Autore: Alice & Francesco _ Viaggia con Alice
Blog: https://www.viaggiaconalice.it/
Link all'articolo: https://www.viaggiaconalice.it/i-nostri-viaggi/italia/via-francigena-in-toscana-il-nostro-cammino

Via Francigena in Toscana – Il nostro cammino

31 Agosto 2021

Quello che stiamo per raccontarvi in questo articolo è un grande evento, un'occasione meravigliosa che abbiamo avuto la fortuna di vivere: un viaggio diverso dal solito, il nostro primo cammino zaino in spalla! Le emozioni sono state tante! Abbiamo camminato lungo un tratto della Via Francigena in Toscana in occasione di "Road to Rome 2021 - Start again", una lunga marcia a staffetta organizzata nel 2021 in occasione del 20esimo anniversario di AEVF, l'Associazione Europea delle Vie Francigene.

Conoscete la via Francigena? L'avete mai percorsa? Per noi è stata la prima volta non solo lungo la via Francigena, ma proprio la prima volta che ci siamo cimentati in questo tipo di viaggio, **un cammino zaino in spalla**. Siamo qui a raccontarvelo con tanta enfasi per invitarvi a mettervi anche voi in cammino lungo la **Via Francigena**, uno dei percorsi di pellegrinaggio più importanti e conosciuti d'Europa. Il nostro cammino lungo la Via Francigena è stato ricco: ricco di panorami, di persone nuove, di nuove scoperte come il piccolo borgo di San Miniato, un miraggio sulla collina dopo km e km di strada. È stato un cammino ricco di fatica e di sudore perché certamente non è stato sempre una passeggiata considerando anche solo il fatto che ci siamo messi in marcia sotto il sole di fine agosto; i tratti da percorre erano lunghi ma la cosa bella è stata percorrerli insieme ad altri pellegrini e viaggiatori, passo dopo passo, colorandoli con qualche risata, qualche selfie di gruppo o quattro chiacchiere in compagnia. Se dovessimo riassumere in poche parole la nostra esperienza, per noi il cammino lungo la **Via Francigena in Toscana** è stato scoperta ed emozione! Siamo pronti a raccontarvi qualcosa di più sulla Via Francigena e sulla nostra avventura a **"Road to Rome 2021 - Start again!"**

LA VIA FRANCIGENA

La Via Francigena è uno dei percorsi di **pellegrinaggio** più famosi d'Europa che si snoda su **3200 km attraversando 5 paesi: Inghilterra, Francia, Svizzera, Italia e Città del Vaticano.** La partenza si trova in prossimità della **Cattedrale di Canterbury** in Inghilterra al km 0 della Via Francigena. Un tempo il percorso riconosciuto arrivava fino a **Roma** mentre nel 2019 è stata approvata l'estensione da Roma a **Santa Maria di Leuca in Puglia** nel Salento, attuale traguardo finale della Via Francigena. I 3200 km sono suddivisi in **148 tappe** attraversando **16 regioni e 630 comuni europei**. La via attraversa il Kent, nel Regno-Unito, le regioni Haute-de-France, Grand Est e Bourgogne-Franche-Comté, in Francia, i Cantoni Vaud e Vallese, in Svizzera e le Regioni Valle d'Aosta, Piemonte, Lombardia, Emilia-Romagna, Liguria, Toscana, Lazio, Campania, Basilicata e Puglia in Italia, senza contare che tocca anche Roma, passando dallo Stato del Vaticano. Facili sentieri di montagna, mulattiere di pietra, vie campestri, strade bianche tra i cipressi o asfaltate tra i pini domestici. Il più noto testimone del pellegrinaggio francigeno fu l'arcivescovo britannico Sigerico che nel 990 si recò a Roma per ricevere l'investitura papale. Sulla via del ritorno Sigerico fece un preciso resoconto del suo viaggio, un elenco delle soste numerate che lui chiama *submansiones*, rendendo possibile la ricostruzione del percorso. Il **diario di Sigerico** chiamato *Itinerarium* viene tuttora considerato la fonte itineraria più autorevole della Via Francigena ed è oggi conservato alla British Library di Londra. Percorrendo la Via Francigena, si ripercorrono le più antiche strade d'Europa: il percorso ufficiale della Via Francigena è facile e sicuro, percorribile a piedi e in bicicletta e parzialmente a cavallo; è stato studiato per essere adatto a tutte le età. Sul sito web dell'**Associazione Europea delle Vie Francigene** www.viefrancigene.org/it/ troverete tutte le informazioni sul percorso.

