



ph: Stefano Lo Faro

INFORMAZIONI e ACCOGLIENZA TURISTICA

INFORMATION AND TOURIST WELCOME

IAT Abetone
tel. 0573/60231
turismo.abetone@comune.pistoia.it
IAT Cutigliano
tel. 0573/68029
turismo.cutigliano@comune.pistoia.it
IAT Pistoia
tel. 0573/21622
turismo.pistoia@comune.pistoia.it
IAT Montecatini Terme
tel. 0572/772244
montecatini.turismo@comune.pistoia.it
Ufficio Informazioni Turistiche
San Marcello-Piteglio
tel. 0573/621289
turismo@comunesanmarcellopiteglio.it

COME ARRIVARE

HOW TO GET THERE

In treno By train
Linea Pistoia- Porretta Terme - Bologna/Pistoia-Porretta Terme-Bologna line
www.trenitalia.com
In bus By bus
Autolinee Toscane
www.autolineetoscane.it
In aereo By plane
Firenze aeroporto A. Vespucci
Florence, A. Vespucci Airport
Pisa aeroporto G. Galilei
Pisa, G. Galilei Airport
Bologna aeroporto G. Marconi
Bologna, G. Marconi Airport

IMPIANTI DI RISALITA

LIFT FACILITIES

Consorzio Impianti di risalita "Abetone Multipass"
www.multipassabetone.it
tel. 0573/60557
Società Abetone Funivie Loc. Abetone
www.abetoneovovia.it
tel. 0573/60186
Società Val di Luce Loc. Val di Luce
www.valdiuce.com
tel. 0573/609078
Società Doganaccia 2000 Loc. Doganaccia di Cutigliano
www.doganaccia2000.it
tel. 0573/68699

PRINCIPALI VETTE

MAIN SUMMITS

Monte Giovo 1991 m
Monte Rondinaio 1963 m
Corno alle Scale 1944 m
Alpe Tre Potenze 1940 m
Libro Aperto (Monte Rotondo 1937 m - Monte Belvedere 1896 m)
Monte Gennaio 1814 m
Monte Gomito 1890 m
Monte Nuda 1775 m
Monte Spigolino 1827 m
Croce Arcana 1680 m

PRINCIPALI LAGHI

MAIN LAKES

Lago Piatto 1823 m
Lago Scaffaiolo 1775 m
Lago Nero 1730 m
Lago S. G. Gualberto 1478 m
Lago Baccioli 1309 m
Lago Torbido MO 1650 m
Lago Turchino MO 1600 m
Lago Baccio MO 1550 m
Lago Santo MO 1501 m

CAMMINI

PILGRIM WAYS

Cammino di San Bartolomeo Way of St. Bartholomew
Cammino naturalistico e devozionale che unisce i luoghi di culto del Santo risalenti all'Alto Medioevo. 100km suddivisi in tappe da Fiumalbo (Bo) fino a Pistoia con possibile deviazione di 25km da Popiglio fino a Lucca. This natural, devotional way connects the saint's places of cult. The 100km between Fiumalbo (BO) and Pistoia are divided into stages, with a possible 25-km detour from Popiglio to Lucca.
www.camminodisanbartolomeo.com

Romea Strata

Cammino di fede e cultura che unisce i principali santuari dell'Europa e dell'Italia dal Nord Est a Roma. Il tratto toscano attraversa l'Appennino passando per Cutigliano e raggiunge Pistoia dove si trova la reliquia di San Jacopo. Da Pistoia il percorso prosegue verso la Via Francigena. This route links the main European and northeastern Italian sanctuaries to Rome. The Tuscan stretch crosses the Apennines passing through Cutigliano to reach Pistoia. From there, the route continues towards the Via Francigena.
www.romeastrata.org

