

## M. NONA M. 1297

<b>27 GIUGNO 2004</b>	<b>ALBERGO ALTO MATANNA M. 1033 - CALLARE DI MATANNA M. 1138 - CRESTA SUD M. NONA - M. NONA M. 1297 - CRESTA NORD M. NONA - SENT. 109 - FOCE DELLE PORCHETTE M. 980 - SENT. 8 - SENT. 6 M. 830 C. - FONTE MOSCOLO M. 795 C. - FOCE DEL PROCINTO M. 1000 C. - SENT. 5 - RIF. FORTE DEI MARMI M. 852 - SENT. 5 - CALLARE DI MATANNA M. 1138 - ALBERGO ALTO MATANNA M. 1033.</b>  <i>(LE QUOTE SONO PRESE DALLA CARTA TECNICA REGIONALE CARTACEA)</i>
-----------------------	--

*Il M. Nona è la cima apuana che presenta la parete più strapiombante: il suo versante Ovest, infatti, precipita con un solo balzo sui boschi dell'Alpe della Grotta. Il fianco orientale, invece, è dolce, con ampie radure in alto e copertura arborea in basso. Il panorama è molto interessante, con una singolare veduta sul torrione del M. Procinto.*

### Salita

L'itinerario ha inizio dall'ampio parcheggio antistante l'Albergo Alto Matanna (m. 1033). Nei pressi del lato Nord dell'edificio partono due sentieri (n° 109 e n° 5) che per i primi metri coincidono ma ben presto, poco oltre un cancello per gli animali, si dividono. Il sent. n° 109 corre quasi in piano verso la Foce delle Porchette, mentre il sent. n° 5 sale ripido e con qualche svolta al Callare di Matanna (m. 1138; traliccio) mantenendosi all'incirca nel fondo della valletta erbosa. Il valico è un ottimo punto panoramico: molto bella la vista sul vicino M. Procinto, che emerge dal bosco.

Dal Callare di Matanna occorre abbandonare il sent. n° 5 per salire in direzione Nord lungo l'ampia dorsale del M. Nona. Alcune tracce di sentiero seguono il crinale, a volte sul filo e a volte leggermente sul versante Est; il percorso è piacevole e facile, con al massimo qualche roccetta affiorante dall'erba.

Un tratto quasi in piano precede la croce di vetta (m. 1297): panorama circolare sull'Alta Versilia e sulle Apuane Meridionali; in lontananza, le cime dell'Appennino Settentrionale.

### Discesa

Si prosegue lungo la cresta Nord del monte giungendo in breve su una spalla (m. 1277): vista a volo d'uccello sul M. Procinto (m. 1173; fare attenzione al precipizio sottostante). Da qui ci si cala per prati e gruppi di alberi lungo qualche vaga traccia, mantenendosi leggermente a destra del crinale dato che il versante opposto (Nord-Ovest) presenta una parete di circa 300 metri (in caso di scarsa visibilità tenere presente di questo, prestando la dovuta attenzione).

Persi circa 150 metri di dislivello, la cresta presenta una lieve contropendenza che culmina con la quota 1132. In corrispondenza della sella (m. 1120 c.) tra la q. 1132 e il M. Nona conviene, allora, abbandonare lo spartiacque e scendere per un'ampia depressione su terreno erboso, puntando al bosco sottostante, al margine del quale si trova una traccia di sentiero che in breve conduce al sent. n° 109. Questo scende, dapprima ripidamente, poi più dolcemente, all'ampia Foce delle

Porchette (m. 980; marginetta). Convergono qui alcuni sentieri: n° 8 da Palagnana, il sent. per Le Scalette e la Fonte del Pallino, n° 109 per Foce Petroschiana, n° 8 per Cardoso.

Si prende quest'ultimo, che perde quota con molte svolte lungo il versante Nord-Ovest della Foce delle Porchette, sempre ampio e comodo eccetto che in un punto, dove nell'attraversare un marcato canale risulta un po' rovinato. A q. 830 c. ci si innesta in un sentiero ancora più ampio (sent. n° 6) che si segue, scendendo moderatamente, toccando la Fonte Moscoso (m. 795 c.; presa acquedotto; bivio con il sent. 8 che va a Cardoso).

Tra gli alberi si intravede l'inconfondibile sagoma tozza del M. Procinto, separato dal M. Nona dalla stretta Foce del Procinto. Circa 5 minuti dopo la Fonte Moscoso si lascia il sent. n° 6 per salire lungo qualche traccia (alberi radi, detriti) a vista verso la Foce del Procinto: in questa occasione sono state seguite le prime tracce trovate sulla sinistra, ma dovrebbero essercene delle altre, poco oltre, più marcate.

Se il tempo è buono, non ci sono problemi particolari. Si sale seguendo il percorso più agevole (tracce), fino a qualche decina di metri dalla parete del M. Nona. Si piega allora leggermente a destra (bosco rado di carpini) per portarsi nei pressi dell'impluvio che scende dalla Foce del Procinto. Si trova qui una traccia molto battuta che scende lungo la massima pendenza: dovrebbe essere ben visibile anche il suo imbocco dal sent. n° 6.

