



## PARCO NAZIONALE APPENNINO TOSCO EMILIANO

Natura e storia tra Pianura Padana e Mar Ligure



### L'AREA PROTETTA

- Parco Nazionale Appennino Tosco Emiliano (26.149 ettari, istituito nel 2001)

### REGIONI INTERESSATE

- Toscana, Emilia Romagna

### SPECIALE PERCHÈ

- Crinali boscosi che separano la Toscana dall'Emilia
- Imponenti fortezze medievali, chiesette sperdute nei boschi, antiche strade selciate e fabbricati in pietra



Il Parco nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano si estende lungo la dorsale appenninica tra l'Emilia-Romagna e la Toscana interessando le province di Massa-Carrara, Lucca, Reggio Emilia e Parma. Tra i passi della Cisa e delle Forbici, i crinali boscosi che separano la Toscana dall'Emilia lasciano il posto a un ambiente di vera montagna. Le vette dell'Alpe di Succiso, del Monte Prado e del Monte Cusna superano i 2000 metri, le foreste lasciano il posto alle rocce, ai laghi e alle praterie d'alta quota. Più in basso, sul versante emiliano, l'inconfondibile Pietra di Bismantova domina il paesaggio con le sue pareti verticali. Il Parco Nazionale dell'Appennino Tosco Emiliano vanta una straordinaria ricchezza di ambienti, dalle praterie alle brughiere a mirtillo alle vette più impervie; e ancora laghi, cascate, specchi d'acqua, pareti rocciose che si stagliano a picco sui torrenti; animali come il lupo, il

muflone, il capriolo, l'aquila reale e rarità botaniche che fanno di intere zone veri e propri giardini botanici naturali. Oggi sempre più turisti ed escursionisti, con gli scarponi, con i bastoni, con le ciaspole o i ramponi, con gli sci e con le biciclette visitano il Parco, dove ognuno può scegliere il modo di esplorare questo mondo, da sempre abitato e vissuto a stretto contatto con la natura e le stagioni che dettano ogni giorno un'agenda diversa.



Pietra di Bismantova



Villa Collemandina



Fonti del Secchia



Fortezza delle Verrucole



Lupo



Itinerario in quota

### IL PAESAGGIO

*I territori del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano, che si sviluppano dal crinale appenninico principale alle colline del suo intorno, presentano una grande varietà di esposizioni e di quote altimetriche, caratteristiche che hanno generato diversi ambienti, da quelli più freddi e nudi, alle foreste, alle colline, nei quali l'uomo nei secoli si è inserito in maniera più o meno significativa.*

### LA FLORA

*Il territorio del Parco Nazionale si presenta come un complesso insieme di ambienti differenti a cui corrisponde una straordinaria diversità di tipologie di vegetazione e di specie della flora. Brughiere a mirtillo, praterie di vetta, boschi di faggio e di quercia, rimboschimenti di conifere, castagneti e preziose torbiere caratterizzano in modo significativo il paesaggio e il territorio del Parco.*

### LA FAUNA

*Il territorio del Parco Nazionale comprende una grande varietà di ambienti che consente a moltissime specie animali di trovare le condizioni adatte per vivere e riprodursi.*

*Parte del fascino degli animali di montagna risiede proprio nella loro capacità di vivere in condizioni difficili, spesso estreme. Il gelo invernale, la scarsità di cibo, il vento sferzante e le forti radiazioni solari vengono affrontati grazie ad adeguate strategie di adattamento.*

*Così, ogni ambiente del Parco, se osservato con attenzione, rivela una grande ricchezza di forme animali. Una meravigliosa abbondanza di specie che spesso risulta invisibile a chi non vi si avvicina con pazienza e rispetto.*