APP e PORTALI WEB

APPS AND WEB PORTALS

EMERGENZA

EMERGENCIES

Emergenza Sanitaria Medical Emergencies	118
Soccorso Alpino e Speleologico Mountain and Cave Rescue	118
Pubblica Sicurezza Public Safety	112
Vigili del Fuoco Fire Department	115
Guardia di Finanza Finance Police	117
Carabinieri Biodiversità Abetone Biodiversity Police, Abetone	0573 607004
Carabinieri Biodiversità Pistoia Biodiversity Police, Pistoia	0573 23103
Carabinieri Biodiversità Pian degli Ontani Biodiversity Police Pian degli Ontani	0573 607004
Polizia Municipale Abetone Cutigliano Municipal Police Abetone Cutigliano	0573 687122
Soccorso medico San Marcello Pistoiese	0573 63401
S. M. Pistoiese Medical Assistance	
Ospedale di Porretta Terme (Bo) Porretta Terme Hospital (Bo)	0534 20711
Antincendio Boschi Forest Fire Service	800 425 425

SENTIERI TRAILS

Cai Maresca
www.caimaresca.it
tel. 334 1335 286
Cai Pistoia
www.caipistoia.org
tel. 0573 365582
Cai Pesca
www.caipescia.it
tel. 331 93 39 504
Cai Modena
www.cai.mo.it
tel. 059 82 69 14
Cai Lucca
www.cailucca.it
tel. 0583 58 26 69
Cai Barga
www.caibarga.it
Cai Prato
www.caiprato.it
tel. 0574 22004
Cai Agliana
www.aglianatrekking.it
Cai Porretta
www.caiporretta.it
Cai Bologna
www.caibo.it
tel. 051 234856

Si ringraziano le Sezioni del Club Alpino Italiano per aver fornito i dati sulla rete sentieristica

Alta Via dei Parchi
500Km, 27 tappe, 2 Parchi Nazionali, 5 Regionali e 1 Interregionale. 500 km, 27 stages, 2 National, 5 regional and 1 Interregional Parks
www.altaviadeiparchi.eu

Sentiero Italia
7000 km attraverso le regioni italiane lungo la dorsale appenninica.
7000 km crossing Italy's regions along the Apennine ridge
www.sentieroitalia.cai.it

Sentiero Europeo E1
Da Capo Nord (Norvegia) a Capo Passero (Sicilia)
From North Cape (Norway) to Capo Passero (Sicily)
www.fieitalia.com

Via Francesca della Sambuca

La variante di cammino da Bologna era un tempo la via Francesca che passando da Pavana e dal Castello di Sambuca P.se raggiungeva Pistoia e da qui le altre grandi mete della religione cristiana: Roma, Gerusalemme e Santiago di Compostela, circa 100 km nella natura e nella Fedel! Almost 100-km long, this variant formerly the Via Francesca, was for pilgrims from Bologna. Passing through Pavana and Castello di Sambuca P.se, it reaches Pistoia and, in the past, it continued to other important Christian destinations: Rome, Jerusalem, Compostela.
www.viafrancescadellasambuca.it

Cammino di San Jacopo Way of St. James

110Km lungo l'antica via Cassia, da Firenze a Lucca, il cammino conduce fino alla via Francigena per raggiungere Compostela. Pistoia, detta "Piccola Santiago" è il crocevia di questo tracciato e degli antichi cammini europei. Located between Florence and Lucca, along the ancient Via Cassia, this 110-km stretch leads up to the Via Francigena to reach Compostela. Known as "Little Santiago" because of the saint's relic in its cathedral, Pistoia is the crossroads of this route and the ancient European pilgrim's ways.
www.ilcamminodisanjacopo.it

ALLA SCOPERTA DELLE RISERVE NATURALI

DISCOVERING NATURE RESERVES

Riserva Naturale Biogenetica di Abetone
Abetone Biogenetic Natural Reserve
Si estende per 584 ettari ed ospita esemplari secolari di faggi ed abeti di imponenti dimensioni. Al suo interno, si trova l'Orto Botanico Forestale dell'Abetone che ospita oltre 350 specie vegetali. Situato a circa 1300 metri è circondato da alcune delle più alte vette della montagna tutte raggiungibili con percorsi trekking: M. Gomito, Alpe Tre Potenze e Foce di Campolino.
A rare variety of spruce is found here. At 1785 m high, the Foce di Campolino is the park's highest point, and is very near to Nero Lake.

