



**08 luglio 2013**

*(f.f.) questo sentiero è molto interessante con qualche tratto da fare con attenzione. Ottimi i panorami e molteplici le possibilità di escursioni utilizzando altri sentieri.*

## **SENTIERO 168**

Il sentiero è di competenza del Cai sezione Massa.

### **Tragitto**

Forno Biforco (376 m) [innesto 36] – deviazione 167 - Canal Fondone - Foce di Monte Rasóri (1320 m) [innesto 37, 173 e 186].

Nel suo percorso la parte iniziale è comune con il 167.

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

Da Massa si segue via Bassa Tambura in direzione Forno, a 4 Km si incontra Canevara, a 6,5 Km un bivio: a sinistra la strada si dirige a Forno mentre a destra continua per Gronda e Resceto. Dopo un chilometro raggiungiamo Forno che si sviluppa lungo il fiume Frigido e la strada. Superiamo il Pizzo del Cottonificio che si trova di fronte alla ex-Filanda e proseguiamo. Lasciamo a sinistra un ramo della strada che sale al Vergheto e continuiamo per la strada che diventa adesso strada marmifera con numerose curve tra edifici abbandonati, sempre con il canal Secco sulla destra. A 10 km arriviamo a Biforco presso uno spiazzo cementato dove iniziano i sentieri 36, 167 e 168.

Diverse corse dei mezzi pubblici portano da Massa a Forno e viceversa e la domenica ce n'è una prima delle 8 per raggiungere il paese montano e una pomeridiana e una serale per tornare a Massa (è comunque bene informarsi alla direzione dell'azienda trasporti locale, oggi ATN).

### **Descrizione del percorso**

Questo sentiero è uno dei percorsi che unisce la zona di Massa con la valle di Vinca e, con deviazione, con Orto di Donna e la provincia di Lucca.

**Difficoltà:** EE. *Itinerario lungo e faticoso con dislivello di quasi 1000 metri. Alcuni brevi tratti su roccia devono essere fatti con attenzione e piede sicuro.*

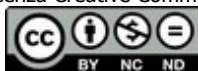
**Stato del sentiero:** *il sentiero è ben evidente e ben segnato.*

**Tempi:** *salita 04 h*

*Discesa 03h 20'*

---

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/)

## Il percorso

Sintesi: Si sale per la marmifera, si supera la Cava Romana e poi si sale alla cava del Fondone, da cui si entra nell'aspro canale omonimo, inizialmente piuttosto stretto, che si percorre con fatica con qualche tratto da fare con attenzione. Ottimi sono i panorami sul monte Grondilice, sulla Forbice, Torrione Figari e Cima Questa. Si arriva poi alla piazzola dell'elicottero e in pochi minuti alla Foce. Il sentiero richiede circa 4 ore di cammino.

Superato Forno, e trascurata la deviazione a sinistra in salita per la zona del Vergheto, la strada prosegue costeggiando il Canal Secco tra edifici che testimoniano un'intensa attività estrattiva ormai passata.

Poco prima che la strada finisca ci fermiamo presso uno spiazzo, protetto da un muro di cemento, con indicazioni dei sentieri 36, 167 e 168.

Superiamo la sbarra posta recentemente a chiudere la zona delle cave e in 5' troviamo la biforcazione che dà il nome alla zona (Biforco).

A destra sale il canal Cerignano, con a fianco la marmifera che costituisce il sentiero 36 per le Vettoline e il Passo della Focolaccia. Invece a sinistra c'è il Canal Fondone.

I due canali si fondono nel canal Secco tributario del Frigido, in realtà infatti i canali sono sassosi e secchi.

Prendiamo a sinistra la marmifera, subito molto ripida, dalla quale più in alto si separano i sentieri 167 e 168.

La zona è ampiamente sfruttata per l'estrazione del marmo, con numerose cave attive e in espansione che stanno velocemente mutando la conformazione della zona.

A 14' vediamo sulla destra un vecchio edificio di cava e a 19' siamo presso la cosiddetta Cava Romana, posta a circa 500 metri, la vecchia Cava Romana è abbandonata, ma fino a qualche anno fa era possibile entrare, mediante un cunicolo nel marmo, e visitare la cava che si presenta come un'enorme voragine, salendo un poco il sentiero 167.

Questo cunicolo è stato ostruito, forse per impedire che incauti escursionisti si avventurino per la cava stessa.

Il nome è rimasto alla nuova cava, che sta coltivando intensamente la zona a monte della vecchia cava, che comunque non ha nulla a che fare con i romani, infatti l'attività estrattiva a Forno è iniziata nel 1800.

Sulla destra c'è l'ingresso della nuova cava, mentre a sinistra inizia il sentiero 168 del Canal Fondone per la Foce Rasori.

