



29 ottobre 2010

(f.f.) questo è un interessante sentiero che mette in comunicazione l'alta Valle di Vinca con Val Serenaia. Passa per le pendici sassose del monte Grondilice ricche di interessanti fioriture e offre sempre panorami molto interessanti in particolare alla Finestra Grondilice quando si affaccia su Val Serenaia. Diventa impegnativo in inverno con la neve e il ghiaccio.

SENTIERO 186

Il sentiero è di competenza del Cai sezioni di Carrara e di Pisa che ne curano la manutenzione ognuna per il tratto di sua competenza.

Tragitto

Foce Rasóri (1320m) [innesto 37, 168, 173] - Finestra Grondilice (1750m) [sentiero blu per la vetta] – innesto 179 - Rifugio Orto di Donna (1503m) [innesto 180]

Nel suo percorso il breve tratto terminale è a comune con il sentiero 179.

Informazioni sulla zona di partenza

Naturalmente a Foce Rasori si accede solo mediante sentieri:

- **Sentiero 37** (Forno Mozziconi – Foce Rasori - Foce di Giovo – Rifugio Donegani): interessante percorso per il Canal Regollo che sale poi alle Capanne di Navola e alla Foce omonima da cui raggiunge Foce Rasori. È un percorso abbastanza faticoso che richiede circa 3 ore.
- **Sentiero 37**: partendo dal Rifugio Donegani e quindi da val Serenaia servono circa 2 h.
- **Sentiero 38/173** (Colonnata – Foce Luccica – Foce di Vinca - Foce Rasori): lungo percorso alle pendici dello Spallone e del Sagro che richiede almeno 3h 30' di percorso con qualche tratto ripido. Partendo da Vinca servono 2h 10'.
- **Sentiero 153/173** (Vinca fine strada nuova – Foce Rasori): è decisamente il percorso più breve che richiede solo 1h 20'.
- **Sentiero 168** (Forno Biforco – Foce Rasori): lungo e impegnativo percorso per il canal Fondone, richiede circa 3h 15'.
- **Sentiero 173** (Foce di Pianza – Foce di Vinca – Foce Rasori): interessante itinerario che percorre l'impegnativo catino del Sagro, da non fare assolutamente con ghiaccio e neve, richiede 3h 15'.

Per affrontare il sentiero 186 consigliamo sicuramente di partire da Vinca in modo da non essere troppo affaticati quando lo percorriamo. Tra l'altro questa scelta permette anche di effettuare un interessante anello descritto più avanti.

Un'altra possibilità è quella di procurarsi le chiavi della Capanna Garnerone del Cai di Carrara e programmare l'escursione su un paio di giorni.

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/)

Descrizione del percorso

È un sentiero molto interessante da farsi preferibilmente in salita, offre panorami notevoli e fioriture molto interessanti e si sviluppa in un ambiente molto selvaggio alle pendici del Monte Grondilice. Nei tratti più impegnativi ci sono corde metalliche per aiutare l'escursionista, ma esse servono essenzialmente in discesa. Alcuni tratti di queste corde, comunque, sono già piuttosto malandati. Si consiglia di evitare di percorrerlo con neve e ghiaccio.

Difficoltà: EE (sentiero difficile). Il sentiero è corto e supera un dislivello di poco più di 400 metri. Deve essere percorso con attenzione per il terreno a sfasciumi e per qualche tratto esposto. Le corde metalliche aiutano in alcuni tratti, ma alcune sono in cattivo stato. Le difficoltà aumentano notevolmente con l'insidioso ghiaccio apuano e con la neve specialmente se lo si percorre in discesa.

Stato del sentiero: qualche incertezza all'inizio per la presenza di tracce di sentiero estranee che vanno in direzione della Forbice, ma il sentiero è ben inciso tra l'erba e costeggia il bosco. Sarebbe bene ci fossero maggiori indicazioni all'inizio, per il resto è segnato ed è ben evidente.

Tempi:

Foce Rasori – Finestra Grondilice: 01h 40'
Finestra Grondilice – Rifugio: 40' (totale: 02h 20')

Rifugio – Finestra Grondilice: 45'
Finestra Grondilice – Foce Rasori: 01h 20' (totale: 02h 05')

Il percorso

Il sentiero inizia da Foce Rasori, dove il sentiero 37/173 entra nel bosco diretto alla Capanna Garnerone: la zona è molto panoramica, ma per apprezzare al meglio dobbiamo proseguire per la piazzola degli elicotteri che raggiungiamo in 3'.

Qua arriva il sentiero 168 da Biforco per il canal Fondone il cui tratto terminale è attrezzato con corda metallica. Il panorama si apre sulle cave di Forno, il monte Altissimo, il Sella, il Cavallo e, in primo piano, le propaggini del Grondilice, tra cui spiccano la Forbice, il torrione Figari con il caratteristico masso sommitale e la punta Questa.