Ogni pellegrino lungo la Via Francigena ha la fortuna di vivere un'esperienza unica e profonda portando a casa un ricordo indimenticabile. Come testimone dell'esperienza vissuta e del cammino percorso, è stata realizzata la **Credenziale del pellegrino**, una sorta di passaporto emesso da AEVF, il documento fondamentale del viandante che permette di avere accesso con delle **agevolazioni** alle strutture di accoglienza lungo l'itinerario e ai biglietti dei treni per il rientro. Inoltre, lungo il cammino, il pellegrino riceverà un **timbro** presso uffici turistici, parrocchie, strutture ricettive e di ristoro: un modo per tenere traccia per percorso svolto e delle avventure vissute. La credenziale contiene 64 box timbratura, più che sufficienti per le 45 tappe italiane. La Credenziale può essere acquistata online o in uno dei punti di distribuzione sparsi lungo il percorso. Il costo è di 5 €. Per chi percorre gli ultimi 100 km a piedi o 200 km in bicicletta, la Credenziale consente di ricevere il **Testimonium**, un documento che certifica l'avvenuto pellegrinaggio a Roma devotionis causa. È il corrispettivo della *Compostela*, che si ottiene al compimento del Cammino di Santiago. Nella tradizione storica questa pergamena era importantissima perchè il pellegrino, tornato a casa, poteva dimostrare che il pellegrinaggio era compiuto e il voto sciolto. È possibile ritirare il Testimonium presso gli Uffici della Sagrestia della Basilica di San Pietro, varcando l'ingresso del Petriano.

ROAD TO ROME 2021

L'epoca d'oro dei pellegrinaggi durò vari secoli e ancora oggi noi pellegrini ripercorriamo i sentieri della Via Francigena che hanno fatto la storia! A partire dal 1994 la Via Francigena è stata dichiarata "Itinerario Culturale del Consiglio d'Europa", assumendo, alla pari del Cammino di Santiago di Compostela, una dignità sovranazionale. Il **7 aprile 2001** è stata costituita a **Fidenza** l'**Associazione Europea delle Vie Francigene - AEVF**, una rete di enti locali, associazioni e operatori privati impegnati nella riscoperta e nella valorizzazione dell'itinerario. Nel 2021 AEVF ha compiuto **20 anni** e, per celebrare questo traguardo, ha deciso di organizzare un grande evento chiamato **Road to Rome 2021** al quale abbiamo avuto la fortuna e l'onore di partecipare. Road to Rome è nata per essere una celebrazione e un'occasione: da un lato ha permesso di celebrare uno dei percorsi più importanti d'Europa e dall'altro ha offerto l'occasione per promuovere e sostenere un turismo sostenibile, culturale

e responsabile. La Via Francigena rappresenta un patrimonio naturalistico, storico e culturale. Percorrere la Via Francigena in occasione di Road to Rome 2021 è stato fantastico, un'esperienza che ci porteremo sempre nel cuore. Come noi, molti altri travelbloggers, influencers e videomakers hanno preso parte a questo evento con l'obiettivo **di promuovere e valorizzare la Via Francigena**. Al link di https://www.viefrancigene.org/it/ambassador-road-to-rome/, scrollando a metà pagina, trovi anche noi in qualità di **Ambassador** di Road to Rome 2021.

Il cammino lungo la Via Francigena è stato un momento di scoperta, crescita, riflessione e condivisione: viaggiando a piedi, abbiamo avuto la possibilità di vivere il territorio in modo lento e autentico, ammirando da vicino il contesto paesaggistico nel quale si inserisce la Via Francigena. Il percorso è l'emblema del viaggio lento, dello **slow travel**: permette di scoprire le culture locali dei luoghi che attraversa offrendo la possibilità di riconnettersi con sè stessi. Abbiamo avuto la possibilità di conoscere nuove persone, nuove culture e tradizioni, e di scoprire il significato che si cela dietro a questo sentiero. Il **bordone del pellegrino** è stato il simbolo dell'evento Via Francigena - Road to Rome 2021: si tratta di un bastone di legno con inciso il logo della via Francigena, un **testimone** che è stato passato di mano in mano tra i vari viaggiatori lungo il cammino dalla partenza fino all'arrivo, un pò come una sorta di fiaccola olimpica.

