



**02 dicembre 2013 revisione**

*(f.f.) questo sentiero è molto panoramico sulla Valle di Renana, sul Fiocca e sul Macina e rappresenta un valido raccordo tra la zona Gobbie/Vestito e il Passo di Sella. La cresta del Vestito presenta qualche asperità e va fatta con attenzione e solo in condizioni di bel tempo senza ghiaccio e neve.*

## **SENTIERO 150**

Il sentiero è di competenza del Cai sezione di Massa che ne cura la manutenzione.

### **Tragitto**

Le Gobbie (1037 m) [innesto sentieri 33, 41 e 42 (ex 162)] - Galleria del Vestito (1045 m) - Schienale dell'Asino (1380 m) [innesto sentiero 155] - sella 1377 m - Passo di Sella (1500 m) [innesto sentieri 31 e 144].

Con l'apertura, nel 2013, del sentiero 155, la parte dalla quota 1380 dello Schienale dell'Asino fino al Passo di Sella è comune questo sentiero. Inoltre il tratto iniziale fino all'imbocco della marmifera del Pelato è comune con il sentiero 42 che poi si porta al vicino Passo del Vestito e scende per Renara.

### **Informazioni sulla zona di partenza**

Da Massa, passando per Altagnana e Antona (8,4 km) si imbecca la galleria del Vestito (18,1 km) che porta in provincia di Lucca. Superata la galleria del Vestito si continua per pochi metri e si posteggia al piazzale delle Gobbie di fronte al bar ristorante Albergo omonimo (20,6 km).

Da Seravezza si segue la strada provinciale di Arni (strada del Cipollaio), si lascia sulla destra il bivio per Ponte Stazzemese, e si arriva poco dopo alla deviazione per Retignano e poi a quella per Levigliani (12 km), si supera il bivio per Terrinca. Poi si continua fino alla Galleria del Cipollaio (20 km) e presso la località Tre Fiumi (20 km) si prosegue a sinistra per Arni superando Campagrina e la chiesa e poi la galleria del Castellaccio. Da cui si continua fino al piazzale delle Gobbie (24,7 km).

Provenendo da Castelnuovo Garfagnana servono 16,7 km per arrivare a Tre Fiumi e 21,6 per arrivare al parcheggio delle Gobbie.



**Figura 1: L'albergo ristorante Le Gobbie**

Licenza Creative Commons



Eccetto dove diversamente indicato, i contenuti di questo sito sono distribuiti con  
[Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 3.0 Italia](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/it/)

Volendo è possibile parcheggiare lungo la marmifera subito dopo l'uscita della Galleria del Vestito (o prima se si proviene da Arni).

### Descrizione del percorso

**Difficoltà: EE+ (sentiero difficile).** Il percorso presenta qualche difficoltà: la Cresta del Vestito ha alcuni passaggi di primo grado in cui è necessario aiutarsi con le mani e avere esperienza della roccia apuana, che richiede sempre molto rispetto. Inoltre in alcuni tratti c'è un po' di esposizione. Quindi il percorso è adatto solo a escursionisti esperti ed è da effettuarsi esclusivamente in condizioni di bel tempo e nella bella stagione evitando nella maniera più assoluta di percorrerlo con il ghiaccio

**Stato del sentiero:** la traccia è evidente e abbastanza segnata

**Tempi:** andata 03h 15'; ritorno 02h 45'

### **Il percorso**

**Sintesi:** il sentiero segue inizialmente la marmifera per le cave del Pelato che poi lascia poco dopo la sbarra della cava. Sale a destra tra rocce e arbusti con panorami che si aprono su Renana, sulla costa e sulle Apuane dal Sagro fino al Macina mentre il sentiero continua in cresta tra pinnacoli rocciosi. Poi segue una faggeta in cui il sentiero sale ripidamente a tornanti fino alla parte alta della Cresta del Vestito. Questa è la parte dell'itinerario più impegnativa: il



Figura 2: Il tratto iniziale del sentiero, al centro il Macina

sentiero aggira pinnacoli e torrioni calcarei con un po' di esposizione e, a volte, bisogna aiutarsi con le mani, a sinistra c'è la valle di Renara e a destra quella di Arni. Arrivati alla sella 1377 alle pendici del Macina lo si aggira a destra lungo la cresta est. Poi il panorama si apre sul Sella e il passo omonimo e il sentiero si mantiene a mezza costa in leggera discesa per poi risalire fino alla marmifera. Il primo tratto è nel paleo poi il è roccioso o a sfasciumi. Dalla marmifera in pochi minuti si arriva passo.