## INFORMAZIONI GENERALI

<b>QUANDO</b>	<p>1) <b>Appennino Parmense: ALTA VIA DEI PARCHI da Lagdei a Prato Spilla:</b> dal 26 al 28 maggio; dal 22 al 24 settembre 2023 (3 giorni /2 notti)</p> <p>2) <b>Il Weekend dei Briganti del Cerreto: il Parco e il "borgo comunità":</b> dal 28 al 30 aprile; dal 30 ottobre al 1 novembre 2023 (3 giorni /2 notti)</p>
<b>COME</b>	Viaggio di gruppo con guida (min. 5 max. 10 partecipanti)
<b>COSA FACCIAMO</b>	Escursioni a piedi di difficoltà media e medio-facile; osservazione della fauna, visita a musei naturalistici ed etnografici. Buffet degustazione presso caseificio (week end 2)
<b>DOVE DORMIAMO</b>	<b>Week end 1:</b> Rifugio 2 notti, camere con letti a castello e bagni in comune <b>Week end 2:</b> Mulino/Rifugio 2 notti, camere con letti a castello e bagni in comune Biancheria non fornita, in entrambi i casi è necessario avere sacco a pelo o sacco lenzuolo
<b>PASTI INCLUSI</b>	Tutte le colazioni e le cene (mezza pensione). Week end 2 include una degustazione – buffet presso caseificio parmigiano reggiano
<b>PASTI <u>NON</u> INCLUSI</b>	Pranzi al sacco (circa 10,00/15,00€ a pranzo); le bevande ai pasti.
<b>DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE</b>	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze o diete specifiche, che sono comunque soggette a riconferma successiva da parte dell'Organizzatore.
<b>COME SI RAGGIUNGE</b>	<b>Mezzi pubblici: IN TRENO.</b> <b>WEEK END 1:</b> Arrivo stazione FS Parma (linea storica Milano-Bologna); Dalla stazione trasferimento con navetta a Lagdei (1:30h circa)  <b>WEEK END 2:</b> Arrivo a stazione AV Mediopadana (Linea AV Milano-Bologna) Dalla stazione AV si proseguirà il viaggio verso Cerreto Alpi (1:30h circa) con minivan e/o auto
<b>INIZIO E FINE VIAGGIO</b>	<b>Inizio viaggio:</b> - ore 14:30 nelle stazioni ferroviarie indicate <b>Fine viaggio:</b> al termine dell'escursione, nelle stazioni ferroviarie indicate
<b>TRASPORTI LOCALI</b>	<b>Mezzi pubblici e Minivan:</b> per coloro che arrivano in treno sarà possibile utilizzare minivan o auto a disposizione (a seconda del numero di partecipanti); in questo caso è previsto un <b>fondo cassa trasporti da quantificare</b> sulla base del numero dei partecipanti, partendo da un massimo di 130 euro a persona; da versare al momento della prenotazione, a copertura delle spese di carburante, parcheggi ed eventuali pedaggi
<b>DOCUMENTI</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Carta di Identità</b></li><li>• Tessera sanitaria</li></ul>

**PROGRAMMA DI VIAGGIO****ALTA VIA DEI PARCHI da Lagdei a Pratospilla****Un weekend tra il Parco dei 100 laghi e il crinale del Parco dell'Appennino Tosco Emiliano****1° GIORNO****LAGDEI, RIFUGIO MARIOTTI**

Ritrovo nel primo pomeriggio a Parma in stazione FF.SS. e trasferimento con navetta a Lagdei (63 km, 1h 20 min). Salita a piedi al Rifugio Mariotti per 2 km con 300 metri di dislivello (1 h circa). Cena e pernottamento presso il rifugio.

**Dislivello:** 300 m – **Lunghezza:** 2 km – **Durata:** 1 ora – **Difficoltà:** facile**2° GIORNO****IL SENTIERO DI CRINALE: LAGO SANTO E LAGO SCURO**

Colazione in rifugio e trekking a partire da Lago Santo (1530 m.) verso il sentiero di crinale AVP (CAI 00) e la vetta del Monte Maragna (1851 m.). Percorso di crinale tra Emilia e Toscana che tocca le vette del Monte Aquilotto (1747) e Aquile (1779). Dal Passo delle Guadine, con vista dall'alto sulla Riserva integrale Guadine Pradaccio e il relativo lago, si attraversano le praterie della Capanna di Badignana per la sosta del pranzo al sacco e si procede verso il Passo Fugicchia da cui inizia la discesa verso il Lago Scuro prima e i Lagoni poi. Cena e pernottamento al Rifugio dei Lagoni a 1340 m.