Foresta del Teso
Teso Forest
Si estende da quota 795 fino a 1732 metri, da Pracchia a S. M. Pistoiese, dal fiume Reno al torrente Verdiana, conservando il suo nucleo a Maresca ed Orsigna. Nei pressi del Poggio dei Malandrini a 1662m si trovano i rifugi CAI Montanaro 1567m e Porta Franca 1600m. Dal Passo dei Malandrini corre il Sentiero Italia. It extends from an altitude of 795 to 1732 meters a.s.l. and is centered between Maresca and Orsigna. The Grand Italian Trail runs near Poggio dei Malandrini (1662m a.s.l.). The CAI Montanaro (1567m) and Porta Franca (1600m) refuges are also found here.

Riserva Naturale Biogenetica di Pian degli Ontani
Pian degli Ontani Biogenetic Nature Reserve
Si estende per 500 ettari e si colloca nel bacino del torrente Sestaione a 1100-1800 m. Ospita il falco pecchiaiolo, la trottavilla e molte specie di chirotteri.



ph: Roy Corsini

ALLA SCOPERTA DELLE LIMENTRE

DISCOVERING LIMENTRE

Le Valli delle Limentre comprendono un territorio delimitato a sud dalla Riserva dell'Acquerino e a nord dal lago di Suviana al confine fra Pistoia e Bologna. Ricche di storia, di foreste secolari, di limpidi ruscelli, di graziosi borghi come Treppio e Torri sono il paradiso per gli amanti della montagna più remota e selvaggia. La magia dei boschi si presta per attività olistiche, meditative e di contatto con la natura. Una fitta rete di sentieri permette di fare passeggiate, trekking più impegnativi, MTB e pesca sportiva. Da non perdere: gli enigmatici graffiti rupestri (Sassi scritti); le misteriose grotte (Buca del Diavolo). The Limentre Valleys cover an area between the Acquerino Reserve and Suviana Lake. Steeped in history, its centuries-old forests and pretty villages like Treppio and Torri are a paradise for enthusiasts of wild mountains as well as for those interested in yoga and holistic activities. An extensive network of trails offers the opportunity for walks, more challenging hikes, MTB, and sport fishing. Visits to the enigmatic rock carvings (sassiniscritti) and the mysterious Buca del Diavolo caves are a must.

Sambuca Pistoiese.
Borgo a circa 730m di quota storicamente punto di passaggio tra Toscana ed Emilia Romagna attraverso Pavana e Porretta Terme. Da non perdere: Via Francesca della Sambuca, gli antichi sentieri, la Pieve e il Castello. At about 730m a.s.l., this village has historically been the transit point between Tuscany and Emilia Romagna via Pavana and Porretta Terme. The Via Francesca della Sambuca, with its ancient trails, the parish church, and the castle, are worth visiting.

DA NON PERDERE

NOT TO BE MISS

Osservatorio Astronomico della Montagna Pistoiese e Parco delle Stelle Pistoiese
Mountains Astronomical Observatory and Star Park
Località Pian dei Termini a 1000m. Serate di osservazione del cielo su prenotazione presso Biblioteca Comunale di San Marcello Tel.0573/629189. Dall'Osservatorio si accede al Parco delle Stelle che è sempre aperto. Located in the Pian dei Termini area at 1000m. a.s.l. Evening skywatching with reservations made through the San Marcello Public Library, tel. 0573/629189. The Observatory leads to the Star Park, which is always open.