LA NOSTRA VIA FRANCIGENA IN TOSCANA

Partecipando a Road to Rome 2021, abbiamo percorso un piccolo tratto della Via Francigena da **Aulla** in provincia di Massa-Carrara a **Gambassi Terme** in provincia di Firenze per un totale di **circa 100 km suddivisi in 5 tappe** delle quali ne abbiamo percorse solo 4, sempre a piedi. Pur essendo un fine agosto molto caldo, non abbiamo mai incontrato nessuna difficoltà durante il cammino, per questo sono davvero molto contenta e soddisfatta di questa esperienza. Mentre Francesco ha già vissuto un viaggio in cammino, per me era la prima volta! **Zaino, scarpe e calze fanno la differenza**: è importante organizzare bene il contenuto dello zaino (il mio zaino da trekking era di 30 litri e pesava 6 kg alla partenza) e avere ai piedi delle scarpe comode e adeguate (io ho scelto un paio di scarpe da trail della Salomon modello XA PRO mentre Francesco aveva un paio di Garmont modello 9.81 BOLT). La scelta delle scarpe giuste vi permetterà di evitare il più grande problema del pellegrino camminatore: le vesciche! Fortunatamente non ne abbiamo mai avute!

Alcune tappe erano molto lunghe: io e Francesco siamo sportivi ma non non abbiamo avuto molto tempo per allenarci seriamente a camminare. Vi dico questo per farvi capire che camminare lungo la via Francigena è un'esperienza alla portata di tutti! Non abbiate paura della fatica o della lunghezza delle tappe, ma lasciatevi ammaliare dai paesaggi circostanti e dalle storie dei pellegrini che incontrate lungo la vostra strada! Senza accorgervi, vi ritroverete davanti alla meta! Ma ora vorrei raccontarvi nel dettaglio le tappe che abbiamo percorso!

→ 20 agosto 2021: AULLA - CASTELNUOVO MAGRA 25 km

Il nostro cammino è iniziato da qui, da **Aulla** piccola cittadina della **Lunigiana** in Toscana colpita nel 2011 da una terribile inondazione del fiume Magra. La sveglia suona presto all'**Ostello dell'Abbazia di San Caprasio** e ci mettiamo subito in marcia dopo aver ottenuto il primo timbro sulla nostra credenziale. La prima tappa è il piccolo **Santuario della Madonna degli Angeli** dal quale poi il sentiero si addentra nei boschi per raggiungere il piccolo borgo di **Caprigliola** dove abitanti e membri della proloco ci accolgono con torte fatte in case e tisane alle erbe locali. Dopo un breve giretto del borgo di Caprigliola, celebre anche per la festa della Luminara della Madonna del Buon Consiglio, ci mettiamo in cammino per raggiungere **Ponzano Superiore** dove ci fermiamo per il pranzo assaggiando anche la tipica **Scherpada**, una torta di verdure cotta nei testi di terracotta e condita con olio e formaggio, una vera bontà.

A pancia piena e dopo un bicchierino di limoncello fatto in casa, ci rimettiamo in cammino per alcune ore fino a raggiungere **Sarzana** in Liguria. Attraversiamo il centro cittadino e proseguiamo fino a **Fosdinovo** dove siamo accolti dalle autorità locali che in via eccezionale che conducono a visitare i giardini di **Villa Malaspina**, residenza estiva dei marchesi e oggi proprietà privata. La tappa si conclude a **Castelnuovo Magra**, borgo ligure conosciuto per il rocambolesco furto della tela del Bruegel. Il sindaco in persona ci racconta la vicenda! Tranquilli, quello che è stato rubato era in realtà un falso! A Castelnuovo Magra abbiamo l'occasione di salire sulla cima della torre del **Palazzo dei Vescovi Conti di Luni**: proprio in questa sede il 6 ottobre 1306 Dante Alighieri, in qualità di Procuratore di Marchesi Malaspina, firma con il Vescovo Antonio da Camilla l'atto della celebre pace che porta il suo nome. La torre, alta 30 m, offre un panorama spettacolare che spazia fino al mare. Non è mancata un'ottima cena a base di **testaroli** conditi con il **pesto**.

