



Un sentiero
del Parco
di Fanes-
Sennes-Braies.



Lungo le vie verdi

Le ferrovie
Italia, hanno
pendenze r
si riservati
perfette pe
nostro Paes
ferrovie, ro
corsi da tr
rono avvia
Adige e T
Modena-
no, in Sic



La ciclo-pedonale corso Salvo D'Acquisto, a Sanremo.

4/ Umbria

Tutti i colori nell'altopiano

Da una dismessa stazioncina ferroviaria diventata museo della memoria, a **Spoletto**, parte un nastro sterrato da percorrere a piedi o in mountain bike. Una greenway tra boschi, erica e argini fluviali, dove volavano le aquile, che scorre al cospetto di costoni di carpini e querce, caselli ferroviari destinati a diventare rifugi e presepi accucciati a mezza costa da cui si parte alla ricerca di tartufi. Nata dalla riconversione della ferrovia a binario stretto che dal 1926 fino al '68 ha raccordato Spoletto a Norcia per trasportare sciatori e legname, la via verde ripercorre per 50 chilometri l'antico selciato preromano diretto all'Appennino. Con uno scartamento di 95 cm e una pendenza massima del 4,6 per cento, caratteri tipici delle linee di montagna, la ferrovia aveva fama di pesare quanto la Torre Eiffel. All'epoca fu un capolavoro di ingegneria. Persi i ponti di ferro che attraversavano il fiume Corno, si sono salvati disegni e manufatti come i vecchi isolanti elettrici di ceramica, a forma di campana, prodotti dalla Richard Ginori. I trekker sappiano che non tutti i 50 chilometri sono attualmente percorribili in modo continuativo a causa dei cedimenti causati dal terremoto del 2016.

Risulta aperto il tratto iniziale tra Spoletto fino al **valico di Forca di Cerro**: 8 buoni chilometri con poco più di 300 metri di dislivello che conducono fino all'imbocco della galleria di valico di Caprareccia, la più lunga della greenway, inagibile perché priva di illuminazione. Si può anche camminare lungo il fiume Sordo, per 25 chilometri, **da Serravalle di Norcia fino a Norcia**, il borgo dalle mura a cuore dove i monaci di San Benedetto, i sandali ai piedi anche d'inverno, tengono vive la Regola e la produzione di una buona birra artigianale. Al di là di Norcia, per i camminatori più arditissimi, si apre il **Parco Nazionale dei Monti Sibillini**. Da fine maggio, diradate le nebbie che sospendono "in aria" il paese di **Castelluccio**, il **Pian Grande**, **Pian Piccolo** e **Pian Perduto** si tingono del blu del fiordaliso, del giallo dei fiori di lenticchia, del bianco delle margherite di campo, del rosso dei papaveri e del verde dell'erba selvatica. Una vista che, come la ferrovia, non si può dimenticare.

umbriatourism.it/it_IT/-/la-vecchia-ferrovia-spoletto-norcia

La pista ciclabile Menfi-Porto Palo (Agrigento), in Sicilia.



5/ Sicilia

Un gioiello lungo 17 c

Nella terra che ceppiva "cosmicamente" a scartamento ridotto (1067 mm) per 123 chilometri, vennero scoperti zolfo e agrumi. La ferrovia fu chiusa nel 1985 e dopo 17,6 chilometri, su un totale di 17,6 chilometri, si è riaperta. Utilizzata a partire dal 2016, la **Linea di Menfi (Agrigento)**, è un **servizio Naturale delle Ferrovie dello Stato** disseminata di stazioni.

Da Porto Palo di Menfi, per sfiorare l'abitato di Porto Palo, negli ultimi due chilometri sono stati recuperati i valloncini e corsi d'acqua caselli ferroviari. Nella spiaggia di **Eraclea Mare Salsa**. Se vi allungate, culla di marmellate di caprini, la composta di ricotta fresca. A Sanremo, cinquecentesca dell'epoca, per la manutenzione della Segreta della tenuta di Sanremo che qui, tra clematidi, si

welcometome.it

contavano oltre tremila pas-
donale **San Lorenzo al Mare**,
re, prolungata fino a **Sanre-**
ri. Con una corsia riservata
alcuni dei caselli ferroviari
Ponente è uno degli esempi
y, creata in seguito alla di-
vona-Ventimiglia che cor-
paura per chi esce, non in-
nway del Ponente Ligure il
nica "fatica" è quella di re-
focaccia bianca provenien-
insieme a quello del mare.
colare nella sua prima par-
scogliera nel tratto tra la
mare, tra abbondanti ciuffi
poi a livello delle spiag-
atto inaugurato da Eddy
'imbocca la vecchia gal-
7 chilometri, illuminata
a. Ci sono biciclette rosa
le scritte che rievocano i
ano-Sanremo, una delle
a quest'anno all'8 agosto.



Vallo di Nera, lungo la ciclabile della Valnerina, in Umbria.

Sporty style

Zainetto, borraccia, occhiali anti pioggia. Per godere



Giacca K-WAY.

Sneaker SAUCONY