

# 1° CAMMINO DEGLI ABATI

TREKKING APPENNINICO SULL'ANTICA VIA DEGLI ABATI **24-28 Giugno 2009**

Per Informazioni [info@viadegliabati.it](mailto:info@viadegliabati.it)



**LUPI**  
d'Appennino



4 GIORNI A: PONTREMOLI (MS) - BORGOTARO (PR) - BARDI (PR) - FARINI (PC) - COLI (PC) - BOBBIO(PC)

Una totale immersione nella Natura con i suoi splendidi paesaggi, per riscoprire un Cammino nella storia e verso la conoscenza di sè stessi...

**24-06-2009** Ritrovo ore 20.00 in Piazza del Comune - Pontremoli (Ms)  
Pernottamento presso il medievale "Castello del Piagnaro" risalente al primo Millennio e ora sede del Museo delle statue-stele della Lunigiana.

**25-06-2009** Prima tappa Pontremoli (Ms) - Borgotaro (Pr) km 30  
Borgotaro, considerata la "capitale" della Val Taro, fu sottoposta fino al XII sec. alla giurisdizione del Monastero di Bobbio. Essa è famosa per i suoi rinomati funghi porcini, e nei mesi di aprile/maggio si possono gustare i prelibati funghi "prugnoli", che arricchiscono la cucina locale.

**26-06-2009** Seconda tappa Borgotaro (Pr) - Bardi (Pr) km 30  
Arrivo all'antico borgo di Bardi, dominato dall'imponente castello risalente all'anno 898, eretto su uno sperone di diaspro rosso a picco sul corso del torrente Ceno. Da segnalare la presenza in Santa Maria Addolorata della pala d'altare del Parmigianino del 1520.

**27-06-2009** Terza tappa Bardi (Pr) - Groppallo (Pc) km 22  
A fine giornata relax con cena e pernottamento a 1000 m di quota presso l'antico locale "F.lli Salini" gestito dalla famiglia dal 1820; citato nelle guide "Osterie d'Italia-Slow Food" e "Ristoranti di Veronelli".

**28-06-2009** Quarta tappa Groppallo (Pc) - Bobbio (Pc) km 35  
Il trekking si concluderà con l'arrivo a Bobbio, la cui Abbazia divenne nell'Alto Medioevo una delle principali sedi della cultura religiosa, i cui possedimenti si estendevano in tutta l'alta Italia.

## Abbigliamento obbligatorio:

Scarpa Trail-Running o scarponcino da trekking leggero  
Zaino con giacca antivento e pantaloni lunghi, un ricambio completo intimo  
Acqua 1,5 litri con pranzo al sacco  
Cappello  
Compeed anti vescica 1 confezione.

E' prevista la presenza della guida, copertura assicurativa e auto in appoggio al seguito. I pernottamenti si intendono in camere doppie o multiple (letto a castello). Numero massimo di partecipanti 20.

Costo comprensivo dei pernottamenti, cene e colazioni EURO 240,00

Informazioni tecniche sul percorso: sito internet [www.viadegliabati.it](http://www.viadegliabati.it); il percorso non prevede tratti esposti e pericolosi; prevede l'attraversamento di 4 valichi, uno per giornata, con altitudine tra i 1000 e i 1400 metri. Il dislivello complessivo è di 4500 m+ circa. E' richiesta una preparazione alla camminata, lenta ma continuativa, nell'arco della giornata. Sono previste due soste di 45 minuti al giorno con 8 ore di cammino circa totali per giornata.

Per Informazioni: [info@viadegliabati.it](mailto:info@viadegliabati.it)

**LUPI**  
d'Appennino