→ 21 agosto 2021: CASTELNUOVO MAGRA - MASSA 20 km

La seconda tappa del nostro Road to Rome 2021 è stata molto calda. Il sole di fine agosto si è fatto sentire lungo tutta la tratta prevalentemente su asfalto. Una volta salutato l'**Agriturismo Calendiluna**, abbiamo raggiunto l'**anfiteatro di Luni**, cittadina della Lunigiana con la quale abbiamo salutato la Liguria entrando stabilmente in Toscana, nella provincia di Massa-Carrara. Lungo il tragitto non sono mancate bellissime fontane in **marmo di Carrara** dove poter riempire le borracce con acqua fresca. Abbiamo poi raggiunto **Avenza** dopo siamo stati accolti nella piazza della **Chiesa di San Pietro** dal parroco e dalle autorità con le campane che suonavano a festa. Abbiamo visitato il borgo di Avenza per poi assaggiare la tipica **torta di riso**.

Da Avenza il sentiero si è arrampicato in salita verso le **Alpi Apuane** passando per vigneti e uliveti: la stanchezza era tanta ma davanti a noi si aprivano panorami davvero fantastici! Eravamo nel cuore delle **colline del Candia** tra vigneti e uliveti, in posizione piuttosto elevata così da intravedere sullo sfondo anche il mare di La Spezia. Finalmente vediamo davanti a noi il ponte sul fiume Frigido e in seguito la Porta di San Martino che segnano l'ingresso nel quartiere Borgo del Ponte di **Massa**! Siamo arrivati! Anche a Massa l'accoglienza è stata immensa: non solo le autorità ci hanno consegnato l'attestato del pellegrino ma abbiamo anche ricevuto il saluto del marchese Malaspina e della moglie in abiti d'epoca. Un bicchiere di vino del Candia, una fetta di torta di riso e una fetta di **pane Marocco**, tipico della zona, con fettine di **lardo**: la merenda perfetta dopo tutti quei km percorsi sotto il sole.

→ 22 agosto 2021: MASSA - ALTOPASCIO 68 km

Il nostro terzo giorno lungo la Via Francigena è iniziato con discreta calma tra le stanze dell'**Ostello di Palazzo Nizza**, situato nel pieno centro della città. La tappa di oggi prevede

un lungo tratto di 68 km in ebike fino ad Altopascio: questo tratto, se percorso a piedi, viene solitamente suddiviso in 2/3 tappe. Purtroppo la disponibilità di ebike da parte del team di Road to Rome era ridotta per cui non abbiamo potuto percorrere la tappa con loro in bicicletta. Così abbiamo dedicato la mattinata a visitare la città di **Massa**, per noi del tutto nuova: il **Duomo**, **Piazza Aranci** con il **Palazzo Ducale** e la **Rocca Malaspina**. Poi ci siamo spostati in treno fino a Viareggio per un pranzetto a base di pesce sul lungomare. Da Viareggio abbiamo proseguito in treno fino ad **Altopascio** dove abbiamo atteso l'arrivo dei nostri compagni di viaggio in ebike. Per la cena ci siamo fermati in centro presso la Magione del Tau dove abbiamo degustato prodotti tipici toscani tra i quali la mitica **pappa al pomodoro**.

→ 23 agosto 2021: ALTOPASCIO - SAN MINIATO 30 km

La **Foresteria Comunale di Altopascio** è stata aperta in via eccezionale per ospitare noi pellegrini di Road to Rome 2021; la strada da percorrere in questa giornata è tanta per cui partiamo di buon mattino. Raggiungiamo **Galleno** dove incontriamo Giovanni Corrieri, ambasciatore della Via Francigena, grande pellegrino e conoscitore di tutti i principali cammini europei, e Massimiliano, una guida ambientale escursionista. Loro, insieme ad altri pellegrini, ci accompagneranno lungo questa tappa. A Galleno inizia una parte di selciato storico originario della Via Francigena che si addentra **nelle Colline delle Cerbaie**, un'area naturalistica che ospita 1200 specie diverse tra piante e alberi. La guida Massimiliano ci illustra le principali caratteristiche di questa zona e davanti al lago del molin del topo ci fa vedere una delle due particolari piante carnivore presenti. Il sentiero raggiunge poi il borgo di **Santa Croce sull'Arno**: qui al nostro gruppo di pellegrini si aggregano anche i cavalieri e i cavalli dei **Cavalcanti del Padule** che ci fanno strada fino a Fucecchio.

