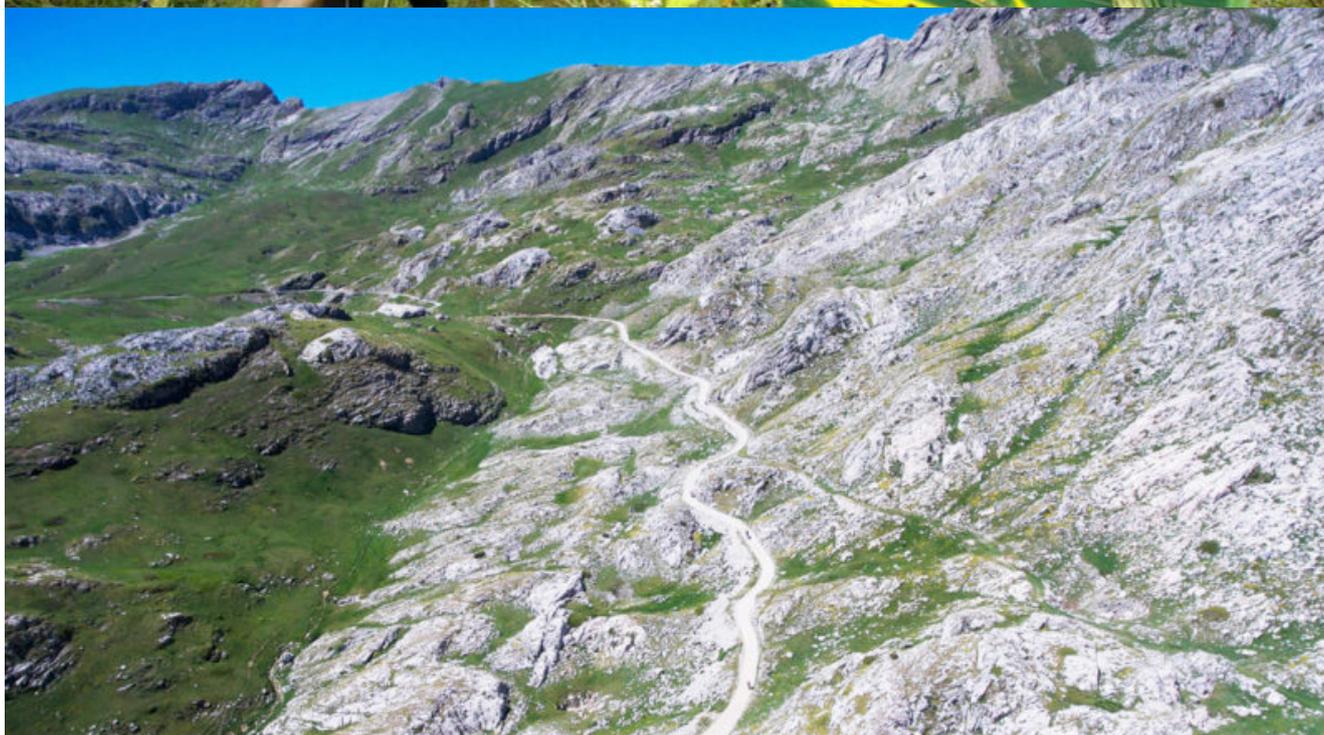


Libri in cammino. Tre letture per viaggiare

Un libro è già un viaggio. Tuttavia ci sono libri scritti da chi quel viaggio, quell'esperienza, l'ha già fatta e diventano spunto per il lettore, che potrà seguire le tracce dell'autore e vivere e condividere la medesima esperienza. Ecco allora alcune proposte, che hanno come tema i "cammini", quei viaggi da fare a piedi per assaporare, passo dopo passo, i luoghi, i profumi, i sapori e la storia del viaggio.

Lungo la "Via del sale"

Tra le novità in libreria troviamo **"La Via del Sale. Su e giù dall'Appennino da Varzi a Recco** (Morellini Editore, 160 pag – € 15,90) di **Gianni Amerio**, medico oculista e già autore de *L'Età dell'Acquario – In cammino per Santiago*, e del racconto di viaggio *Nell'oscuolo del fotone*.



Il volume si presenta come una guida turistico-escursionistica

lungo la **Via del Sale**, un **percorso di 73 km**, percorribile in tre giorni, che dalla Pianura Padana arriva fino al mare attraversando le province di **Pavia, Alessandria, Piacenza e Genova**, con un dislivello totale di 3000 metri. Si tratta di una via "storica", sulle orme degli antichi commercianti di sale, che collegava le saline delle località in riviera con l'entroterra. È percorribile da tutti e consente di attraversare territori non ancora investiti dal turismo di massa, praticando invece un turismo consapevole e low cost, cogliendo gli aspetti storici, naturalistici, culturali e gastronomici.



L'itinerario parte dal borgo medievale di **Varzi**, raggiunge poi **Capanne di Cosola**, l'affascinante **Torriglia**, ricca di storia e di leggendo, per poi attraversare il **Parco Naturale Regionale del Monte Antola** e approdare sulla spiaggia di **Recco**. Dopo una prima parte dedicata alla storia e al territorio, alla flora e alla fauna, ma anche alle informazioni utili per intraprendere il cammino, dall'attrezzatura alla segnaletica, al periodo migliore, la guida si suddivide in tre capitoli, ognuno corrispondente a una tappa del viaggio.



La prima tappa, di 20,5 km, va **da Varzi a Capanne di Cosola** e tocca una varietà di ambienti naturali. Dal borgo d Varzi, di origine medievale, si attraversa la spettacolare faggeta sopra Castellaro e si raggiunge il Monte Chiappo, il punto più alto della Via del Sale e punto di incontri di tre regioni, Lombardia, Emilia Romagna e Piemonte.



