

Insieme a passo lento per (ri)scoprire l'Italia degli antichi sentieri

Marta Ghelma

Che siano religiosi, storici o naturalistici gli itinerari trekking hanno conquistato tutti. Qui ne proponiamo quattro: appena "inaugurati" o ancora poco battuti

Nel 2018, 327.378 pellegrini, di cui il 50,35 per cento donne, hanno ricevuto l'onore della "Compostella" all'Officina del Pellegrino di Santiago de Compostela. Tra loro, l'8,25 per cento era italiano, una percentuale di "camminatori" inferiore solo a quella spagnola (44,03 per cento). Nel 2019, l'anno del Turismo Slow, anche in Italia il trend del camminare a passo corto e lento è in costante crescita. In Umbria, lo scorso an-

no, sono state oltre 22.000 i turisti che hanno percorso i sentieri francescani. E se l'*Atlante Digitale dei Cammini d'Italia* (voluta dall'ex ministro del Turismo Dario Franceschini) censisce oggi 44 itinerari: dall'arcinota Via Francigena alla neo-iscritta Via Matildica del Volto Santo (tra Mantova e Lucca, sui luoghi di Matilde di Canossa), in uno Paese che assomiglia sempre di più a uno scarponcino da trekking, gli itinerari a piedi si moltiplicano. E soprattutto diventano più caratteristici. In

queste pagine ne proponiamo quattro, appena inaugurati o ancora poco battuti. Da Bologna a Prato, sulle orme degli antichi mercanti della lana e della seta. Da Fabriano a L'Aquila, per donare solidarietà alle zone delle "Terre Mutate". Tra l'entroterra e il mare per scoprire l'epopea mineraria della Sardegna sud-occidentale. E, infine, andremo in Piemonte per ripercorrere la storica *peregrinatio* tra i sacri monti di Orta e Varallo Sesia.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Il lago d'Orta con l'isola di San Giulio visti dal sagrato della chiesa di San Nicolao: un "assaggio" del Devoto cammino dei Sacri Monti

Il Devoto cammino dei Sacri Monti

Al lago d'Orta ma come viandanti transalpini

Si chiama "Il Devoto cammino dei Sacri Monti" il lungo itinerario a piedi, ideato e progettato dall'Ente Gestione Sacri Monti (www.sacri-monti.com), per unire tra loro i nove sacri monti a cavallo tra il Piemonte (Varallo Sesia, Orta, Ghiffa, Domodossola, Oropa, Crea e Belmonte) e la Lombardia (Varese e Ossuccio). Quando verrà ultimato, costituirà il più grande sistema transalpino a mobilità lenta (750 chilometri di trekking suddivisi in 33 tappe). Nel frattempo, chi vuole un "assaggio" del percorso, può cominciare a

incamminarsi lungo il sentiero della Peregrinatio, ovvero l'antico pellegrinaggio di collegamento tra le due comunità del Cusio e della Valsesia che si trovano nel Piemonte nord-occidentale. Da ormai vent'anni, infatti, ogni secondo sabato di giugno (il trekking si può fare tutto l'anno, eccetto in inverno se c'è tanta neve) centocinquanta viandanti ricevono la benedizione e il pane di segale (come una volta: niente barrette energetiche!) presso la chiesa di San Nicolao al Sacro Monte di Orta

(www.sacromonte-orta.com). Dopo aver traghettato sul lago d'Orta, da Orta San Giulio a Pella, i pellegrini si mettono in marcia verso il Sacro Monte di Varallo Sesia (www.sacromontedivarallo.com). L'itinerario, lungo circa 20 chilometri, che prevede un dislivello di seicento metri, sale al paese di Arola e poi fino alla Colma, per poi scendere alla cappella dell'Addolorata di Civiasco e raggiungere finalmente la "Nuova Gerusalemme" di Varallo Sesia grazie alla storica e ripida mulattiera acciottolata. Al momento dell'arrivo della Peregrinatio al sacro monte valesiano è associata la consegna a tutti i partecipanti degli attestati di percorrenza, della T-shirt celebrativa (quest'anno si è arrivati alla ventunesima edizione) e della meritata merenda finale. — m.g.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Trekking nel Iglesiente davanti all'isola Pan di Zucchero (Sardegna): una delle tappe del Cammino di Santa Barbara