Continuando ripidamente si supera un albero schiantato e si entra nella caratteristica spaccatura, profonda una decina di metri, che divide il M. Nona dal M. Procinto. Salendo dentro la spaccatura si superano due passi di roccia, il primo facile, il secondo di I grado (appigli piccoli e scivolosi), quindi ci si trova sotto il ponticello di legno che valica la foce. Si sale allora sulla sinistra per qualche metro e si raggiunge il ponticello (m. 1000 circa).

*Sul versante Sud della Foce del Procinto, su terreno accidentato, corre una traccia non molto evidente che consente di raggiungere il sent. n° 5 in corrispondenza del termine della cengia percorsa e prima della serie di tornanti, a q. 925 circa.*

Un buon sentiero, tracciato alla base dell'imponente parete Ovest del M. Nona (il suo bordo sporge di qualche decina di metri rispetto al piede), conduce velocemente al sent. n° 5. Poco oltre, scendendo, il sentiero presenta un tratto attrezzato con un cavo metallico: ci si trova infatti su una cengia rocciosa, qui quasi sempre bagnata e dal fondo piuttosto scivoloso. Con la cautela del caso si supera questo punto ed al termine della cengia alcuni tornanti e un'ultima discesa conducono ad un'ampia mulattiera (m. 853; a destra, in breve, si va alla Fonte della Grotta). Procedendo verso sinistra e lasciato a sinistra il sent. n° 121, si raggiunge il Rif. Forte dei Marmi (m. 852).

Il ritorno al Callare di Matanna avviene per il sent. n° 5, ripercorrendolo a ritroso fino al bivio con il sentiero per la Foce del Procinto. Il tragitto prosegue poi sempre evidente e senza difficoltà sul fianco occidentale del M. Nona. Poco prima di giungere al Callare, si rasenta un caratteristico arco di roccia: la struttura rocciosa culmina nella piccola cima detta Pizzo San Pietro (m. 1109).

Dal valico si scende velocemente all'Albergo Alto Matanna, sempre lungo il sent. n° 5.

## AVVERTENZE &amp; DIFFICOLTÀ

- Ad eccezione del breve passaggio di I grado nella spaccatura sotto la Foce del Procinto, il percorso non presenta difficoltà. Prestare comunque particolare attenzione lungo il tratto attrezzato del sent. n° 5 (terreno molto spesso bagnato e scivoloso; esposto).
- E' preferibile affrontare questo itinerario con tempo asciutto e stabile, evitando le giornate estive o comunque calde: i mesi autunnali o primaverili sono ideali; in inverno, generalmente, i luoghi restano spogli di neve. Tuttavia non bisogna sottovalutare la presenza di ghiaccio nei luoghi più umidi e/o freddi (cresta N del M. Nona, spaccatura della Foce del Procinto, sent. n° 5 lungo il tratto attrezzato): in questo caso occorrono la giusta preparazione e l'attrezzatura adatta.

Albergo Alto Matanna – Callare di Matanna:	T
Callare di Matanna – M. Nona:	E; facile ed ampia cresta.
M. Nona – Foce delle Porchette:	E; nessuna difficoltà, ma attenzione (specie in caso di scarsa visibilità) al salto che si apre verso Nord-Ovest.
Foce delle Porchette – Bivio sent. 6:	E; un minimo di attenzione. nell'attraversamento di un marcato canale.
Bivio sent. 6 – Fonte Moscoso:	T; ampia e comoda mulattiera.
Fonte Moscoso – Foce del Procinto:	E con un passo di I nella spaccatura sotto la Foce del Procinto.
Foce del Procinto – Rif. Forte dei Marmi:	E; un tratto attrezzato con cavo metallico richiede un minimo di attenzione.
Rif. Forte dei Marmi – Callare di Matanna:	E; un tratto attrezzato con cavo metallico richiede un minimo di attenzione.
Callare di Matanna – Albergo Alto Matanna:	T

## TEMPI DI PERCORRENZA (i tempi non comprendono le soste):

Albergo Alto Matanna – Callare di Matanna:	0h 20'
Callare di Matanna – M. Nona:	0h 30'
M. Nona – Foce delle Porchette:	0h 45'
Foce delle Porchette – Bivio sent. 6:	0h 20'
Bivio sent. 6 – Fonte Moscoso:	0h 05'
Fonte Moscoso – Foce del Procinto:	0h 45'
Foce del Procinto – Rif. Forte dei Marmi:	0h 20'
Rif. Forte dei Marmi – Callare di Matanna:	1h 00'
Callare di Matanna – Albergo Alto Matanna:	0h 15'

DISLIVELLO IN SALITA:	m. 755
DISLIVELLO IN DISCESA:	m. 755
DISLIVELLO TOTALE:	m. 1510

\* \* \* \* \*