*tot. salite accumulate 1000 m. – discese 1200 m.*

**Dislivello:** 350 m – **Lunghezza:** 12 km – **Durata:** 4:30 ore – **Difficoltà:** medio**3° GIORNO****IL MONTE BRAGALATA E IL LAGO VERDE**

Colazione in rifugio e trekking sui sentieri che affiancano i Lagoni, sul lato opposto rispetto al giorno precedente. Salita al sentiero di crinale AVP (Cai 00) attraverso Rocca Pumacciolo. Percorso in quota sempre sulla linea tra Emilia Toscana passando da Monte Paitino (1814), il Monte Sillara (1859) passando a fianco ai Laghi di Sillara, ai Laghi di Compione e al Lago Martino. Arrivati alla vetta del Monte Bragalata (1855) si inizia la discesa alla Capanna Cagnin per il pranzo al sacco e costeggiando il Lago Verde si raggiunge il Lago Ballano a quota 1335.

Dal sentiero ormai quasi pianeggiante all'interno delle faggete ad alto fusto si raggiungono a metà pomeriggio gli impianti di Prato Spilla dove dal rifugio ripartirà il bus navetta per il rientro alla stazione di Parma. *Tot. salite accumulate 900 m. – discese 900*

**Dislivello:** 500 m – **Lunghezza:** 11 km – **Durata:** 4 ore – **Difficoltà:** medio**PROGRAMMA DI VIAGGIO****Il Weekend dei Briganti del Cerreto: il Parco e il "borgo comunità"****Alla scoperta del borgo-comunità nel versante reggiano del Parco dell'Appennino Tosco Emiliano****1° GIORNO****CERRETO ALPI**

Arrivo nel tardo pomeriggio a Reggio Emilia in stazione AV Mediopadana e trasferimento con navetta ed eventualmente anche auto della guida a Cerreto Alpi (frazione del Comune appenninico di Ventasso – RE). Distanza 74 Km – 1 ora e 30 minuti ca.). Sistemazione presso il Mulino. Cena presso trattoria da Gian a base di prodotti tipici locali.

**2° GIORNO****MONTE VENTASSO**

Trekking con pranzo al sacco al Monte Ventasso (1.727 mt.), per un percorso ad anello di 10 km circa con 400 mt. di dislivello. Nel tardo pomeriggio visita al borgo di Cerreto Alpi "patria" del Turismo di Comunità. Trasferimento per cena al rifugio del Passo del Cerreto.

**Dislivello:** 400 m – **Lunghezza:** 10 km – **Durata:** 4:00 ore – **Difficoltà:** medio-facile

**3° GIORNO****LA PIETRA DI BISMANTOVA. DEGUSTAZIONE DI PARMIGIANO REGGIANO**

Trasferimento alla Pietra di Bismantova (30 km, 40 min) nel Comune di Castelnovo ne' Monti (RE). Dal piazzale della Pietra si raggiunge attraverso una breve passeggiata a piedi il Pianoro, balcone di eccellenza dell'appennino reggiano dove potremo ammirare il panorama. A seguire; ci trasferiremo all'eccellente caseificio del Parmigiano Reggiano, dove faremo una degustazione-buffet con una visita guidata per scoprire i segreti di una delle più famose eccellenze alimentari italiane.

Nel pomeriggio rientro a Reggio Emilia con eventuale passeggiata facoltativa nel centro storico.

Accompagnamento presso stazione AV Mediopadana e partenza per i luoghi di provenienza.

**IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE CAMBIAMENTI A DISCREZIONE DELLA GUIDA**

Condizioni generali di partecipazione come da ns. catalogo consultabili cliccando [QUI](#)

Le condizioni di partecipazione sono regolate dalla Legge 1084/77 (CCV) e dal D.lgs. 79 del 23/05/2011 "Codice del Turismo" e ss. mm. e ii.