Ponte Sospeso
Località Mammiano Basso. Realizzato nel 1922 su progetto dell'ingegnere Douglas Scotti. Il ponte è lungo 220 metri e largo appena 80 cm. Nel punto più alto raggiunge 40 metri d'altezza. L'attraversamento è una esperienza emozionante. Mammiano Basso area. Constructed in 1922, the bridge is 220 meters long and just 80 cm wide. its highest point is 40 meters above the ground. Crossing the bridge is a thrilling experience.

Ponte di Castruccio (XIV sec.)
Castruccio Bridge (14th century)
Località Lambure, Piteglio. Ponte medioevale "a schiena d'asino" che in antichità costituiva l'unico collegamento tra le terre di Pistoia e Lucca. Lambure area, Piteglio. In ancient times, this medieval "humpback" bridge was the only link between the lands of Pistoia and Lucca. **Memorie della II^a Guerra Mondiale**
Memories of the 2nd World War
Rifugi antiaerei S.M.I. Loc. Campo Tizzoro. Raro esempio di archeologia industriale testimonianza del periodo bellico. S.M.I. anti-aircraft shelters Campo Tizzoro area. A rare example of industrial archeology, evidence of the war. www.irsapt.it

Museo della Linea Gotica
Museum of the Gothic Line
Loc. Pianosinatico. Il museo raccoglie cimeli della II Guerra Mondiale. Pianosinatico area. The museum collects artifacts from World War II.

Percorsi della Linea Gotica
Gothic Line Trails
Nei boschi vicino al museo due tracciati alla scoperta dei bunker, uno di 15km e l'altro di 8km che si possono percorrere a piedi o in bicicletta. The bunkers can be reached via two trails—one 15km, the other 8km—in the woods near the museum.

IL MEGLIO DELL'OUTDOOR

THE BEST OF THE OUTDOOR

Passaggiare, Trekking, Nordic Walking, Trekking, and Nordic Walking
La vastissima rete di sentieri, che possono andare anche oltre 1000 mt di altitudine, è curata dal CAI attraverso i segnali ufficiali numerati di colore bianco/rosso. Ci sono vari livelli di difficoltà dai più semplici, adatti anche ai bambini, fino a quelli più impegnativi. Fra i più popolari i percorsi intorno ai laghi come Lago Scaffaiolo, Lago Nero, Lago



ph: Lorenzo Gori

Piatto, Lago Turchino. Conviene contattare le Guide Ambientali Abilitate che accompagnano in sicurezza alla scoperta di una montagna bellissima e tutta da apprezzare. Managed by the CAI, this vast network of trails climbs to more than 1000 meters a.s.l., with various levels of difficulty. The most popular routes are around Scaffaiolo, Nero, Piatto, and Turchino Lakes. Contact the official environmental guides who accompany visitors as they safely explore these beautiful mountains.

Museo della Linea Gotica
Gothic Line Trails
Nei boschi vicino al museo due tracciati alla scoperta dei bunker, uno di 15km e l'altro di 8km che si possono percorrere a piedi o in bicicletta. The bunkers can be reached via two trails—one 15km, the other 8km—in the woods near the museum.

Parco Avventura Doganaccia 2000
Doganaccia2000 Adventure Park
Parco avventura, percorsi downhill, MTB, noleggio e/bike, bob su rotaia, escursionismo, parapendio, orienteering, pesca. Servizio in risalita da Funivia Cutigliano/Doganaccia partenza da 700 m/arrivo 1600 m. Adventure park, trails, downhill mountain biking, MTB, e-bike rental, summer toboggan, hiking, paragliding, orienteering, and fishing. Lift service from the Cutigliano/Doganaccia cable car, departing from 700 m and arriving at 1600 m. www.doganaccia2000.it