Qua c'è il bivio tra i sentieri 167 e 168, il primo, che coincide inizialmente con la via di lizza degli Alberghi, è diretto a Case Carpano e al Passo della Focolaccia e sale verso destra.

Noi invece seguiamo sulla sinistra il 168 per la Foce Rasori che attraversa, ben segnato, il canale e si porta sulla vecchia via di cava molto ripida, tra sfasciumi di marmo, con qualche tratto ancora asfaltato, questa strada si sta progressivamente deteriorando.

A 34' siamo presso un primo piazzale della cava del Fondone ormai abbandonata, proseguiamo l'aspra salita e a 43' siamo presso alcuni edifici della cava stessa.



Figura 1: l'inizio del sentiero

Licenza Creative Commons



Eccezione 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/)



Figura 2: Tratto su roccia liscia, sfondo Altissimo

qualche arbusto, per poi prendere decisamente a sinistra, con ripida salita nel bosco, con fondo terroso e scivoloso con la pioggia.

A 01h 43' siamo in un tratto aperto e ameno, ma subito dopo segue la salita. A 01h 51' siamo su un crinale erboso ricco di ginestroni in fiore e in alto comincia a vedersi la zona di Foce Rasori.

Poco dopo, a 01h 59', siamo a una piazzola panoramica sulle cave di Fondone e Biforco in basso e sulla zona del Rasori.

A 02h 09' il sentiero si sposta verso destra e riprende a salire ripido e a 02h 27' siamo presso la testata del canale e proseguiamo su rocce fino ad arrivare a 02h 42' presso alcune pozze di acqua freschissima dove è possibile rinfrescarsi.

Continuiamo a salire tra eriche e troviamo una deviazione, a destra, per una vicina capanna di pastori dal tetto verde e la zona del Carmeneto.

Il panorama si apre, progressivamente, sulla Forbice e sulla Cima Questa e il Torrione Figari con il suo masso sommitale e, da parte opposta, sul monte Rasori e sul Sagro.

A 03h 05' superiamo un breve tratto di roccia liscia e un po' esposta e poi segue la salita sul ripido versante erboso, alle pendici della Forbice.

Più avanti abbiamo un traverso tranquillo cui segue un secondo tratto di roccia liscia da fare con attenzione.

A 03h 48' siamo presso uno spiazzo sassoso da cui il sentiero prosegue nel paleo.

A 03h 56' c'è una deviazione segnata verso destra per la Cima Questa e la Forbice.

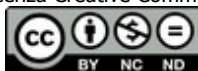
Noi proseguiamo per il sentiero 168 e a 04h 06' siamo alla panoramica piazzola degli elicotteri, poco sopra Foce Rasori: questo è uno dei luoghi più panoramici delle Apuane.

La vista è splendida sulla costa, sul Sagro, sulle cave di Forno dalle quali proveniamo, sul Cavallo, sulla Tambura, sul Sella e il Monte Altissimo e, naturalmente, sul Grondilice, la Forbice, la Punta Questa e il Torrione Figari.



Figura 3: Parte alta del sentiero 168

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/)

Verso destra il sentiero 186 porta alla Finestra Grondilice e al Rifugio Orto di Donna. Da qua scendiamo alla vicinissima Foce Rasori da cui scende il sentiero 37/173 per la Capanna Garnerone e la Foce di Giovo.

La foce, che raggiungiamo a 04h 10' è un valico erboso che mette in comunicazione la valle di Vinca con la zona di Massa.

### **Aspetti di rilievo del sentiero**

#### **Biforco**

Più correttamente Casa Biforco, per la presenza di un rudere legato alle attività di estrazione del marmo, si trova a quota 376 metri. È un luogo aspro e selvaggio dove arriva la via marmifera da Forno. Deriva il suo nome dal fatto che qua la valle si biforca (in salita) nel Canal Fondone a sinistra, e nel Canal Cerignano a destra. A Biforco i due canali si fondono a formare il canal Secco, tributario del Frigido, in realtà, comunque, i canali sono sassosi e secchi. Biforco è punto di partenza per tre sentieri: il 36 che da canal Cerignano, seguendo in parte la marmifera, si dirige a Foce delle Vettoline con molte diramazioni interessanti, il 167 per la valle degli Alberghi e il 168 per il Canal Fondone e Foce Rasori. La zona è ampiamente sfruttata per l'estrazione del marmo, con alcune cave ancora attive e in espansione che stanno velocemente mutando la conformazione della zona.

#### **Canal Fondone**

La valle, in territorio massese, origina dalle pendici del Monte Rasori e incontra, a Biforco, il canal Cerignano. In basso sono presenti cave abbandonate (Cave Fondone) e poi c'è l'innesto con la valle degli Alberghi percorsa dalla via di lizza omonima (sentiero 167). Il primo tratto, in salita, del canale successivo alla cava è un orrido molto stretto, in alto invece il canale si allarga e si dirige alla Foce Rasori. Esso è percorso dal sentiero 168 che presenta qualche tratto impegnativo. Canal Fondone è anche il nome del torrente in secca che a Biforco si congiunge con il canal Cerignano a formare il Canal Secco, tributario del fiume Frigido, che scompare poi nelle viscere della terra per ricomparire prima del Cottonificio.



