

M. PROCINTO M. 1173

27 GIUGNO 2004	ALBERGO ALTO MATANNA M. 1033 - CALLARE DI MATANNA M. 1138 - FOCE DEL PROCINTO M. 1000 C. - FERRATA DEL PROCINTO - M. PROCINTO M. 1173 - FERRATA DEL PROCINTO - FOCE DEL PROCINTO - RIF. FORTE DEI MARMI M. 852 - CALLARE DI MATANNA - ALBERGO ALTO MATANNA M. 1033. <i>(LE QUOTE SONO PRESE DALLA CARTA TECNICA REGIONALE CARTACEA)</i>
-----------------------	---

Il M. Procinto è forse la cima più caratteristica delle Apuane: la sua forma di tozzo torrione è inconfondibile. Lungo i suoi versanti sono state aperte numerose vie di roccia di difficoltà sostenuta. Per l'escursionista l'accesso più agevole è costituito dalla via ferrata, tracciata sul versante meridionale.

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.

Si scende sul versante opposto, rasentando ben presto un caratteristico arco di roccia: la struttura rocciosa culmina nella piccola cima detta Pizzo San Pietro (m. 1109). Continuando a scendere, si lascia il sent. n° 5 a q. 965 circa per seguire a destra un buon sentiero che corre alla base della strapiombante parete Ovest del M. Nona (il suo bordo sporge di qualche decina di metri rispetto al piede) fino alla pittoresca Foce del Procinto (m. 1000 circa). Un ponticello in legno valica la stretta e profonda spaccatura che divide il Procinto dal Nona.

Al di là del ponticello ci si trova sulla cosiddetta Cintura del Procinto, un'ampia cengia boscosa che cinge i fianchi della montagna mantenendosi più o meno alla stessa altezza. Tale cengia è percorsa da un buon sentiero ed è consigliabile effettuarne il periplo (necessari 20 minuti circa). Dalla Foce del Procinto, rimanendo a meridione, il sentiero conduce in breve all'inizio della Via Ferrata del M. Procinto.

L'attacco è costituito da una scaletta metallica, quindi segue un lungo tratto con numerosi gradini scavati nella roccia e due mancorrenti (1 cavo metallico e una catena). Il versante è piuttosto ripido e si avverte il senso di esposizione. Al termine di questo tratto, quando le rocce si fanno più erte, il percorso piega a sinistra e con altri gradini entra in un erto canale: la terra sovente ricopre la roccia rendendola scivolosa. Si supera un breve salto roccioso sulla destra, uscendo dal canale ed accedendo al cosiddetto Giardino del Procinto, il boschetto sommitale. Dopo essere passati accanto ad una grotta (l'Antro di Budden; al suo interno, incredibilmente, scorre un filo d'acqua) si tocca finalmente la cima del monte (m. 1173; piccola croce metallica).

Discesa

Dalla vetta si scende alla Foce del Procinto lungo la via ferrata; per andare al Rif. Forte dei Marmi è possibile, da qui, calarsi lungo il versante Sud della Foce, su terreno accidentato su 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.

Altrimenti si ripercorre il sentiero dell'andata, rasentando nuovamente la base della parete Ovest del M. Nona, innestandosi nel 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 il caratteristico arco di roccia culminante 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 & DIFFICOLTÀ

- ATTREZZATURA FERRATA: imbraco, casco, due moschettoni a ghiera a chiusura automatica, dissipatore, due cordini.
- E' preferibile affrontare questo itinerario con tempo asciutto e stabile (in caso di temporale il pericolo dei fulmini diviene gravissimo!), 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 (sent. n° 5 lungo il tratto attrezzato): in questo caso occorrono la giusta preparazione e l'attrezzatura adatta.
- Si raccomanda la massima attenzione a non smuovere sassi. Nel caso che accidentalmente ne cadano, è buona regola avvisare sempre!

Albergo Alto Matanna – Callare di Matanna:	E
Callare di Matanna – Foce del Procinto:	E
Foce del Procinto – M. Procinto:	EEA; via ferrata.
M. Procinto – Foce del Procinto:	EEA; via ferrata.
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:	E

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

Albergo Alto Matanna – Callare di Matanna:	0h 20'
Callare di Matanna – Foce del Procinto:	0h 45'
Foce del Procinto – M. Procinto:	1h 00'
M. Procinto – 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. 594
DISLIVELLO IN DISCESA:	m. 594
DISLIVELLO TOTALE:	m. 1188

* * * * *