Abetone Gravity Park
Bike park con possibilità di noleggio, downhill, freeride e cross country, MTB, E-Bike tours. Servizio in risalita da Telecabina Abetone/Monte Gomito partenza da 1400 m/arrivo 1800 m. A bike park with the possibility of rental, downhill mountain biking, freeride and cross-country MTB, and e-bike tours. Lift service from Abetone/Monte Gomito cable car, departing from 1400 m and arriving at 1800 m. www.abetonegravitypark.it
Tutte le informazioni e download dei tracciati sulla APP Abetone Trail Park
The trails, all services, and helpful information in the APP Abetone Trail Park

Circuito EMEX
EMEX Circuit
Il circuitoEMEx (Ecomuseo Mountainbike Experience) consiste in sei anelli cicloturistici, di diverse lunghezze e difficoltà, strutturati in modo da permettere al ciclista di scoprire le bellezze paesaggistiche e culturali del territorio, percorrendo tutte le tappe dell'Ecomuseo e coinvolgendo le strutture ricettive. Le tracce gpx dei circuiti sono scaricabili dal sito dell'Ecomuseo della Montagna Pistoiese. The EMEx circuit (Ecomuseo-Mountainbike Experience) is six cycling tours of different lengths and degrees of difficulty. It is structured so that the cyclist can discover the area's landscape and cultural beauties, covering all the Ecomuseum's stops and including accommodation facilities. The GPX circuit tracks can be downloaded from the Pistoiese Mountains Ecomuseum website. www.ecomuseopt.it

Escursioni a cavallo
Horseback riding
Numerosi maneggi sono dislocati sulle colline intorno a Pistoia e sulla montagna pistoiese. Offrono trekking a cavallo, scuola di equitazione, escursioni. Tutti i riferimenti e le informazioni

Rafting, Kayak, Canyoning, Aquaretting, Sup (Stand Up Paddle)
Esperienze mozzafiato di discesa nei tratti impetuosi del torrente Lima. Esplorazione nelle limpide acque attraverso il trekking fluviale oppure con la tavola SUP. Tutti i riferimenti e informazioni presso gli Uffici Informazioni Turistiche. Breathtaking descent through whitewater stretches of the Lima torrent, river trekking, SUP boards, and more. Info available at Tourist Information Offices.

Pesca sportiva
Recreational fishing
La montagna pistoiese è ricca di corsi d'acqua. Molto apprezzati

presso gli Uffici Informazioni Turistiche. Numerous riding stables are located in the hills around Pistoia and the Pistoiese mountains, offering trail riding, riding schools, and excursions. All references and information available at the Tourist Information Offices.

Palestre di roccia
Sport Climbing Areas
La Montagna Pistoiese è il paradiso per chi ama l'arrampicata. Fra le palestre di roccia più conosciute: Balzo di Peppone (Abetone); arrampicata sportiva attrezzata con fix-inox e catene per soste con difficoltà 5B e 6C. Palestra dei Celti (Lago Baccio): arrampicata sportiva con 6 vie (chiodi resinati e catene per soste), difficoltà 3C - 6C. Among the best-known climbing areas are: Balzo di Peppone (Abetone) with a sport climb equipped with stainless-steel bolts and chains for stops, climbing grades 5B and 6C, and Palestra dei Celti (Baccio Lake) with six sport-climbing routes (resin-coated nails and chains for stops), climbing grades 3C-6C.

La Lima, il Reno e la Limentra.
Numerosi anche i laghetti artificiali spesso dotati di aree picnic: Lago Vecchie Ghiacciaie del Reno (Le Piastre), Laghetto del Ponte Sospeso (Mammiano), Laghetto Le Betulle (Ponte Sestaione), Laghetto S. G. Gualberto (Doganaccia), Lago Secchia (Abetone). The Lima, Reno, and Limentra are very popular waterways. Also the many artificial lakes, often with picnic areas: Vecchie Ghiacciaie del Reno/Lake (Le Piastre), Ponte Sospeso Lake (Mammiano), Le Betulle Lake (Ponte Sestaione), S. G. Gualberto Lake (Doganaccia), and Secchia Lake (Abetone).