Figura 4: Canal Fondone

#### **Cava Romana**

Si trova a circa 500 metri poco prima dell'inizio della via di lizza degli Alberghi e quindi del sentiero 167. La cava è abbandonata, ma fino a qualche anno fa era possibile entrare, mediante un cunicolo nel marmo, e visitare la cava, che si presenta come un'enorme voragine, dall'alto del sentiero. Oggi il cunicolo è stato ostruito forse per impedire che incauti escursionisti si avventurino nella cava stessa. Il nome Romana potrebbe far pensare ad un'origine romana dell'escavazione, ma bisogna ricordare che nel bacino di Forno l'estrazione del marmo iniziò solo nella prima metà del 1800 e non esistono prove di una precedente attività estrattiva. In realtà il nome era quello della moglie del vecchio proprietario. Tutta la zona del Piastrone del Fondone dal 1998 è stata rilevata dalla ditta Turba Marmi SRL che sta coltivando intensivamente tutta la zona a monte della vecchia cava Romana, mantenendo appunto il nome Cava Romana.

Licenza Creative Commons



Eccezione 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/)

### ***Casa Cormeneto***

I ruderi di casa Cormeneto si trovano a circa 1046 metri nei pressi del sentiero 168 di canal Fondone. Questo è il punto di partenza per salire alla cresta sud-ovest della Forbice del Grondilice. In alcune cartine è indicato Carmeneto.

### ***Foce di monte Rasori***

Anche Foce Rasori. Situata a quota 1320 metri è un valico erboso, ampio e panoramico, che mette in comunicazione la valle di Vinca con il Canal Fondone nel massese. Si trova tra il monte omonimo e il versante Sud-ovest del monte Grondilice. Alla foce arriva il sentiero 168 da Forno e il 37 Forno (Mozziconi) – Rifugio Donegani e qua inizia il 186 per la finestra Grondilice e il Rifugio Orto di Donna. La Foce è importante nodo di sentieri e vi si arriva anche con il 38/173 da Colonnata per la Foce di Vinca e anche da Vinca, con il 153/173e con il 173 da Foce di Pianza. Il panorama è splendido sul Sagro, il mare, la zona delle cave di Forno, il Cavallo, la Tambura, il Sella, il monte Altissimo e, naturalmente sul monte Grondilice, la Forbice e la Punta Questa e il Torrione Figari. Alla foce si trova anche una piazzola per gli elicotteri considerata uno dei punti più panoramici delle Apuane.



Figura 5: Foce Rasori

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

Molte sono le possibilità che ha l'escursionista arrivato alla Foce Rasori. Elenchiamo solo le principali.

- ***Anello Canal Fondone e Canal Regollo:*** è un percorso classico che prevede la discesa per il canal Regollo. Giunti A foce Rasori si continua per Foce di Navola con il sentiero 37 e si scende con lo stesso. Si superano i ruderi delle case di Navola e del rifugio Pisano e poi si segue il Canal Regollo fino alla strada asfaltata. L'ultimo tratto richiede poi una quarantina di minuti di strada per raggiungere Biforco. Servono circa 8 ore.
- ***Traversata Forno - Vinca:*** giunti a foce Rasori si prosegue con il 173 fino alla capanna Garnerone e da qua a Vinca con il sentiero 38. Servono circa 05h 30' e una macchina all'arrivo.
- ***Traversata Forno - Val Serenaia:*** giunti alla Capanna Garnerone si prosegue con il 37 fino alla foce di Giovo da cui si scende in val Serenaia. Servono circa 06 ore e anche qua un mezzo all'arrivo altrimenti si può pernottare in uno dei rifugi della zona.
- ***Traversata Forno - Orto di Donna:*** è un percorso alternativo al precedente. Da foce Rasori si sale alla finestra Grondilice e da qua si scende al Rifugio Orto di Donna. Servono 06h 30' e un'altra mezzora per andare in val Serenaia alla strada asfaltata. È possibile pernottare oppure tornare a casa con un mezzo all'arrivo.

---

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/)

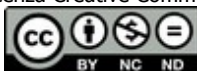
## Commento

*Questo itinerario è lungo e faticoso per il dislivello notevole, la salita è continua con qualche breve tratto impegnativo in salita che giustifica la classificazione di EE: infatti ci sono alcuni brevi tratti su roccia da fare con attenzione e piede sicuro. I panorami sono ottimi. Il percorso è consigliato nella buona stagione evitando sia il ghiaccio invernale che la calura estiva. È consigliabile portare una buona riserva di acqua.*



---

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/)