**ABBIGLIAMENTO  
E ATTREZZATURA  
obbligatori...**

Scarponi da trekking, pile o felpa, giacca a vento antipioggia (possibilmente in Gore-Tex) o mantellina, abbigliamento comodo e pratico, borraccia, zaino da 30/40 litri, cappellino, occhiali da sole e crema solare protettiva. Biancheria da bagno, sacco a pelo e/o sacco lenzuolo.

*Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)*

**... e consigliati**

Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni. Scarpe comode per le visite e i momenti di relax. Coprizaino.

**Bastoncini da trekking o da nordic-walking:** sempre più diffusi, sono sicuramente utili anche se non indispensabili.

**BAGAGLI**

Si raccomanda di contenere al massimo il bagaglio, utilizzando piccoli trolley o borsoni facilmente trasportabili. Evitare valige rigide e molto ingombranti: il bagagliaio degli automezzi utilizzati ha una capienza limitata.

**QUOTE DI PARTECIPAZIONE**

**Quota individuale di partecipazione: tutte le partenze**

**€ 240,00**

*(In camera multipla condivisa – necessario sacco a pelo o sacco lenzuolo)*

**Supplemento camera singola: non disponibile**

**LA QUOTA COMPRENDE:**

2 pernottamenti in rifugio, in camere multiple con servizi in comune; mezza pensione, dalla cena del primo giorno alla prima colazione dell'ultimo; le tasse di soggiorno; degustazione-buffet in caseificio (solo per il week end 2); assistenza di Guida Ambientale Escursionistica.

**LA QUOTA NON COMPRENDE:**

spese di apertura pratica; i pranzi e le bevande; tutti i transfer e i trasporti; le eventuali entrate ai musei, ai parchi e ai monumenti; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

---

#### FONDO CASSA COMUNE PER SPESE DI TRASPORTO LOCALI

Per coloro che raggiungeranno la destinazione con il treno è previsto un **fondo cassa forfait trasporti (stimato tra 130e 80 Euro a persona, a seconda del numero dei partecipanti)** da versare al momento della prenotazione, a copertura delle spese di trasporto (noleggio mezzo, carburante, parcheggi, eventuali pedaggi). Include transfer da e per la stazione e tutti i trasporti locali per raggiungere le località di inizio escursione e previste nel programma.

---

### PER SAPERNE DI PIÙ

#### LA NOSTRA FILOSOFIA

Per rispetto verso la natura, la cultura degli abitanti locali e gli altri partecipanti, preghiamo di mantenere i **cellulari spenti durante le escursioni** o, in caso di necessità, con la suoneria disattivata o ridotta al minimo, allontanandosi per effettuare telefonate.

Per questioni di sicurezza l'uso di ombrelli in caso di pioggia non è consentito durante le escursioni.

In onore allo spirito di gruppo, il ritmo di camminata è dato dalle persone più "lente" e per questo il gruppo si fermerà sempre, quando necessario, per attendere eventuali "ritardatari"; ciò non esenta però i più "pigri" a fare del loro meglio per non distaccarsi troppo dal gruppo e rallentare eccessivamente le attività.

*Per altre informazioni generali su come essere più sostenibili clicca [QUI](#)*

#### CLIMA

Per quanto riguarda il clima partiamo dalle piogge che vedono due massimi annui di piovosità, di cui il più significativo è quello autunnale, mentre il secondario si registra solitamente nel periodo tardo primaverile. L'accumulo annuo in ogni caso è mediamente attorno agli 800/900 mm, pur essendo anche notevolmente più elevata nella fascia appenninica. Il clima è appenninico nella porzione meridionale (inverni rigidi e nevosi, estati temperate e più piovose) mentre è spiccatamente sub-continentale nella porzione nord, con inverni di solito meno rigidi e meno nevosi, estati afose e poco piovose.