ph: Lorenzo Gori



ph: Lorenzo Gori



SENTIERI CAI CAI PATHS - SEZIONE DI MARESCA MARESCA SECTION				
Num.	Descrizione del percorso - Path description	Diff.	Dist. (km)	Tm. (h:min)
00	Croce Le Lari - Passo Oppio - Macaglia - Passo della Nevala - Sentiero 35	E	10,1	3'50"
02	Strada per Pratorini (G) - 1150 m - Poggio Mandorini - M. Sennaro - Sent. 20	E	5,5	1'40"
1	Maresca - Ex Vivale Forestale - Merzino - Macaglia - Sentiero 00	E	4,1	1'45"
2	San Marcello - Pian dei Termini - Terminaccia Monticelli - Sentiero 00	E	5,2	2'30"
3	Maresca - C. Fudicari - Rimbicchio - Sent. 35 - Pas del Malandrini - Sent. 00-20	E	5,2	2'30"
11	Campozzoro - Strada per Scharazza - Fontanelle - Sentiero 33	E	4,5	1'40"
13	Pontepetri - Casa Ontanelli - Pian di Serra - Pian delle Poste - Sentiero 33	E	5,3	2'00"
15	Merzino - Sentiero 1 - Sentiero 15B - Monte Picciano - Sentiero 00	E	2,7	1'30"
15B	Ex vivale Forestale - Sentiero 1 - Sentiero 15	E	0,4	1'15"
20	Passo dei Malandrini - Sentiero 00 - Sentiero 02 - Passo del Cancellino - Sentiero 00	E	3,6	1'00"
22	Gaviniana - Monte Terminaccia - Sentiero 2	E	1,8	1'10"

SENTIERI CAI CAI PATHS - SEZIONE DI PISTOIA PISTOIA SECTION				
Num.	Descrizione del percorso - Path description	Diff.	Dist. (km)	Tm. (h:min)
00	Poggione - Sentiero 208 - Sentiero 208 - Passo della Collina	E	6,2	1'40"
00	Passo della Collina - Sentiero 33 - Le Piastre	E	13,0	4'00"
00	Le Piastre - Punnetta - Croce Le Lari	E	6,8	3'10"
00	Passo Nevala - Passo del Cancellino - Sentiero 20 - Lago Scaffalino	E	6,1	2'30"
00	Abetone - Sella - M. Gomito - Sent. 503 - Pas della Vecchia - Sent. 100 e 519	E	5,4	3'10"
4	Butale - Le Roncole - Passo tre Termini - Sentiero 00	E	5,3	2'00"
5	Orsigna - La Gabiella - Fonte Uccelliera - Sentiero 00	E	5,6	2'30"
6	Cutigliano - Sentiero 6A - Doganaccia - Passo della Croce Arcana	E	8,4	4'00"
6A	Sentiero 6 - Le Piogge - Sentiero 6	E	3,0	1'40"
08	Rivoreta - Casa Biogino - Sentiero 00 al Libro Aperto	EE	5,0	3'30"
8	Casetta (il Malo) - Fonti dei Capilano - Monte Lancia - Sentiero 00	E	3,7	2'00"
25	Fonte dello Spirito - Rifugio Portafraanca - Sentiero 5	E	1,5	1'00"
33	Passo Piastrina - Prachia - Rimbicchio - Sentiero 3-53	E	10,9	4'10"
35	Le Nevala (Sentiero 3) - Rifugio Portafraanca - Passo della Nevala - Sentiero 00	E	3,0	1'30"
204	Casa Lavacchini Orsigna - Rimbicchio - Sentiero 83-3	E	2,1	1'40"
66	Doganaccia - Sentiero 6 - Passo Calanca - Sentiero 00	E	2,1	1'20"
80	Sentiero 102 - Boscolungo - Foce della Vergogna - Sentiero 00	E	4,5	1'40"
100	La Lima - Prato Bellinzoni - Sentiero 106-104 - Passo della Vacciata - Sentiero 00	E	10,4	6'30"
102	Le Regine - Sentiero 80 - Sentiero 104	E	4,4	1'50"
104	Parcheggio del Sestaione - Sentiero 106-102 - Rifugio Lago Nero - Sentiero 100	E	3,5	1'30"
106	Sentiero 104 Casetta dei Pastori - Sentiero 100	E	2,6	1'10"
108	Orto Botanico Forestale - Sassi Scritti - Innesto sentiero 108	E	2,7	1'45"
202	Pontenuovo - San Quirico - Sentiero 2020 - Pian del Cerro - Sentiero 34	E	6,4	2'30"
204	Candiglia - Poggio del Cera - Crociata - Sentiero 00-34	E	7,9	3'00"
206	Mengaroni - Il Poggione - Sentiero 00 - Badia a Tacina	E	6,2	2'00"
208	Via delle Gane (Pistoia) - Germinata - Monte Latta - Sentiero 00	E	9,4	3'30"
210	Castagno di Piteccio - Signorino - Sentiero 214-208	E	5,0	2'40"
210	Piteccio - Castagno - Sentiero 210 - Passo della Collina - Sentiero 00	E	5,0	2'50"
214	Valdibiana - Signorino - Sentiero 210 - Passo della Collina - Sentiero 00	E	8,4	3'30"
230	Mengaroni - Iano - Poggio Pecorino - Sentiero 208	E	3,2	1'30"