Il sentiero inizia dallo spiazzo di fronte al bar albergo Ristorante le Gobbie in passato una delle tante case Henraux della zona. Qua inizia il sentiero 41 per la foce dell'Angiola, il Colle della Tecchia, Antona e Canevara e transita il 33 (Pasquilio-Arni). Inoltre iniziano il sentiero 150 (che seguiremo) e il 42 (ex 162) per Renara che per un breve tratto coincidono. Dal parcheggio delle Gobbie percorriamo per poche centinaia di metri la strada asfaltata che porta all'imbocco della Galleria del Vestito e poi ci immettiamo nella ampia marmifera delle cave del monte Pelato. La zona è chiamata Passo del Vestito, ma



Figura 3: Percorrendo la Cresta del Vestito

Licenza Creative Commons



Eccetto dove diversamente indicato, i contenuti di questo sito sono distribuiti con [Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 3.0 Italia](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/it/)

questo in realtà è più in alto, dove arriva il sentiero 42 da Renara. Il sentiero segue la marmifera avendo a sinistra il monte Pelato e a destra le pendici del Macina, tra cui si intravede anche la cava Ronchieri addossata al monte Sella. Dopo 12' la via di cava svolta a sinistra ed è chiusa da una sbarra: essa è diretta alle cave del Pelato e continua poi per quelle del monte Altissimo. Pochi metri avanti c'è il bivio tra i sentieri 42 e 150, noi seguiamo quest'ultimo verso destra. Esso inizia a salire tra rocce, arbusti e qualche raro albero e salendo il panorama si apre sul monte Pelato e sull'Altissimo (che rimangono dietro a noi), sulla destra in basso scorre il Canale Buro. A 19' il sentiero passa per sfasciumi e la visuale si apre sul Macina e sul Sella, a 27' siamo in un punto panoramico stupendo che abbraccia una visuale che dal mare passa per il Sagro, il Grondilice, il Contrario, il Cavallo e il Sella e, in basso, l'orrida valle di Renara. Questa visuale ci accompagna a lungo mantenendosi il sentiero in cresta tra pinnacoli rocciosi. A 40' arriviamo a una selletta panoramica, tra l'altro, sulle cave Ronchieri e proseguiamo a destra su roccette agevoli. A



Figura 4: Salendo lo Schienale dell'Asino

A 50' entriamo in una bella faggeta in cui il sentiero sale piuttosto ripidamente a tornanti fino ad arrivare alla quota 1380 della Cresta del Vestito a 01h 30'. Qua si innesta il sentiero 155 proveniente da Arni e scende verso sud lo Schienale d'Asino. La zona è molto panoramica sul Macina, sulla destra abbiamo la valle di Arni dominata dal monte Fiocca e solcata da ampia via di cava che costituisce anche il sentiero 31. Questo tratto di cresta è la parte dell'itinerario più impegnativa: aggiriamo pinnacoli e torrioni calcarei con un po' di esposizione aiutandoci, a volte, con le mani, abbiamo a sinistra la valle di Renara e a destra quella di Arni. A 01h 47' finisce la parte impegnativa e in 10' siamo alle pendici del Monte Macina, presso una sella a 1377 metri dove facciamo una breve sosta: la visuale è stupenda e il monte appare come una imponente piramide che ci sovrasta. Proseguiamo scendendo leggermente verso destra per una zona di lastroni di roccia (02h 07') e a 2h 15' il sentiero inizia a salire aggirando la cresta est del monte. Segue un breve tratto di salita più lieve cui seguono ancora un paio di minuti di salita ripida. A 02h 30' iniziamo a vedere il monte Sella di fronte a noi. Saliamo ancora per altri 5' fino ad arrivare al punto più alto, adesso iniziamo a scendere lievemente mantenendoci a mezza costa rispetto al Macina. Il primo tratto è nel paleo poi il fondo è roccioso o a sfasciumi. A 02h 47' il sentiero torna a salire e a 03h 05' siamo sulla strada marmifera. A sinistra essa continua per la panoramica cava Ronchieri mentre a destra, dopo pochi metri, il sentiero sale al Passo di Sella dove arriviamo a 03h 14'. Dal passo, erboso e appenninico nell'aspetto, partono alcuni sentieri: per il Passo di Fiocca (sentiero 144), per Arnetola (sentiero 31) e per il monte Sella le cui pendici ci sovrastano, inoltre ci sono i resti di una maestà, alcune lapidi e un crocifisso ligneo.

