



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
**SEZIONE LIGURE**  
COMMISSIONE ESCURSIONISMO  
Comitato Scientifico



**Escursione sociale del 22/03/2026**

**Aulla – Sarzana (Via Francigena tappa 24)**

**Dislivello** 650+ /650- m. circa

**Tempo totale** 7/8 ore circa - lungh. 20 km circa

**Difficoltà** EE

**Attrezzatura** Abbigliamento a strati consono alla stagione e alla personale sensibilità termica, scarponcini alti, giacca antivento/pioggia, cappello, guanti, zaino idoneo, borraccia e bastoncini da trekking, pila frontale, disinfettante per soles degli scarponi o scarpe di ricambio (zona soggetta a restrizioni da PSA)

**Ritrovo** Sarà indicato in occasione della riunione pre-gita

**Accesso** Soluzione 1) In auto fino a La Spezia e treno fino a Aulla, ritorno in treno da Sarzana a La Spezia, rientro a Genova in auto  
Soluzione 2) tutto in treno Genova- Aulla  
rientro Sarzana-Genova

**Riunione pre-gita ed iscrizione** Giovedì 19/03/2026, dalle ore 21.00 alle ore 22.00

**Quota** Contributo per spese organizzazione 2 €

**Descrizione itinerario**

La gita è un po' lunga, per questo presenta difficoltà. E' interessante da vari punti di vista, soprattutto per la storia e i panorami che si aprono su diverse valli. Molto suggestivo è il passaggio lungo il canale Lunense. Con questo percorso vi daremo un assaggio delle vie Francigene nostrane, altrettanto belle a quelle che portano a mete più famose.

Lasciando Aulla e la sua chiesa di San Caprasio saliremo sui primi contrafforti boscosi delle Alpi Apuane dirigendoci verso Bibola, borgo di origini bizantine, arroccato in posizione panoramica e strategica sopra le valli del Magra e dell'Aulella e sulle Alpi Apuane. Leggenda vuole che la moglie del conte Ugolino della Gherardesca, morto di fame assieme ai figli e ai nipoti nella torre delle Sette Vie a Pisa, sia sepolta qui. Proseguiremo verso Vecchietto dove l'itinerario entra in un fitto bosco fino a località Quattro Strade dove si scende nel versante ligure fino a Ponzano Superiore che offre uno splendido panorama dal Golfo dei Poeti, al parco di Montemarcello-Magra e alla costa della Versilia. Le rovine del castrum della Brina ci raccontano una storia lunga quasi 3000 anni, il sito fu infatti già frequentato tra il V e il IV secolo a.C. Abbandonato il castrum continueremo a scendere fino ad arrivare al canale Lunense e fino a raggiungere Sarzana.

**Direttori escursione**

**DE** Giovanna Vinci (335/8258529)  
**ASE/ONC** Patrizia Lanna (338/8349052)  
**AE** Elisa Mion (347/4634735)  
**AE** Marco Todde (339/5258943)



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
**SEZIONE LIGURE**  
COMMISSIONE ESCURSIONISMO  
Comitato Scientifico



**Escursione sociale del 22/03/2026**

**Aulla – Sarzana (Via Francigena tappa 24)**

**Note**

I direttori di escursione si riservano, a loro insindacabile giudizio, di apporre variazioni al percorso, qualora non si ritenesse lo stesso percorribile in condizioni di assoluta sicurezza da parte di tutti i partecipanti all'escursione.





**CLUB ALPINO ITALIANO**  
**SEZIONE LIGURE**  
COMMISSIONE ESCURSIONISMO  
Comitato Scientifico



**Cartografia**