La seconda tappa, di 24 km, collega invece **Capanne di Cosola a Torriglia** e si svolge quasi tutta sulla cresta, tra saliscendi, natura incontaminata e testimonianze storiche. Parte del percorso si svolge nel Parco Naturale dell'Antola, dal nome del monte su cui passa la Via del Sale.



L'ultima tappa, di 28,3 km, eventualmente da dividere in due parti, va da **Torriglia a Recco** tra una ricca vegetazione e splendidi scorci. Una volta usciti dal bosco della Val Fontabuona si scorge il mare. Il panorama cambia poi in macchia mediterranea e accompagna il viaggiatore fino alla discesa che porta a **Recco**.



Corredata da **mappe in apertura di ogni tappa**, la guida raccoglie inoltre gli indirizzi dei luoghi **dove dormire, mangiare e assaggiare le specialità tipiche**: il **salame di Varzi**, i canestrelli di Torriglia, la **focaccia col formaggio di Recco**, la “panissa” nelle sue diverse versioni, i ravioli o i pansoti.



Qui il **booktrailer** e la **pagina Facebook** della guida.

...scopri gli altri libri nella 2° pagina...

Lungo “La via Francigena svizzera”

Il secondo libro che vi consigliamo è **“La Via Francigena Svizzera. Dalla Francia all’Italia in undici tappe** (Morellini Editore, 132 pag- € 15,90) scritto dalla giornalista, scrittrice e blogger milanese **Monica Nanetti**. Appassionata di “itinerari lenti”, dopo aver compiuto per la prima volta a 56 anni un percorso in bicicletta lungo la Francigena, da Aosta a Roma, ha descritto l’esperienza nel libro *“Se ce l’ho fatta io”* (Ultra Sport Edizioni) e nel manuale *Francigena for Dummies* (Hoepli).

Monica Nanetti

LA VIA FRANCIGENA SVIZZERA

Dalla Francia all'Italia
in undici tappe

Nel volume, Nanetti descrive il tratto elvetico della **via Francigena**, uno dei tratti dell'antico percorso di circa 2000 km che i pellegrini compivano partendo dalla Cattedrale di Canterbury, in Inghilterra, alla Basilica di San Pietro, a Roma.



Il tratto svizzero è lungo poco più di 200 km. Scende fino al lago **Lemano**, lo si costeggia per poi percorrere la **Valle del Rodano** e da qui affrontare l'impegnativa salita del tratto più

elevato del percorso, quello che porta al **Passo del Gran San Bernardo**, a 2473 metri di quota. Una volta entrati in Italia, poi, una discesa di altri mille km attraversa la Val d'Aosta, il Piemonte, l'Emilia, la Toscana e da qui a Roma, al cospetto del celebre colonnato del Bernini.



La parte centrale della via Francigena svizzera descritta nella guida, invece, si snoda tra **Pontanalier** in Francia, e il **Gran San Bernardo**, attraverso i cantoni del **Vaud e del Vallese** per 220 km di saliscendi tra boschi, cittadini, laghi e fiumi. Dopo una prima parte introduttiva sulla via Francigena, corredata da informazioni pratiche generali, l'autrice conduce il lettore attraverso undici tappe, che variano **da 11 a 27 km giornalieri**, fornendo i dettagli dei diversi sentieri, le mappe, gli indirizzi utili, le indicazioni e i consigli per organizzare al meglio il viaggio.



Tra le mete più belle di questo straordinario percorso, ci sono la **casa museo di Charlie Chaplin a Corsier-sur-Vevey**, la **Fondation Pierre Gianadda** a Martigny con il **Parco delle Sculture** dove ammirare opere di Rodin, Chagall, Calder, Brancusi, Mirò, e, sempre in questa cittadina e **Barryland**, un curioso museo dedicato ai cani San Bernardo e a Barry, una celebrità canina del XIX secolo.



L'itinerario è adatto a camminatori di tutte le età. Qui

trovate il **booktrailer**

Venti cammini in venti regioni d'Italia

La terza proposta di lettura è "**Cammina Italia. Venti viaggi a piedi per tutti nelle regioni italiane**", scritto dalle guide esperte dell'associazione Compagnia dei Cammini e curato da Luca Gianotti (Ediciclo Editore, pag 144, € 14) con prefazione dello scrittore Luigi Nacci.



La guida propone venti itinerari a piedi, percorribili da tutti, in altrettante regioni italiane, dalla **Via degli Dei** al **Cammino dei Sibillini**, dalla **Via Francigena** al **Cammino dei Briganti**, dal **Cammino del Materano** alla traversata del **Finalese** per diffondere la cultura del viaggio a piedi e promuovere le bellezze italiane meno conosciute.



Ogni cammino, **percorribile da 4 a 7 giorni**, viene descritto attraverso il dettaglio del percorso giorno per giorno, una mappa e info pratiche sulle strutture consigliate per il pernottamento, per il ristoro, oltre a tracce gps gratuite, mappe e cartine.



“Durante il lockdown abbiamo capito quanta voglia c’era di tornare a camminare in natura, all’aria aperta, di respirare, sentire l’aria che entra nei polmoni senza restrizioni o

filtri e sentirci in armonia con l'universo", ha spiegato **Luca Gianotti**. "Per questo abbiamo approfittato di quel momento buio per mettere nero su bianco la nostra esperienza nella speranza di condividerla presto con tutti quelli che sognavano di rimettersi in cammino. Il risultato è stato un libro collettivo, un libro di squadra, una bella esperienza in cui mettere insieme i tasselli di tutti e veder sbocciare in tipografia queste 144 pagine colorate".

