



TERRAROSSA-SARZANA

Si lascia la Toscana per attraversare quella parte di Liguria incuneata nella provincia di Massa-Carrara, ammirando l'Abbazia di San Caprasio ad Aulla e il borgo di Bibola. Per giungere alla bella cittadina di Sarzana si passa attraverso i suggestivi resti del Castello della Brina.



TERRAROSSA-BIBOLA

Dal Castello Malaspina si percorre la SS 62 per un paio di km fino ad Aulla. L'attraversamento dei ponti sul Civiglia e sul Taverone risulta piuttosto pericoloso. Si consiglia di prestare molta attenzione. Giunti in prossimità di Aulla si seguono le indicazioni per l'Abbazia di San Caprasio costeggiando il Fiume Magra.

Dall'Abbazia di San Caprasio si gira a sinistra proseguendo verso Piazza Garibaldi: nuova svolta a sinistra, e in corrispondenza del ponte a destra. Subito dopo il ponte sull'Aulella si ritrova la segnaletica Via Francigena, si gira a sinistra, attraversando il passaggio a livello e si risale la strada asfaltata, che si lascia dopo pochi metri, imboccando Via Frascara.

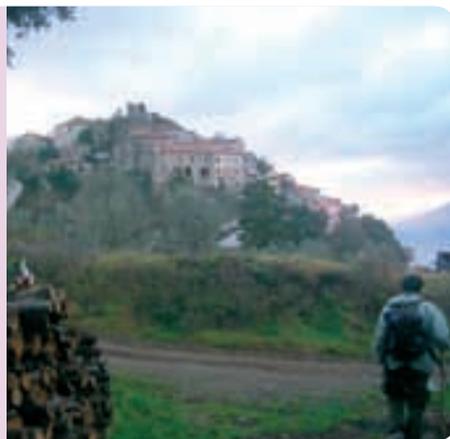
Inizia un sentiero in salita fino a Case Burcione, dove bisogna fare attenzione ad un bivio mal segnalato. Il sentiero sale ripido nel bosco ricco di bosso. A un incrocio con una strada forestale si prosegue dritto superando un cancelletto aperto fino a una strada asfaltata, dove si gira a destra e subito a sinistra. Poco dopo si incrocia una carrareccia e si gira a destra, si prosegue dritto al quadrivio e, in corrispondenza di un'edicola votiva, si lascia la carrareccia imboccando un sentiero sulla destra. Si sbucca su un'altra carrareccia, dove compare il borgo arroccato di Bibola.

ABBAZIA E MUSEO DI SAN CAPRASIO: fondata nell'884 da Adalberto di Toscana, è uno dei più interessanti monumenti sorti lungo il percorso della Via Francigena. Grazie a recenti scavi, dopo mille anni, è tornata alla luce la tomba di San Caprasio, monaco eremita, guida spirituale di Sant'Onorato, morto nell'isola di Lerins (Cannes). Questa tomba era visitata dai pellegrini diretti a Roma o a Santiago di Compostela e si trova nella zona absidale interna, dove si ammirano anche i resti delle tre chiese (del VII, X e XI secolo). Nell'annessa Sala Capitolare troviamo il museo. Nelle stesse sale dove i monaci leggevano e ascoltavano la regola di San Benedetto si ammira un bel portale, la fornace per campane del X secolo, gli abiti dell'abate, del monaco e del pellegrino e una bellissima esposizione di capitelli medioevali che raffigurano la vita cristiana.



ROAD TO: SARZANA

BORGO E CASTELLO DI BIBOLA: le abitazioni sono raccolte nella parte del colle più esposta al sole. Le case sono generalmente a due piani, uno dei quali per la forte acclività del terreno è seminterrato. I piani sono collegati tra loro solo esternamente dalle scale che fanno parte del percorso del borgo. In età bizantina il castello era a difesa del porto di Luni con la funzione di controllo del territorio e della viabilità. Nel medioevo risulta legato al più vicino e importante Castello del Burcione (distrutto nel 1409) entrambi a controllo della strada che staccandosi dalla Via Francigena di fondovalle portava a Sarzana e Luni.



