



ITINERARIO 1

Forte dei Marmi
e Monte Marcello

Lunghezza: 78,5 km
 Altitudine max: 267 metri
 Dislivello totale: 393 metri
 Grado di difficoltà: ●●○○○
 Periodo ideale: tutto l'anno
 Durata escursione: circa 3 ore e 30

Partendo dal pontile di Forte dei Marmi ci dirigiamo verso nord percorrendo il bellissimo lungomare. Dapprima incontriamo la località Cinquale e quindi il cartello Marina di Massa. Dopo 700 metri, alla rotonda, svoltiamo a destra seguendo l'indicazione stadio e quindi al primo semaforo svoltiamo a sinistra. Ci aspettano 5 km di un rettilineo che attraversa le località di Bondano e Partaccia. Giunti ad una biforcazione, seguiamo per La Spezia tenendo sulla nostra sinistra



il mare e il porto di Marina di Carrara. Percorsi già 16,7 km dal nostro punto di partenza, troveremo il cartello che ci indica la fine della provincia di Massa e Carrara. Dopo 1200 metri, attraversata Marinella di Sarzana, troviamo una rotonda. Qui seguiamo sempre la costa verso Fiumaretta e La Spezia, quindi verso sinistra. Percorsi 4 km di rettilineo, 500 metri dopo il ponte sul fiume Magra svoltiamo a sinistra seguendo l'indicazione per Ameglia e Monte Marcello, quindi allo stop

Gran Caffè Margherita, Viareggio





Bocca di Magra

a destra e subito dopo ancora a sinistra. Da questo punto comincia la facile salita di 5,9 km che ci porterà in vetta, regalandoci scorci magnifici sulla costa e sulle Alpi Apuane. Dopo il parcheggio svoltate a sinistra, seguendo le indicazioni per Golfo dei poeti e Punta Corvo. Fatti pochi metri sulla destra si trova una fontanella dove dissetarsi e godere della bellissima vista dell'isola Pal-

maria, di Porto Venere e di parte del golfo di La Spezia.

In fondo alla discesa seguiamo l'indicazione per Ameglia e poi dopo il porticciolo, giunti allo stop, seguite a destra passando di nuovo il ponte sul fiume Magra e quindi, ripercorrendo la stessa strada dell'andata, ci dirigeremo verso sud. Giunti nuovamente a Forte dei Marmi, allungiamo verso Viareggio.

Arrivati al molo di Viareggio facciamo nuovamente inversione e ritorniamo al pontile di Forte dei Marmi. Rilassante e adatto a tutti, l'itinerario non richiede uno specifico grado di allenamento, ma tenete presente che comunque, se pur agevole, dobbiamo affrontare circa 6 km



di salita. Il percorso è molto facile con lunghi rettilinei dove la velocità delle auto è solitamente moderata, visti anche i frequenti controlli delle forze dell'ordine. Fiumetto, Marina di Pietrasanta e Tonfano sono nomi che evocano da soli abbronzature e ombrelloni. Questo percorso è consigliabile soprattutto nel periodo invernale o in estate nelle prime ore del mattino quando sono pochissime le auto che si incontrano.

Servizi Bancari



Agenzie in Viareggio, Lido di Camaiore, Marina di Pietrasanta, Forte dei Marmi

Ristori e Soste

Ristorante La Barca

Specialità: Pesce fresco

Prezzo: 60 euro

Viale Italice, 3 - Forte dei Marmi
0584 89323

Ristorante Pescarino

Specialità: Pasta fatta in casa

Prezzo: 35 euro

Via Borea Montemarcello (SP)
0187 601388

Gelateria Paradiso

Specialità: Gelato gusto yogurt

Viale Colombo, 119 bis

Marina di Carrara

0585 634266

Locanda delle Tamerici

Specialità: Pesce fresco

Prezzo: 70 euro

Via Litoranea, 106 - Fiumaretta (SP)
0187 64262

Assistenza Tecnica

Cicli Tarducci Roberto

Via Mazzini, 96 - Viareggio (LU)
0584 945180

Cicli Kamà

V.le Colombo, 330

Lido di Camaiore (LU)

0584 1841250

Cicli Mario

Via Versilia, 137 - Tonfano (LU)
0584 21021

Cicli Maggi

Viale Morin, 83/a

Forte dei Marmi (LU)

0584 89529

Biemme Bike

Via Risorgimento, 37

Forte dei Marmi (LU)

0584 80994

Cicli Santini

Via Mazzini, 242/d

Forte dei Marmi (LU)

0584 881047

Marina Bike

Via delle Pinete, 72

Marina di Carrara (MS)

0585 634622



Il Fortino a Forte dei Marmi