SENTIERI CAI CAI PATHS - SEZIONE DI PESCIA PESCIA SECTION				
Num.	Descrizione del percorso - Path description	Diff.	Dist. (km)	Tm. (h:min)
60	Croce del Sargento - Belfa di Troglio - Le Fracchie	E	3,1	1'30"
54	Pontito - Croce a Viglia - Monte Granaio - Monte Luchetta - Le Prachie	E	3,9	1'30"
84	Calcinella - Penna di Lucchio - Calcinella	EE	2,3	1'50"
88	Casoli - Calcinella - Sentiero 84 - Lucchio	E	6,8	3'30"

SENTIERI CAI CAI PATHS - SEZIONE DI MODENA MODENA SECTION				
Num.	Descrizione del percorso - Path description	Diff.	Dist. (km)	Tm. (h:min)
00	Passo del Tre Termini - Passo Croce Arcana - Monte Libro Aperto - Abetone	EE	16,7	5'30"
00	Tringano - Lago di Pratlgrano - Passo della Riva - Passo del Lupo - Lago Scaffalino	E	14,3	6'45"
401A	Lago Scaffalino - Sentiero 00	E	0,2	0'05"
409	Ospitale - Lago di Pratlgrano	E	3,4	1'45"
411	Farnano - Ospitale - Passo del Lago - Monte Spigolino	E	13,4	6'30"
413	Ospitale - Schiena dell'Asino - Passo di Croce Arcana	E	4,6	2'30"
415	Ospitale - Capanna Tassoni - Passo della Croce Arcana	E	5,4	2'30"
417	Ospitale - Serravalle - Colle Acqua Marcia	E	4,1	2'30"
419	Ospitale - Mirandola - Il Colombano	E	3,7	2'00"
421	Ospitale - Capanne di Monte Lancia	E	3,2	1'40"
425	Farnano - Pizzo di Farnano - Monte Lancia - Cima Tauffi	E	5,5	2'00"
429	Fellicarolo - Sella del Monte Lancia	E	5,1	3'00"
431	I Taburi - Sella del Monte Lancia	E	4,2	2'30"
431A	Percorso 431 - Sentiero 00	E	0,2	0'05"
433	I Taburi - Libro Aperto	E	3,2	1'15"
435	Casa Balocco - Pizzo delle Stecche - Libro Aperto	E	5,4	3'00"
445	La Capanna - I Taburi - Il Colombano - Capanna Tassoni - Passo della Riva	E	16,6	7'30"
447	Libro Aperto - Monte Lagori - Cimonecino - Monte Cimone	EE	12,7	4'00"
493	Frescarolo - Monte Lagori	EE	5,2	3'15"
495	Bellagamba - Libro Aperto	E	4,1	2'00"
501	Abetone - Sentiero 503 - Pian della Spalla	E	5,6	2'30"
503	Faidello - Balzo delle Pozze - Monte Gomito	E	4,2	2'30"
505	Dogana - Casa Coppi - Val di Luze - Sentiero 519 al Lago Piatto	E	5,9	2'45"
507	Casa Coppi - Foce al Giovo	E	7,2	2'30"