7.2
tappa


3 h


7 km



BIBOLA-PONZANO SUPERIORE

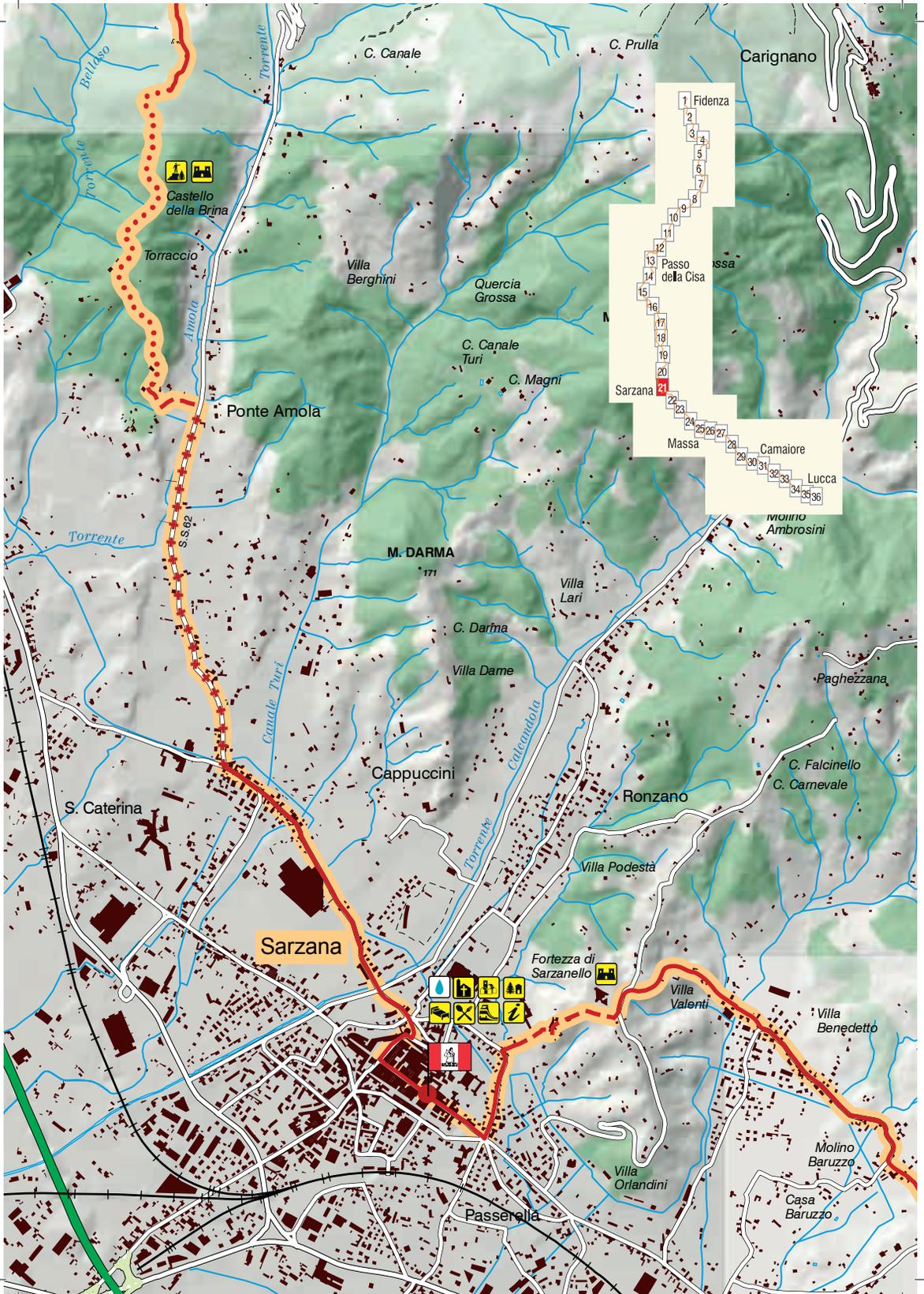


Visitato il borgo e ammirati i ruderi del castello malaspiniato si scende fino alla fermata del bus dove si gira a sinistra su una carrareccia in discesa. Si incrocia una strada asfaltata e si prosegue a destra in discesa, godendo del bel panorama sulla valle e sulle Apuane, e dopo circa 1 km, aggirando il Monte Porro si entra nel villaggio di Vecchietto. Si prosegue per la strada principale, e subito dopo, seguendo i cartelli Via Francigena si gira a destra, imboccando una bella mulattiera. Il sentiero sale tra uliveti e terrazzamenti ben coltivati e poi entra nel bosco. Si attraversa il Canale della Piaggia e quello della Tecchia e, con un'ultima salita, si sbucca in corrispondenza del crocicchio detto "Quattro Strade", dove si prosegue dritto entrando in Liguria. Da qui si stacca la variante che passando dalla località Prade, con il suo interessante Museo della Resistenza, arriva all'ingresso del borgo di Fosdinovo, dominato dall'imponente Castello Malaspina. Finalmente inizia la discesa! In corrispondenza di un tornante sulla destra si lascia la carrareccia, per un sentiero che prosegue dritto nel bosco, subito dopo si gira a sinistra verso Sarzana, e dopo una ripida discesa nel bosco lungo il crinale del Tosone si apre un bel panorama che spazia fino al golfo di La Spezia. Una discesa tra castagneti, erica e uliveti conduce alle prime case di Ponzano Superiore.