A **Fucecchio** siamo accolti a braccia aperte dalle autorità locali che ci offrono un gustoso pranzo a base di **crostini tostani**, **panzanella** e pasta al forno. Da Fucecchio il sentiero della Via Francigena attraversa infiniti campi dove in questa stagione calda il fieno viene raccolto in balloni tondi che rendono il paesaggio ancora più pittoresco. Sullo sfondo davanti a noi si intravede finalmente il profilo di San Miniato; ci siamo quasi! La salita verso il centro di San Miniato è stata il colpo di grazia ma l'accoglienza ricevuta ha cancellato ogni segno di stanchezza. **San Miniato**, in provincia di Pisa, è una piccola perla della toscana, un borgo davvero unico ricco di storia e di tradizioni. Dopo i saluti con le autorità locali, scarichiamo gli zaini in ostello e ci rilassiamo con una bella doccia fresca. L'appuntamento è nella piazza principale davanti alla **Cattedrale di San Miniato** dove la compagnia di musicanti Gandalus decanta le avventure di Road to Rome da Canterbury fino a San Miniato. È ora della cena: ci siamo concessi un assaggio di piatti tipici locali presso il ristorante Pepenero dello chef Gilberto Rossi. Super consigliati i **ravioli al tartufo**!

→ 24 agosto 2021: SAN MINIATO - GAMBASSI TERME 24 KM

L'ultima tappa è stata una di quelle più belle dal punto di vista paesaggistico. Siamo partiti dall'**Ostello di San Miniato**. Prima di lasciarci la città alle spalle per immergerci nel cuore delle colline toscane, abbiamo già fatto 2 tappe: la prima in **Piazza Bonaparte** presso la **Chiesa di San Rocco Pellegrino** dove la signora Fiorella ci ha consegnato una conchiglia benedetta e la seconda poco più avanti alla pasticceria il **Cantuccio di Federigo** dove abbiamo incontrato Paolo che in quinta generazione produce dei cantucci davvero squisiti che ci ha gentilmente offerto. Dopo questa pausa dolce, abbiamo salutato San Miniato attraversando intere distese di vigneti. Anche in questa tappa siamo stati accompagnati da un gruppo numeroso di pellegrini e da Giovanni Corrieri, ambasciatore della Via Francigena, che ha allietato il nostro cammino con tanti racconti e aneddoti. Abbiamo raggiunto l'antica quercia che ricorda la nascita della Guardia Svizzera Pontificia nel lontano 1506: accanto alla quercia si trova la **pentola del pellegrino** all'interno della quale è custodito un libro che raccoglie i pensieri di tutti i pellegrini in transito lungo la Via Francigena.

Dopo qualche ora di cammino abbiamo raggiunto la **Pieve dei Santi Pietro e Paolo** dove si trova un **punto accoglienza per i pellegrini** con panchine e fontana per riempire le borracce. Qui abbiamo pranzato al sacco tutti insieme per poi ripartire per altre 2 h di cammino alla volta di **Gambassi Terme** in provincia di Firenze. Davanti a noi panorami mozzafiato! A pochi km dall'arrivo siamo stati sorpresi da un'apecar con anguria fresca offerta dalla proloco di Gambassi Terme! Una merenda molto gradita! Da lì ha iniziato a piovigginare fino all'arrivo a Gambassi Terme dove abbiamo pernottato presso all'**Ostello Sigerico** situato accanto alla **Pieve romanica di S.M.Chianni** a 1 km dal centro cittadino! Anche questa volta ce l'abbiamo fatta a conquistare la meta! Stanchi e un pò bagnati ma felici per la giornata appena trascorsa! Il nostro cammino lungo la Via Francigena si è fermato a Gambassi Terme, ma il nostro è solo un arrivederci: abbiamo già scarpe e zaini pronti per proseguire il percorso e tanta voglia di tornare a camminare al più presto!

ALICE E FRANCESCO _ Viaggia con Alice

Siamo Alice e Francesco una coppia di giovani viaggiatori che abitano in un paesino immerso nella natura sulla sponda lombarda del Lago Maggiore: Alice è una ragazza precisa e amante dei cappelli, Francesco è un ragazzo paziente e appassionato di fotografia. La nostra passione per i viaggi ci ha portato nel 2017 ad aprire un blog di viaggi dove raccontiamo e condividiamo le nostre avventure per il mondo.