←
È il primo percorso escursionistico solidale italiano: il Cammino nelle Terre Mutate, 250 chilometri in 14 tappe da Fabriano fino a L'Aquila. Nella foto: la tappa verso Norcia

Il Cammino nelle Terre Mutate

Da Fabriano all'Aquila tra le ferite del sisma

quattordici tappe con lo sprint della rinascita

Ogni anno, la Lunga Marcia per L'Aquila invita centinaia di persone ad attraversare i luoghi del Centro Italia colpiti dal terremoto. Da questa incredibile esperienza di condivisione umana è germogliata l'idea del "Cammino nelle Terre Mutate" (www.camminoterremutate.org), il primo itinerario escursionistico solidale nel nostro Paese. Il percorso, messo in moto dall'associazione Movimento Tellurico, dalla sezione romana dell'Ape (Associazione Proletari Escursionisti) e da Federtrek, e poi tracciato da un gruppo di esperte guide escursionistiche, si snoda per 250 chilometri: da Fabriano fino a L'Aquila. Attraverso quattro regioni (Marche, Umbria, Lazio e Abruzzo), ognuna delle quattordici tappe costituisce, per il camminatore consapevole, un intenso viaggio di scoperta, riflessione e rinascita, fuori e dentro di sé. Lungo il "Cammino nelle Terre

Mutate" s'incontrano alcuni tra gli splendori naturalistici dell'Appennino Centrale, dalla piana di Castelluccio al Parco Nazionale dei monti Sibillini e il Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga, numerose città d'arte e importanti centri della spiritualità come Fabriano, Norcia, Matelica e Camerino e anche i luoghi più distrutti e feriti dalle scosse sismiche, tra cui Amatrice. Perché questo percorso, come ci ricorda la neonata guida a firma di Enrico Sgarella, *Il Cammino nelle Terre Mutate* (Terre di Mezzo Editore), non è fatto solo di chilometri da macinare ma anche e soprattutto di storie da ascoltare. Le storie di chi, nonostante tutto, ha deciso di restare. Le storie che hanno mutato per sempre la geografia di un territorio, l'animo e la vita dei suoi abitanti e che, alla fine del Cammino, finiscono per cambiare profondamente anche chi lo percorre. — m.g.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



"Il Cammino nelle Terre Mutate" di Enrico Sgarella, (Terre di Mezzo Editore, 135 pag) è stato pubblicato a inizio mese e propone oltre alle informazioni sui sentieri anche le storie dei camminatori

Il Cammino minerario di Santa Barbara

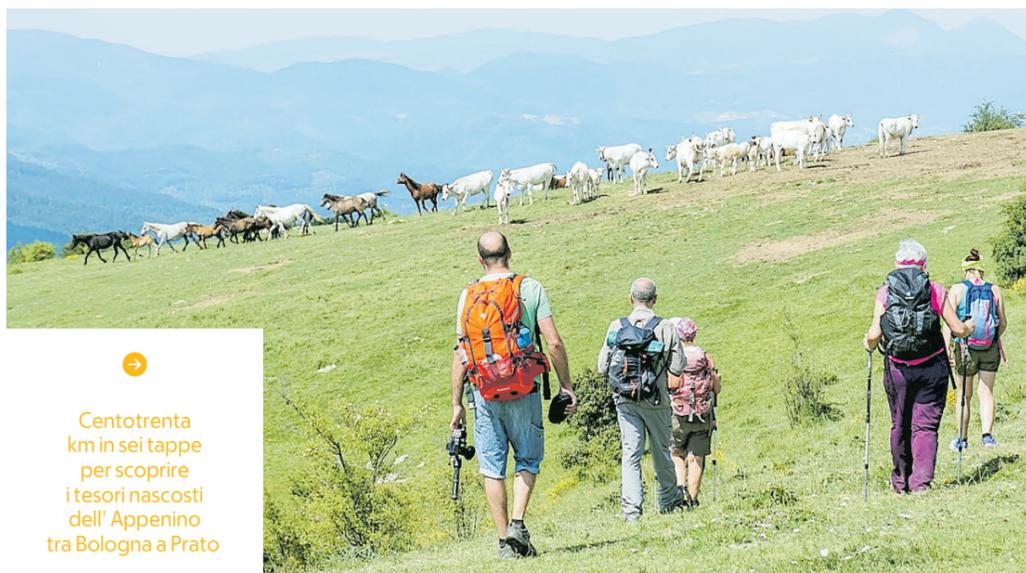
Avanti adagio, guardando il mare e le cime