Visitato il borgo e ammirati i ruderi del castello malaspiniato si scende fino alla fermata del bus dove si gira a sinistra su una carrareccia in discesa. Si incrocia una strada asfaltata e si prosegue a destra in discesa, godendo del bel panorama sulla valle e sulle Apuane, e dopo circa 1 km, aggirando il Monte Porro si entra nel villaggio di Vecchietto. Si prosegue per la strada principale, e subito dopo, seguendo i cartelli Via Francigena si gira a destra, imboccando una bella mulattiera. Il sentiero sale tra uliveti e terrazzamenti ben coltivati e poi entra nel bosco. Si attraversa il Canale della Piaggia e quello della Tecchia e, con un'ultima salita, si sbucca in corrispondenza del crocicchio detto "Quattro Strade", dove si prosegue dritto entrando in Liguria. Da qui si stacca la variante che passando dalla località Prade, con il suo interessante Museo della Resistenza, arriva all'ingresso del borgo di Fosdinovo, dominato dall'imponente Castello Malaspina. Finalmente inizia la discesa! In corrispondenza di un tornante sulla destra si lascia la carrareccia, per un sentiero che prosegue dritto nel bosco, subito dopo si gira a sinistra verso Sarzana, e dopo una ripida discesa nel bosco lungo il crinale del Tosone si apre un bel panorama che spazia fino al golfo di La Spezia. Una discesa tra castagneti, erica e uliveti conduce alle prime case di Ponzano Superiore.

PONZANO SUPERIORE: dal borgo di Ponzano, affacciato a balcone sulla bassa Valle del Magra, è possibile controllare un vasto territorio: dalla confluenza del Magra e del Vara fino alle montagne dello spartiacque appenninico. Dalla Piazza Aia di Croce si sale sulla stretta Via Concordia che porta alla Piazza della Colonna: bella piazza panoramica voluta dai signori locali che fecero del colle fortificato un palazzo con corte interna. Da notare la chiesa di S. Michele Arcangelo e il bassorilievo in marmo che celebrava il possesso del borgo da parte del potente Banco di San Giorgio di Genova.

ROAD TO: **SARZANA**



7.3
tappa


2 h


6,5 km



PONZANO SUPERIORE-SARZANA

Dopo la visita al borgo una discesa tra i vicoli disposti a spirale riconduce a Piazza Aia Di Croce dove si gira a destra e si imbecca una ripida discesa. In prossimità di una casa colonica si svolta a destra su asfalto, in discesa; subito dopo la strada diventa sterrata fino ad arrivare in uno spiazzo, dove la carrareccia si trasforma in un sentiero che sale verso i ruderi del Castello della Brina, posto in una bella posizione panoramica.



IL CASTELLO DELLA BRINA, situato in posizione strategica sul colle del Torraccio, aveva un importante compito di vigilanza e di riscossione di pedaggio. Per questo è stato teatro di lotte sanguinose per il suo possesso tra i vescovi di Luni e i Malaspina. Oggi del Castello restano solo i ruderi con la famosa torre cilindrica abbattuta.

Il sentiero scende ripido verso il fondo valle in ambienti particolarmente interessanti anche dal punto di vista geologico: affioramenti di rocce ofiolitiche con vegetazione rada e specifica dei terreni generati da queste rocce verdi. Si raggiungono alcune case poi una strada e si gira a sinistra sul ponte del Torrente Amola.

Attraversato il ponte si imbecca la strada provinciale verso destra e si prosegue lungo la strada asfaltata per 1,4 km. Allo stop si gira a sinistra, e si prosegue dritto fino ad arrivare a uno stop in corrispondenza della cinta muraria di Sarzana. Si prosegue dritto, costeggiando il Torrione San Francesco e si gira a destra in discesa. Attraversata la bella Piazza Matteotti si gira a sinistra per Via Mazzini, dove si costeggia la Pieve di Sant'Andrea, e la Cattedrale di Santa Maria Assunta.



SARZANA: la bella e vivace città, erede della romana Luni, è ricca di storia e di atmosfere liguri. Il centro storico, cinto da possenti mura e torrioni, si visita da porta Parma, ingresso occidentale sull'antica Via Francigena, fino a porta Romana, da cui la Via Francigena stessa usciva dalla città; inoltre è caratterizzato dalla presenza di botteghe artigiane, di antiquari e da gallerie d'arte, oltre ai numerosi ristoranti e negozi di prodotti tipici liguri.

Da visitare la Pieve di Sant'Andrea che presenta un elegante portale con cariatidi femminili e la Cattedrale, caratterizzata dalla facciata marmorea nella quale si notano un bellissimo rosone gotico e una curiosa freccia incastrata nel marmo.

ROAD TO: **SARZANA**

