

Passeggiate in Toscana

Itinerari per Pasqua e Pasquetta senza allontanarsi troppo da casa

Dalla montagna al mare
Lungo il corso del fiume
o in mezzo alla storia
Cinque modi per salutare la primavera

di RINO BUCCI

Sentieri dove il profumo di lentisco e corbezzoli accompagnano i passi accanto a strapiombi blu, isole che ti seguono per chilometri senza voler scomparire, polle d'acqua dolce e cascate nei boschi, laghi di smeraldo tra le montagne, vecchie strade piene di storia. La Toscana offre quasi diecimila chilometri tra percorsi, itinerari e passeggiate attraverso dieci province tanto affascinanti quanto diverse. Dalla montagna al mare, dalle più facili alle più impegnative, le soluzioni per organizzare una gita fuori porta sono praticamente infinite. Serve solo la compagnia giusta (se richiesta) e almeno un giorno libero che potrebbe arrivare con le prossime vacanze di Pasqua. E allora, ecco cinque itinerari tra i più interessanti nel Granducato.

PIOMBINO SUL SENTIERO DEI CAVALLEGGERI

La natura e la storia si fondono lungo il sentiero dei Cavalleggeri. Ci si muove per circa 10 chilometri di macchia mediterranea e con il mare che incornicia l'orizzonte. Si parte da Calamoresca (a Piombino) e si arriva a Populonia. Il sentiero fu realizzato per volontà di Cosimo I e battuto dal corpo dei cavalleggeri; erano soldati che dovevano presidiare le torri di avvistamento seminate per la costa. Prima di loro, quella macchia è stata calpestata dagli Etruschi e dopo di loro dai carbonai. All'inizio il sentiero è largo, poi la vegetazione si fa

sempre più fitta, la strada si restringe e l'Elba sparisce tra le foglie.

Una prima tappa può coincidere con Spiaggia Lunga, una cala incontaminata. Mentre non va persa la discesa a Fosso alle Canne, insenatura dove un ex operaio, Enrico Salvadori, ha iniziato la sua seconda vita da scultore. Sul posto si trova anche un'area per sedersi e fare un picnic. Risalendo dalla spiaggia, il cammino prosegue verso nord, tra lecci ed eriche, intervallato da punti di ristoro e qualche postazione di caccia.

In vista di Populonia, altre deviazioni verso il mare, portano alla spiaggia di Buca delle Fate e San Quirico dove si trovano i resti di un monastero benedettino noto fin dall'XI secolo.

LUCCA-PISA DA DUOMO A DUOMO LUNGO GLI ACQUEDOTTI

Dal duomo di Lucca al duomo di Pisa, seguendo la strada degli acquedotti Nottolini e Mediceo. Le infrastrutture, a cavallo del Monte Pisano, per secoli hanno rifornito i due capoluoghi di provincia. L'itinerario può essere affrontato in più giorni visto che si articola per circa 28 chilometri.

A farvi compagnia saranno vecchi archi, boschi e architetture doriche che sembrano uscite dalla fantasia di Tolkien. Si parte dal Tempietto di San Corcordio, a Lucca. Di lì, 459 archi accompagnano il viaggiatore per tre chilometri fino al Tempietto di Guamo, primo serbatoio a rifornire la città. Proseguendo il cammino, si trova la Serra Vespaia, un lungo canale di raccolta; in quel punto il sentiero, intervallato da pini marittimi e agrifogli, inizia a salire nel bosco fino al monte della Gallonzora dove c'è anche un osservatorio astronomico.

In un percorso in cui storia e natura si abbracciano compiono all'orizzonte l'antica pieve di San Pietro e il rio Vorno da cui partiva la vecchia mulattiera tra la Piana lucchese e la conca di Calci.

A quel punto, nel sentiero si infittisce la trama di castagni che accompagnano fino a

Campo di Croce. Serve un'altra ora per fermarsi alla valle delle Fonti, il punto d'origine dell'acquedotto mediceo che riforniva Pisa.

Il nome si deve al numero di fontanelle che furono costruite attraverso il percorso ripido che porta al Cisternone e poi al paese di Asciano. Di lì, si può salire sulla conduttura sopraelevata che arriva fino a piazza delle Gondole a Pisa.

VAL DI CECINA LA LEGGENDA DEL MASSO TRA FIUME E FORESTA

Leggende medievali e tracce etrusche corrono lungo il greto del fiume Cecina. La vallata che lo ospita è tra le più selvagge e intatte della regione. Polle d'acqua cristallina lasciano il passo a boschi di lecci e querce tra sbuffi di vapore. Ci sono pochi sentieri segnalati, ma l'ingresso nella foresta di Berignone-Tatti è agevole. L'area ospita il masso delle Fanciulle; si arriva dalla strada fra Saline di Volterra e Pomarance. Un percorso di sei chilometri con il fiume di fianco che si conclude dopo uno chilometro di bosco. Non ci sono punti di ristoro, ma si può mangiare nella spiaggetta di ciottoli che pure d'estate non è troppo affollata. Il Masso delle Fanciulle, riparo per i gruppi partigiani durante la Seconda Guerra Mondiale, è un pinnacolo di roccia ofiolitica scura a strapiombo: acqua pulita e ricca di pesci. In quel tratto il fiume scorre su un letto ampio e basso, mentre scendendo verso il Masso degli

Specchi si vedono polle d'acqua profonde fino a due metri. La gita fuori porta si può concludere con un tour a Volterra.