#### PER SAPERNE DI PIÙ **Guide:**

**Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano - Guida illustrata**

Il Parco, Mappa, Cosa fare, Centri visita. Edizioni : Tecnograf

**Internet:**

[www.parcoappennino.it](http://www.parcoappennino.it)

[www.parks.it](http://www.parks.it)

#### METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

**"Un' incantevole estate sugli Appennini" - di Leader Scott**

Il titolo originale di questo "diario di villeggiatura", pubblicato a Londra nel 1879, recita: 'A nook on the Appenines'. Ed è questo angolo di Toscana - un paesaggio dominato da una natura ancora incontaminata - che l'autrice racconta durante il suo soggiorno nel corso di un'indimenticabile estate. La tradizione del Grand Tour va declinando a favore di vacanze più stanziali, e Migliorini, piccolo borgo vicino a Piteglio, sui monti del pistoiese, a tutt'oggi intatto nelle sue antiche architetture, sembra perfetto. Insieme alle semplici case dei contadini locali, ospita una villa risalente al tardo Cinquecento, elegante dimora e confortevole nido per mesi che si riveleranno tutti all'insegna di sorprendenti scoperte.

---

**“Il tempo del tuono. L'ultima estate sull'Appennino” - di Michele Rocchetta**

Primi mesi del '44. Anna e Matteo, due adolescenti della piccola borghesia bolognese, si trovano a dover sfollare presso un'anziana coppia di montanari nel medio Appennino per sfuggire ai bombardamenti alleati e ai reclutatori di Salò. Dopo il primo smarrimento dovuto all'essere catapultati dal mondo cittadino alla vita dell'Appennino, impareranno a conoscere la montagna, i boschi e la magia che li avvolge, in un tempo sospeso nel quale la guerra sembra un evento lontano. La Storia, però, non si ferma e i due ragazzi, precipitati nel dramma, impareranno che la vita è fatta soprattutto di piccole buone azioni compiute da persone semplici... E da un pizzico di magia.

**Magnifici malfattori. Storia illustrata dei briganti toscani - di F. Guccini e F. Rubino**

Lungo l'arco degli anni l'attenzione e l'amore di Francesco Guccini per i briganti dell'Appennino tosco-emiliano non sono mai venuti meno e sono passati dentro le pagine dei romanzi scritti con Lorian Macchiavelli ("Lo spirito e altri briganti" e "Appennino di sangue") e più in generale nella tonalità leggendaria che informa di sé i suoi personaggi ribelli. In questo libro torna Gnicche, e insieme a lui si fanno avanti altre figure mitiche come Domenico Tiburzi detto Domenichino, Tommaso Bartolomei detto Barbanera ed Enrico Stoppa detto Righetto. Ogni brigante ha avuto la sua storia, la sua leggenda, la sua canzone. Non c'è "malfattore" (con questo appellativo venivano segnalati i briganti) che non abbia lavorato nella immaginazione popolare destando desideri di rivolta e di lotta per la libertà. Introduzione di Fausto Vitaliano.

**LE LIBRERIE SONO UN PATRIMONIO DELL'UMANITA': OGNI VOLTA CHE UNA LIBRERIA CHIUDE, DIVENTIAMO TUTTI UN PO' PIU' POVERI E PIU' SOLI.**

Fai anche tu un piccolo passo: se ti è possibile, ordina e acquista i tuoi libri presso la tua libreria di fiducia evitando di acquistare on-line

**Parti con WWF Travel alla scoperta dei Parchi Nazionali d'Italia e della rete di aree protette a tutela del grande patrimonio nazionale di biodiversità.**

Ti accompagneremo con i nostri tour nelle aree protette alla scoperta di luoghi magnifici con paesaggi unici e territori ricchi di bellezze naturali, per offrirti l'incontro tra natura incontaminata, fauna selvaggia e storia, tradizioni scolpite nel tempo, come solo il WWF Travel può fare. Le nostre guide ambientali, i nostri alloggi e la gastronomia locale ti faranno vivere momenti indimenticabili in territori dove l'ecosistema rimane protetto e preservato.