Figura 1: Foce Rasori, sfondo Sagro

Da parte opposta c'è l'erboso monte Rasori, il Sagro e il mare. Dalla piazzola, in alto, si vede una sorta di lapide verticale che indica, non molto bene, il sentiero 186, questo è comunque ben inciso nel terreno erboso e costeggia il bosco salendo verso il monte Grondilice.

A 34' siamo all'imbocco di un facile canalino che ci porta al sentiero in alto, in meno di dieci minuti saliamo e ci troviamo in un ambiente selvaggio, tra sfasciumi di marmo con il sentiero sempre ben segnato, qualche pinnacolo roccioso, bei panorami e belle fioriture.

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/)

Nel tratto che ci porta alla finestra troveremo quattro brevi tratti attrezzati con corda metallica, nelle zone un po' più esposte, credo che l'utilità delle corde sia nella discesa o in inverno, in quanto la progressione rimane sempre agevole.

Continuiamo la salita, avendo di fronte la Finestra Grondilice e sulla destra la Forbice, e a 01h 41' siamo alla Finestra Grondilice. Il luogo è molto panoramica sulla Val Serenaia, sul Pisanino, sul Contrario e su parte del Cavallo.

Sulla sinistra segni blu portano alla vetta del monte Grondilice: la salita alla vetta è tra sfasciumi con tratti di primo grado quindi adatta a persone molto esperte.

Dopo una breve sosta per ammirare il panorama scendiamo, la prima parte della discesa è ancora tra sfasciumi di roccia, poi iniziano gli alberi e a 1h 56' entriamo decisamente in un bosco di giovani faggi e ci avviciniamo al sottostante rifugio di Cava 27 (denominato rifugio Orto di Donna).

A 2h 15' siamo vicinissimi al rifugio e, a sinistra, si stacca il sentiero 179 che da Foce Cardeto porta a Foce di Giovo. Noi continuiamo e a 02h 20' siamo al Rifugio.

Aspetti di rilievo del sentiero

Foce di monte Rasòri

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 153/173 da Vinca e 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.

Finestra Grondilice

Detta anche Foce di Grondilice. È un valico a quota 1750 metri tra la vetta del monte Grondilice e la sua anticima Sud-Est, detta Forbice. Esso mette in comunicazione la valle di Vinca con la parte alta di Val Serenaia detta anche Orto di Donna, cioè la zona di cava 27. È attraversata dal sentiero 186 (Foce Rasòri - rifugio Orto di Donna). Qua parte anche la via normale al monte Grondilice segnata di blu. Su una roccia c'è una targa metallica che ricorda Dario Capolicchio (Palermo 1971 – Firenze 1993), socio del Cai di Sarzana, morto tragicamente nel 1993 a Firenze, dove studiava architettura, vittima dell'attentato terroristico-mafioso dei Georgofili. Il luogo è molto panoramico sul Pisanino e gli Zucchi di Cardeto, sul Contrario e parte del Cavallo.



Figura 2: Finestra Grondilice

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/)

Rifugio Orto di Donna

Si trova a quota 1503 metri in prossimità del passo delle Pecore, fu inaugurato il 29 giugno 2005. È il terzo rifugio della zona costruito ristrutturando l'edificio di cava 27 (la cava più alta del bacino) a opera del comune di Minucciano e del Parco delle Apuane, con finanziamenti UE. Nei pressi c'è



Figura 3. Rifugio Orto di Donna, sfondo Pizzo D'Uccello

una scuola di roccia e palestre di roccia attrezzate. Si accede al rifugio dalla fine della strada asfaltata con una strada di arroccamento di cava e con il sentiero 180 e successiva variante. A esso perviene anche il 179 da Foce di Cardeto per Foce di Giovo, seguendo il quale, con la deviazione 186, si può scalare il Grondilice e proseguire per Foce Rasóri. Tracce di sentiero portano al Passo delle Pecore (e alla ferrata del Contrario e al sentiero per gli Alberghi) e in vetta al vicino monte Contrario. È punto di appoggio per numerose scalate, anche se il Donegani rimane in posizione più favorevole per il Pizzo ed il Pisanino.

Deviazioni e possibilità di escursioni

Moltissime sono le escursioni che fanno riferimento a questo nodo cruciale della sentieristica apuana, ma ne citiamo solo due:

- **Anello del Grondilice:** è descritto nella sezione itinerari e richiede circa 8 ore con forti dislivelli e qualche tratto da fare con attenzione. Da Vinca con il 38 e il 173 si arriva alla Foce Rasori e con il 186 alla Finestra e al raccordo con il 179 per Foce di Giovo. Qua si prosegue con il 175 che porta di nuovo a Vinca.
- **Andata e ritorno:** senza le soste richiede 04h 30' e, naturalmente, deve essere associato con un percorso per arrivare alla Foce.

Commento

Questo sentiero richiede l'uso di altri sentieri per arrivare alla zona di partenza per cui l'escursione può diventare anche molto lunga: Vinca rimane la località di partenza più favorevole. In alternativa si possono usare i rifugi della zona programmando due o più giorni di interessanti escursioni.

Il percorso alla base del Monte Grondilice è bellissimo e molto selvaggio ed è sempre molto panoramico.

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/)