c'è il profilo granitico del Sulcis-Iglesiente

È tarato su un ritmo di camminata piuttosto lento (una media di tre chilometri all'ora), il "Cammino minerario di Santa Barbara" (www.camminominerariodisantarbarbara.org), nella Sardegna sud-occidentale. Pensato per chi non ha fretta di bruciare le tappe, questo lungo anello che si sviluppa per quasi 400 chilometri nella regione del Sulcis-Iglesiente-Guspinese è dedicato a Santa Barbara, patrona dei minatori. Tra mare, monti e miniere, l'itinerario a piedi è suddiviso in ventiquattro tappe di circa sedici chilometri ciascuna e utilizza per la maggior parte vecchi sentieri, mulattiere e strade sterrate. Chi percorre tutto l'anello, collezionando scrupolosamente i timbri di ogni passaggio, all'arrivo a Iglesias avrà in regalo una torre in ceramica, il logo del Cammino. Dal livello del mare ai novecento metri d'altitudine del sistema montuoso del Marganai chi

preferisce optare solo per qualche tappa non ha che l'imbarazzo della scelta. La guida *Il Cammino minerario di Santa Barbara* (Terre di Mezzo Editore), scritta dal geologo e ideatore del percorso Giampiero Pinna, è un buon punto di partenza per decidere quali tratti esplorare. Si può optare per il trekking da Portixeddu a Piscinas (5 ore e 30 minuti), per respirare la brezza marina immersi nella maestosità del sistema dunale di Scivu-Piscinas, oppure dedicarsi alla scoperta dell'entroterra, percorrendo la tappa Monti Mannu-Arenas. Più impegnativa (5 ore con un dislivello in salita di 909 metri), quest'ultima è tra le più spettacolari per la bellezza delle rocce granitiche di Piscina Irgas, un luogo fiabesco punteggiato da cascate, boschi di lecci e macchia mediterranea. Un salto nel tempo: dal Neolitico al Novecento, sui vecchi sentieri dei minatori. — m.g.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



→
Centotrenta km in sei tappe per scoprire i tesori nascosti dell'Appennino tra Bologna a Prato

La Via della Lana e della Seta

Un intreccio di trame attraverso l'Appennino

È un filo di lana e seta quello che unisce le due città di Bologna e Prato, per secoli capitale della seta la prima e fulcro del distretto della lana (e più in generale) del tessile la seconda. Sulle orme degli antichi mercanti, la "Via della Lana e della Seta" (www.viadellalanaedellaseta.com/it) propone un viaggio tra le bellezze naturali e le eccellenze storico-culturali dell'Appennino tosco-emiliano. Sono 130 chilometri in tutto, da percorrere in sei tappe che non superano mai i mille metri di altitudine e i

ventisette chilometri di lunghezza ciascuna, per scoprire con passo lento quali tesori si celano tra la partenza, in piazza Maggiore a Bologna e l'arrivo, nell'antico Borgo del Cornio a Prato. Un cammino per tutti, ma pieno di sorprese. Talvolta sono i panorami inediti, come le cime carsiche del massiccio della Cavana con le sue praterie, grotte, risorgive e doline, talaltra sono le antiche badie addormentate sull'erba, da quella benedettina cassinese di San Salvatore a Vaiano (IX-X secolo) a quella in stile romanico con

affreschi del Duecento di Santa Maria a Montepiano (XII secolo). Se, passo dopo passo, il segno dell'uomo appare nobile nel quattrocentesco Palazzo de' Rossi a Pontecchio Marconi, che tra i suoi ospiti illustri annoverò anche Papa Giulio II e Torquato Tasso, è nell'incontro con l'acqua che la Via rivela il meglio di sé. Nella chiusa di Casalecchio di Reno che, di origine medievale, è l'opera idraulica funzionante più antica d'Europa, oppure sul ponte sospeso di Vizzano, a Sasso Marconi che collega le due sponde del Reno passando su quella che fu l'antica strada romana di unione tra Roma, Firenze e Bologna. Chi ama il trekking fai da te sarà felice di sapere che l'intero percorso è segnalato ed esiste la cartoguida *Via della Lana e della Seta curata* da Vito Paticchia (Fusta Editore). — m.g.

© RIPRODUZIONE RISERVATA