); il Parco Preistorico a Peccioli; la Strada del vino delle Colline Pisane; la Strada dell'olio dei Monti Pisani; la Mostra del Tartufo Bianco di [San Miniato](#).



Leggi anche: [Campi da golf in Toscana: tanti club per un'emozione british in campo verde](#)





Prodotti tipici del territorio pisano

Tra i prodotti tipici del territorio pisano, ricordiamo:

- 1) Carni: ammazzafegato toscano, agnello del Parco di Migliarino-San Rossore, fegatello di maiale macinato pisano, mucca pisana del Parco di Migliarino-San Rossore (Mucco pisano), buristo, malagato;
- 2) Dal bosco: tartufo bianco, tartufo nero uncinato, tartufo Scorzone, fungo prugnolo di Castelnuovo Val di Cecina;
- 3) Formaggi: pecorino del Parco di Migliarino-San Rossore, pecorino delle Balze Volterrane (Pecorino Pisano), ricotta di pecora tradizionale toscana;
- 4) Frutta: ciliegia di Lari, marroni della Toscana, pera del Curato della Toscana, pinolo del Parco di Migliarino-San Rossore, uva colombana di Piccioli, olio di madre mignola;
- 5) Vini: Montescudaio DOC e Val di Cornia DOC.



La cucina pisana: ingredienti poveri, sapori ricchi

Quella della zona di Pisa è una cucina povera e dall'animo contadino che, seguendo il principio del "non si butta via nulla", sa usare e riciclare con sapienza pochi e semplici ingredienti per creare piatti tradizionali saporiti e sostanziosi.

I protagonisti della cucina pisana sono senz'altro le verdure e i legumi, come i fagioli, i pomodori, le cipolle, le patate e l'immane cavolo nero. Il pane ovviamente è quello toscano senza sale. Oltre alla farina di grano e di granturco, sono molto usate anche quelle di castagna e di ceci, con cui si prepara il castagnaccio e la famosa cecina, lo *street food* del pisano.

Tra i piatti tipici pisani: la trippa, i fegatelli, il picchiante, e non ultimi il mallegato e la soppressata, due insaccati realizzati rispettivamente con il sangue e le cartilagini del maiale. Per le carni bovine troviamo l'autocotono Mucco Pisano; come selvaggina sono tipici: il cinghiale, la lepre e il daino.

Per quanto riguarda i piatti di pesce, da provare assolutamente gli spaghetti sull'arselle o sull'anguilla, o il

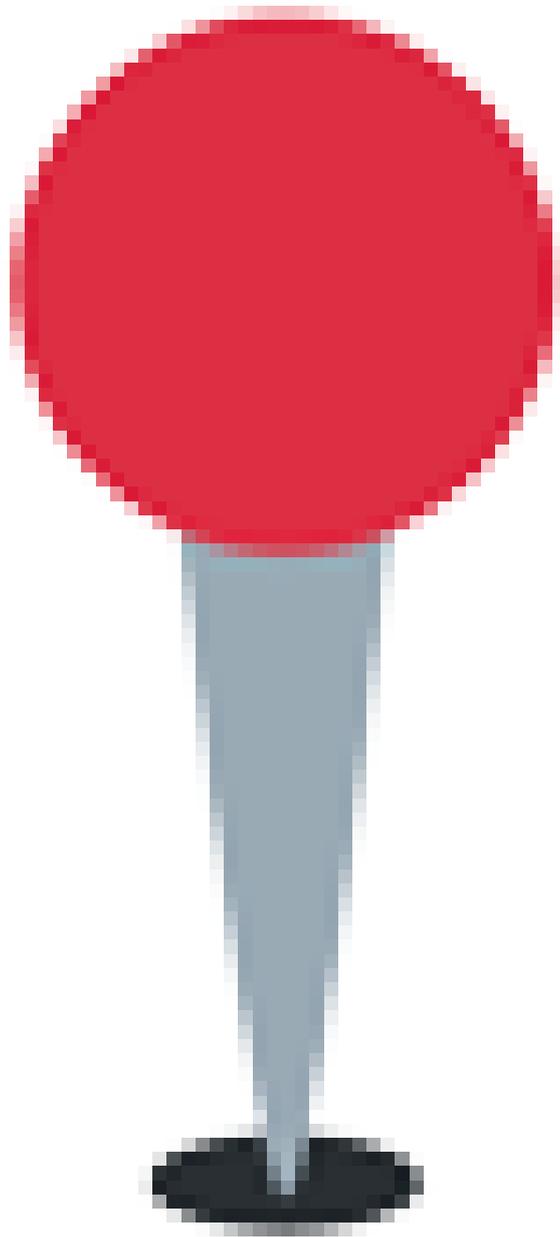
mitico baccalà coi porri e stoccafisso con le patate.



Leggi anche: [Torta di ceci o cecina? Vi sveliamo come realizzarla](#)



Be' caro amico, cara amica di TuscanyPeople, che ne dici? Ti ha soddisfatto questa guida alla costa settentrionale toscana paese per paese? Scrivici, facci sapere cosa ne pensi, diffondi su [Instagram](#) e su [Facebook](#), moltiplica, e noi, se ci aiuti, moltiplicheremo i nostri sforzi. Tks.



PER APPROFONDIRE:





Costa livornese, da Quercianella a Piombino: bellezza incontaminata e grande Storia





Rivalità tra Pisa e Livorno: vecchie ruggini portuali mai sopite





[La Luminara di Pisa e la storia San Ranieri](#)

La Toscana è la tua passione? Anche la nostra!

[Teniamoci in contatto](#)