MONTAGNA PISTOIESE AL LAGO NERO, CONFINE DI TRE ANTICHI DUCATI

Non poteva mancare la montagna pistoiese. In questi giorni sono ripartite le escursioni ma, visto che c'è ancora neve, per arrivare al Lago Nero servono le ciaspole. Le sue acque verde smeraldo custodiscono un'infinità di specie animali, tra cui tritoni e sanguisughe. Sempre sorvegliato dall'Alpe delle Tre Potenze, un tempo il lago Nero era il punto d'incontro tra tre stati: il Ducato di Modena, quello di Lucca e il Granducato di Toscana. D'obbligo una sosta alle Casette dei Pastori che un tempo furono una malga ma che nell'estate del 1944 divennero teatro di guerra in mezzo al nulla. I partigiani le riconvertirono a magazzino per i viveri. I nazisti se ne accorsero e li trucidarono otto giovani partigiani. Una croce oggi li ricorda.

Dalle Casette, il sentiero verso il lago si fa ripido fino a una faggetta coi tronchi modellati dal vento che finisce in una valle pianeggiante. In estate, quei prati di mirtillo e ginepro sono il corridoio che conduce in pochi minuti al lago. Dal rifugio servono invece circa trenta minuti.

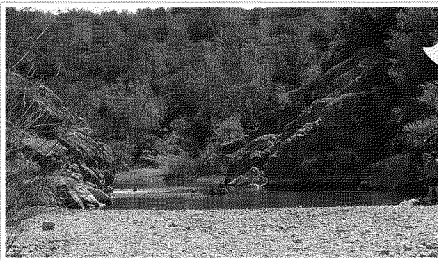


GIANNUTRI MACCHIA, MARE E MISTICO SILENZIO

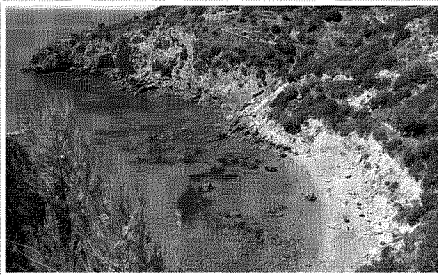
È un'esperienza quasi mistica specialmente per i fortunati che vi possono passare almeno una notte. Oltre alla natura e ad una splendida villa romana restaurata di recente, non vi troverete altro. Giannutri è l'isola più a sud dell'arcipelago toscano e, con tre chilometri quadrati di superficie, la penultima in ordine di grandezza. Ci si arriva con il traghetto che da Porto Santo Stefano; attracca a Spalmatoio. Sul versante che guarda il Giglio, a Cala Maestra, si trova uno dei pochi esercizi pubblici dell'isola. Il resto è un rigagnolo di piccoli sentieri profumati di macchia mediterranea dove si ferma un incredibile numero di specie migratorie. Quasi tutti i sentieri sfociano in una cala o in un promontorio. Tra le più belle, cala Volo di Notte con la sua bellissima storia.

Le scogliere di **Populonia** Il silenzio di **Giannutri** e del **Lago Nero** Oppure arrivare da **Lucca a Pisa** lungo i vecchi acquedotti

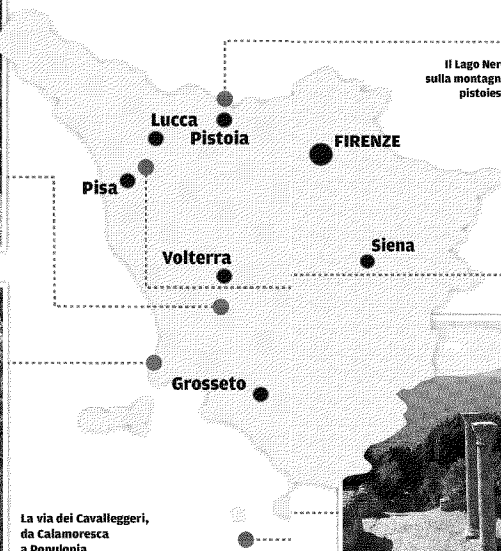
@RinoBucci
RIPRODUZIONE RISERVATA



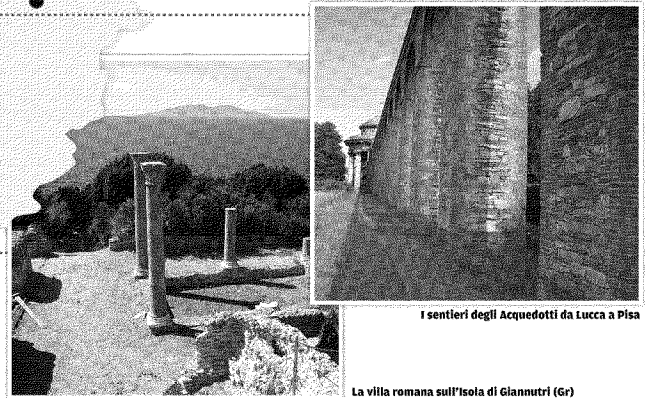
Il Masso delle Fanciulle lungo il fiume Cecina nella zona di Pomarance



La via dei Cavalleggeri, da Calamoresca a Populonia



Il Lago Nero sulla montagna pistoiese



I sentieri degli Acquedotti da Lucca a Pisa

La villa romana sull'Isola di Giannutri (Gr)