

# Capraia trekking: si arricchisce la rete sentieristica del Parco Nazionale

Maurizio Burlando



Capraia non è famosa solo per le sue acque cristalline, ricche di biodiversità marina, o per le sue affascinanti coste frastagliate, modellate dagli straordinari episodi vulcanici che l'hanno forgiata nel corso di milioni di anni, o per i tramonti infuocati che infiammano l'orizzonte ad occidente, ma anche per una diffusa rete sentieristica che consente di apprezzare il suo tipico paesaggio mediterraneo e di raggiungere i luoghi più panoramici dell'isola. Tali sentieri, talora con sviluppo a picco sul mare, in altri casi con andamento più dolce ad accarezzare il crinale nord-sud o le pendici che degradano più dolcemente verso il porto ed il paese, risultano particolarmente attraenti per gli escursionisti in tutte le stagioni dell'anno, con punte di maggiore frequentazione nel periodo primaverile, caratterizzato dall'alternarsi delle differenti fioriture, e nel periodo autunnale, quando i frutti del mirto e del corbezzolo colorano gli arbusti della macchia capraiese.

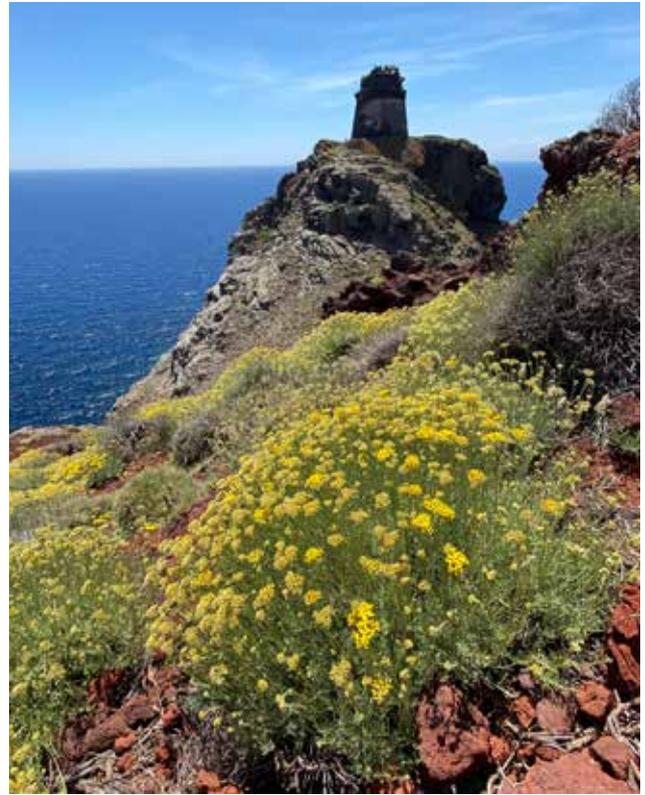
Questa formidabile rete di sentieri è andata via via sviluppandosi nei tre settori in cui si può suddividere l'isola. Nel settore meridionale si segnalano i

percorsi che tramite l'antica mulattiera portano al Monte Pontica, al Monte Arpagna, al Trattoio e alla Piana dello Zenobito e ancora alla Cala della Carbicina, alla Cala del Ceppo e al Piano. Nel settore centrale spicca il percorso di crinale in cui sono dislocati lo Stagnone (la preziosa zona umida, posta a quota 317 m., che riveste un particolare valore conservazionistico), il Monte delle Penne e gli stradelli che interessano la ex colonia penale agricola, sulle alture del porto. Nel settore settentrionale, infine, si diramano i sentieri che portano alla Mortola, al Dattero (suggestivo luogo in cui perdersi in un panorama mozzafiato), alla Torre delle Barbici o della Regina, al Monte Capo e a Porto Vecchio.

Questo "impianto a cielo aperto", una vera e propria infrastruttura turistica verde per l'isola di Capraia, è stato recentemente arricchito grazie all'impegno assunto dal Parco Nazionale sulla base di una stretta sinergia con l'Amministrazione Comunale ed in collaborazione con il noto esperto di sentieristica ed esplorazioni del territorio Tullio Bernabei. Nella primavera 2022 si sono infatti completati i lavori

di riapertura e di sistemazione di due antichi percorsi escursionistici.

Il primo costituisce il rinnovato anello del Monte Arpagna – che ha assunto la numerazione 413 – con una porzione che si sviluppa lungo il versante occidentale (affacciato sulla Corsica) e un'altra che invece segue il versante orientale nella testata del Vado della Carbicina. Il tratto orientale dell'anello (segnalato come 413E, consigliato percorrerlo in senso orario) si stacca dal sentiero 404 circa duecento metri prima dell'ex Rifugio Militare, attraversando la parte sommitale del citato Vado della Carbicina per poi risalire fino ad intercettare, alla quota 280 m. slm, il sentiero 403 nel tratto a circa metà strada tra il Monte Arpagna e la Piana dello Zenobito. Da questo bivio prosegue l'anello occidentale (segnalato come 413W) che prima transita a mezza costa nell'ambito del versante che si estende a monte di Punta della Cote e successivamente intercetta il sentiero che scende al Trattoio (segnalato come 411) a quota circa 300 m. slm, per poi chiudere l'anello risalendo il medesimo 411 fino al sentiero 404 (a quota 346 m. slm). Si tratta di due sentieri