### *Aspetti di rilievo del sentiero*

#### ***Cara Henraux***

Si trova a quota 1037 metri poco dopo l'uscita (in direzione Arni) della galleria del Vestito che mette in comunicazione Massa con Arni e la Garfagnana. Va precisato che esistono altri fabbricati con il nome di Casa Henraux dal nome dell'imprenditore francese e tutti legati alle cave di marmo di proprietà di questo imprenditore o dei suoi eredi. Oggi questa è sede di un bar Albergo Ristorante denominato naturalmente "Le Gobbie" e impropriamente chiamato anche Rifugio. Comunque è un

Licenza Creative Commons



Eccetto dove diversamente indicato, i contenuti di questo sito sono distribuiti con  
[Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 3.0 Italia](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/it/)

buon punto di appoggio per gli escursionisti e di fronte c'è un bel piazzale dove partono i sentieri 41, 42 e 150. In zona transita inoltre il sentiero 33 Arni-Pasquilio che passa proprio di fronte al fabbricato.

### **Galleria del Vestito**

Anche galleria del Pelato dal nome del monte sotto cui è scavata. La galleria unisce le province di Massa (comune di Massa) a 1033 metri e di Lucca (comune di Seravezza) a 1045 metri e il confine si trova al centro della stessa. Mentre nel 1933 la strada arrivò ad Antona il collegamento con la Garfagnana richiese più tempo, incontrando ostilità da parte della provincia di Lucca. Dopo la guerra la provincia di Massa-Carrara concluse la galleria sconfinando abusivamente nel territorio lucchese. Il ministro Giuseppe Togni (1903-1981) la inaugurò e dovette sanare la situazione con un decreto di esproprio. Comunque la strada rimase in condizioni molto precarie fino agli anni ottanta quando fu sistemata anche la galleria del Castellaccio prima di Arni (a metà tra i comuni di Seravezza e di Stazzema). Di recente, nel 2006-07, è stata sistemato il



Figura 5: Monte Macina

versante massese della galleria con un rivestimento mentre l'altro è rimasto come era. È lunga 640 metri e si trova a una quota media di circa metri 1040. All'ingresso, nel lato massese, c'è un bassorilievo marmoreo dedicato nel 1974 allo Stradino d'Italia dai colleghi massesi. Esso riporta questa epigrafe: *è per la nostra silente opera se la via nel gelo o nel solleone ovunque ti conduce. 1974. A tutti gli stradini d'Italia dedicano i colleghi della provincia di Massa Carrara.*

### **Passo del Vestito**

Si apre a 1151 metri al centro della lunga depressione tra il monte Macina e l'Altissimo in testa alla Valle della Turrite Secca e, a occidente, si affaccia sul versante di Renara molto scosceso. Viene considerato per la sua posizione centrale come limite tra le Apuane Settentrionali e quelle meridionali. Il passo è attraversato dal sentiero 42 che unisce Renara, passando per Casa Bonotti, con le Gobbie. Il tratto dalle Gobbie è, per pochi metri, per strada asfaltata e poi segue la marmifera delle cave del monte Pelato. Presso il passo, sulla destra guardando verso il versante massese, si trova un bunker che faceva parte del sistema difensivo della linea Gotica.

### **Cresta del Vestito**

Si estende dalla sella posta alla base del monte Macina (1377 m) fino alla quota 1385 dove si innesta il sentiero 155 e poi devia verso ovest e poi sud-ovest fino alla quota 1154 metri e poi al Passo del Vestito (1151 m). A destra abbiamo l'orrida valle di Renara e a sinistra, in alto, quella verde di Arni mentre più in basso abbiamo la zona delle Gobbie.. In passato era conosciuta anche come cresta dell'Usciolo. Essa è costeggiata dal sentiero 150 (poi 150/155) e la parte alta della cresta è abbastanza impegnativa con passaggi di primo grado: presenta pinnacoli e torrioni calcarei con un po' di esposizione e per percorrerla serve anche l'aiuto delle mani.

### **Schiena dell'Asino**

Anche Schiena dell'Asino. È la cresta che scende da quella del Vestito in direzione sud. Dalla quota 1385 (dove si raccordano i sentieri 150 e 155) scende alla quota 1282. Il crinale poi prosegue

Licenza Creative Commons



Eccetto dove diversamente indicato, i contenuti di questo sito sono distribuiti con  
[Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 3.0 Italia](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/it/)

passando per altre quote (zona Prataccio) e arriva fino alla quota 1235. Esso è costeggiato sul versante orientale dal sentiero 155.

### ***Sella 1377***

Anche quota 1377. Si trova sulla cresta del Vestito lungo il sentiero 150/155, essa è alla base del Monte Macina all'inizio della cresta sud e in zona sono presenti vecchi tralicci dell'elettricità. È panoramica sulla valle di Arni e di Renana e sul Monte Macina che appare come imponente piramide. Inoltre qua parte una via di roccia che percorre la cresta sud del Macina.