509	La Pianella - Monte Modino	E	1,2	0'40"
511	Capri - Rotari	E	3,7	1'45"
515	Capri - Ronchi - Passo di Annibale	E	9,2	4'15"
517	Strada Tagliole - Lago Turchino - Sentiero 00	E	4,9	2'30"
517A	Lago Turchino - Finestra del Rondinai	E	0,9	0'40"
519	Lago Santo - Foce al Giovo - Passo di Annibale - Passo Farola	E	6,4	3'00"
521	Lago Bacco - Finestra del Rondinai - Monte Rondinai	E	2,1	1'15"
523	Lago Santo - Lago Bacco - Il Passetto	E	3,0	1'30"
525	Lago Santo - Monte Giovo	EE	1,3	0'40"
527	Passo Boccola - Monte Giovo	E	1,7	1'15"
529	Lago Santo - Passo Boccola - Colle Bruciata	E	3,8	1'15"
531	Strada Tagliole - Passo Boccola	E	3,1	1'45"
533	Falacina - Sentiero 539	E	2,2	1'30"
535	Le Tagliole - Roncole - Sentiero 539	E	4,5	3'15"
539	Vaccherece - Monte Nuda - Passo Boccola	EE	5,9	3'15"
541	Ponte Sant'Anna - Bosco della Barba - Passo Boccola	E	6,3	3'00"

SENTIERI CAI CAI PATHS - SEZIONE DI LUCCA LUCCA SECTION				
Num.	Descrizione del percorso - Path description	Diff.	Dist. (km)	Tm. (h:min)
00	Foce al Giovo - Il Passetto - Monte Giovo - La Forticella	EE	5,8	3'00"
00	Passo della Vecchia - Alpe tre Potenze - Femmina Morta - Foce al Giovo	E	2,2	1'20"
8	Vico Panchelorum - I Piani - Poggio agli Agli	E	5,4	2'50"
10	Palleggio - Cocciglia - Sivilglio - Sentiero 12	E	12,1	4'50"
10A	Limano - Sivilglio	E	7,4	2'50"
12	Foce al Lago - Fontana a Troghi - Foce di Campolino	E	7,6	3'20"
14	Ospedaletto (Rifugio Casentini) - Col della Prada - Fontana a Troghi	E	4,2	2'30"
14	Ospedaletto - Rifugio Mercatello - Foce al Giovo	E	2,7	1'20"
38	Ospedaletto - Foce al Lago - Predina - Sentiero 18	E	8,4	2'40"

	Rifugio shelter		Osservatorio astronomico Astronomical observatory		Rudine Ruin
	Campaggio Camping		Museo Museum		Stazione ferroviaria Railway station
	Paletta di roccia Climbing		Luglio di culto Place of worship		Soccorso medico Medical aid
	Parco avventura Adventure park		Edificio storico Historical building		Ecomuseo Ecomuseum
	Pesca sportiva Sport fishing		Ponte antico Ancient bridge		Oasi Dynamo Oasi