(413E e 413W) consigliati ad escursionisti esperti, viste le caratteristiche del piano di calpestio e il dislivello da superare, che offrono diversi splendidi punti panoramici a spaziare sulle meravigliose pendici occidentali e orientali del Monte Arpagna. Tra i 45-55 minuti il tempo di percorrenza stimato per il tracciato occidentale dell'anello; 1h20' – 1h30' il tempo di percorrenza per il tracciato orientale. Entrambi sono da evitare con la pioggia e in condizioni di forte umidità. Un'altra bella novità per gli appassionati frequentatori di Capraia è anche il secondo tracciato recuperato che fa riferimento alla diretta che collega il Porto (presso la Chiesa dell'Assunta) con lo Stagnone. Il percorso – contraddistinto dalla numerazione 414 – si stacca dal sentiero 406A, nei pressi del Vado del Porto, per risalire il versante con un costante, ma non particolarmente faticoso, sviluppo in salita, con un dislivello di circa 300 m. Nessuna difficoltà particolare da superare, ma attenzione – come sempre consigliato – ad essere ben equipaggiati con scarpe da trekking, abbigliamento a strati, viveri ed acqua in abbondanza. Completano le novità sulla rete sentieristica i lavori realizzati tra la fine del 2021 e l'inizio del 2022 grazie al progetto Scuole Outdoor in Rete che hanno riqualificato e in buona parte riaperto due percorrenze nel settore settentrionale dell'isola: il sentiero contraddistinto dal segnavia 416, che dalla Diramazione "Ovile" porta alle grotte poste presso la sella tra il Monte Pozzalamone e il Monte Castelluccio (a quota circa 360 m slm), ed il sentiero 415 che a partire dalla Diramazione "La Mortola" transita presso le grotte precedentemente citate, tocca il Monte Castelluccio e il Monte Castello (scenografico osservatorio posto a 440 metri sul

livello del mare, ideale per ammirare Capraia con una visuale a 360 gradi) per poi raggiungere l'intersezione con il sentiero 402.

In questa zona il Parco Nazionale ha, infine, riaperto anche l'antica percorrenza del sentiero ora classificato come 415A che consente una breve e poco impegnativa digressione per raggiungere la cima del Monte Castello e chiudere un mini-anello alle pendici meridionali dello stesso rilievo. Tutta la rete sentieristica di Capraia – la cui segnaletica verticale e orizzontale è stata recentemente ripristinata e integrata – è percorribile in sicurezza, a portata di smartphone o tablet, con la possibilità visualizzare e scaricare gratuitamente la cartografia ufficiale del PNAT attraverso la app Avenza Maps, utilizzabile su dispositivi IOS e Android (info sulle modalità di accesso alla app Avenza Maps anche sul sito del Parco Nazionale Arcipelago Toscano [www.islepark.it](http://www.islepark.it)).

#### CAPRAIA TREKKING EXPANDS THE PARK'S HIKING NETWORK

Capraia is not only famous for its crystalline waters, rich in marine biodiversity or for its fascinating rugged coastline, shaped by the extraordinary volcanic episodes that have forged it over millions of years, or for the fiery sunsets that inflame the horizon to the west, but also for its widespread network of footpaths that give you the chance to appreciate its typical Mediterranean landscape and to reach the most panoramic parts of the island. The paths are hugely appealing in every season of the year with the most popular time

in spring with the variety of different blooms and in the autumn when the fruits of myrtle and the strawberry trees colour the shrubs of Capraia. The island can be divided into three sectors, each one having gradually developed a formidable network of trails. In the southern sector, there are the paths that lead along the ancient mule track to Monte Pontica, Monte Arpagna, the Trattoio and Piana dello Zenobito, then to Cala della Carbicina, Cala del Ceppo and Piano. In the central part, the pathway along the ridge stands out, where you find the Stagnone (the precious wetland, located at 317 metres with a particular conservation value), Monte delle Penne and the lanes that were part of the former agricultural penal colony, above the port. Lastly, in the northern sector, paths branch off leading to Mortola, Dattero (a charming spot with spectacular views), Torre delle Barbici or della Regina, Monte Capo and Porto Vecchio. This "open air system", a real green tourist infrastructure for the Island of Capraia, has recently been extended thanks

to the commitment made by the National Park in collaboration with the Municipal Administration and cooperation with the well-know local trails expert Tullio Bernabei. In spring 2022, they completed and reopened two old hiking footpaths. The entire network of trails on Capraia - the vertical and horizontal signposts have been restored and integrated - can now be accessed in safety on smartphone or tablet, with the option of viewing and downloading the official PNAT map free through the Avenza Maps app that can be used on IOS and Android devices (information on how to access the Avenza Maps app also on the website of the National Park of the Tuscan Archipelago [www.islepark.it](http://www.islepark.it)).

foto © Maurizio Burlando



foto © Maurizio Burlando