### ***Monte Macina***

Il monte Macina è la prosecuzione meridionale della cresta del monte Sella, la cresta poi si abbassa al Passo del Vestito per proseguire col monte Pelato. I suoi fianchi sono principalmente erbosi e visto dal paese di Arni il monte assume l'aspetto di una piramide massiccia, mostrandosi al massimo della sua imponenza. Sul versante massese la montagna precipita sul canale di Renara, presentando orridi dirupi scoscesi con il canale e la cava della Chiesa del Diavolo e il canale e la cava della Buchetta con le relative vie di lizza. È alto 1568 metri e la sua ascesa non è semplicissima, la strada più semplice prevede di salire per il sentiero 150/155, oltrepassare la cresta est, e poi salire alla cresta sommitale da cui si arriva in vetta. La cresta aerea può essere proseguita, nell'altro verso, fino alla zona della galleria per le cave Ronchieri, detta Sella di Macina.



Figura 6: al Passo di Sella

### ***Passo di Sella***

Anche Passo Sella. È un passo erboso, dall'aspetto appenninico, tra le valli di Arni e di Arnetola a 1500 metri. Esso è importante nodo di sentieri. Qua arriva il 31 da Arni che poi scende ad Arnetola, ancora da Arni, passando dal Passo di Fiocca, arriva il sentiero 144. Dal Passo del Vestito arriva il sentiero 150 che si innesta nel 155 proveniente dal Rifugio Puliti e, infine, dalla Focetta dell'Acqua Fredda il sentiero attrezzato Vecchiacchi attualmente non percorribile. Inoltre una deviazione del 31 porta alla cava Ronchieri. Sono presenti un crocifisso ligneo, varie lapidi commemorative e i resti di una maestà ormai diruta. La prima lapide ricorda la morte nel 1951 di due giovani studenti di Viareggio (Fabio Mari e Franco Andrei) caduti sull'Alto di Sella. Qua fu costruito, nel 1963, un rifugio prefabbricato dal Cai di Livorno che ebbe vita effimera: fu distrutto da una tempesta solo due settimane dopo l'inaugurazione e mai più ricostruito.

### ***Deviazioni e possibilità di escursioni***

Il sentiero permette di fare diverse escursioni connettendosi ad altri sentieri. Ricordiamo inoltre che in zona esiste il Rifugio Puliti che può essere valido punto di appoggio per escursioni di più giorni. Diamo qualche suggerimento:

- **Andata e ritorno con il 150:** il percorso è appagante, dopo una sosta al Passo di Sella si torna indietro. Esso richiede circa 6 ore.

Licenza Creative Commons



Eccetto dove diversamente indicato, i contenuti di questo sito sono distribuiti con [Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 3.0 Italia](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/it/)

- **Anello del monte Fiocca:** arrivati al Passo di Sella mediante il sentiero 144 ci portiamo alle pendici del Monte Fiocca e saliamo facilmente alla vetta, poi percorriamo il Fatonero e scendiamo ad Arni da cui, con il sentiero 33, torniamo al punto di partenza. Itinerario molto interessante e panoramico che richiede dalle 8 alle 9 ore con le dovute soste.
- **Anello su Arni:** dal Passo di Sella si prende la marmifera (sentiero 31) da cui con il 33 si torna al punto di partenza. Servono circa 5h 30'
- **Traversata Gobbie - Arnetola:** arrivati al Passo di Sella si scende per la Valle di Arnetola con il sentiero 31 fino al paese di Vagli Sopra, servono circa 6 ore.

### Commento

*Questo sentiero permette di salire dalla zona Vestito/Gobbie al Passo di Sella in modo abbastanza veloce. Comunque la Cresta del Vestito è abbastanza impegnativa e va fatta con la dovuta concentrazione e nella giusta stagione senza neve o ghiaccio. Il percorso è molto panoramico sulla Apuane settentrionali e sulla valle di Renana e sulla zona di Arni. Dalla sella 1377 si gode di vista splendida sul Macina.*

*Dal passo di Sella si offrono varie possibilità come la visita alla cava Ronchieri, la salita impegnativa al Sella e quella più semplice al Fiocca. Inoltre è possibile proseguire per Arnetola e Vagli Sopra o percorrere l'anello del Fiocca passando per il Fatonero.*

---

Licenza Creative Commons



Eccetto dove diversamente indicato, i contenuti di questo sito sono distribuiti con  
[Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 3.0 Italia](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/it/)