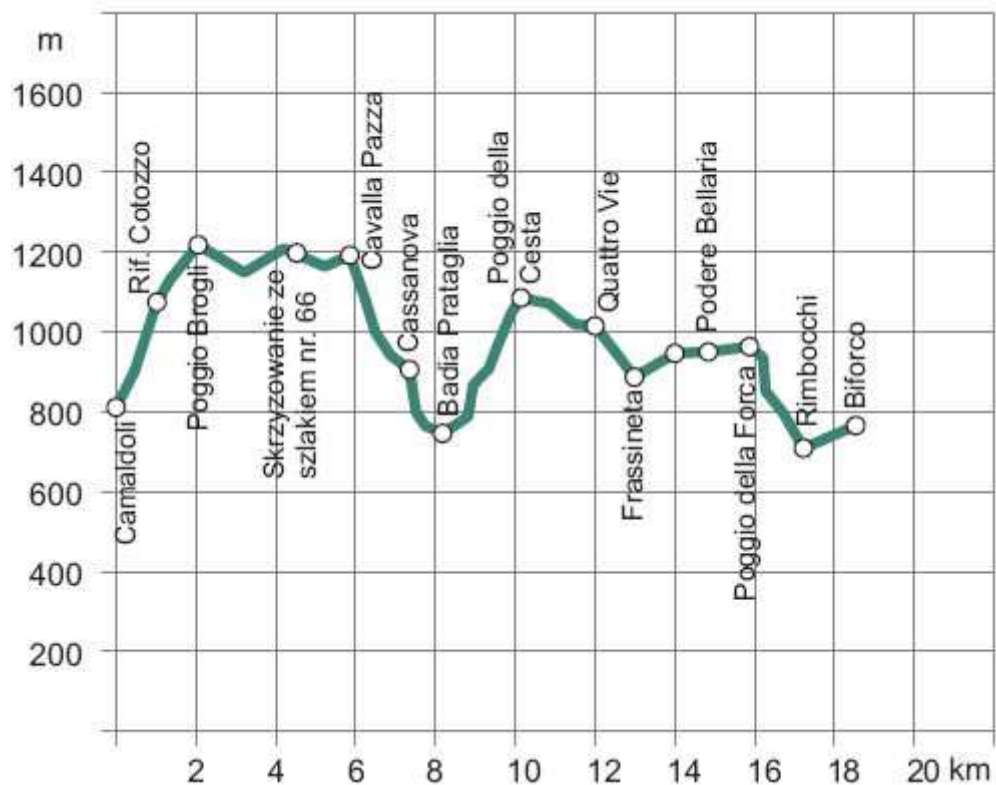
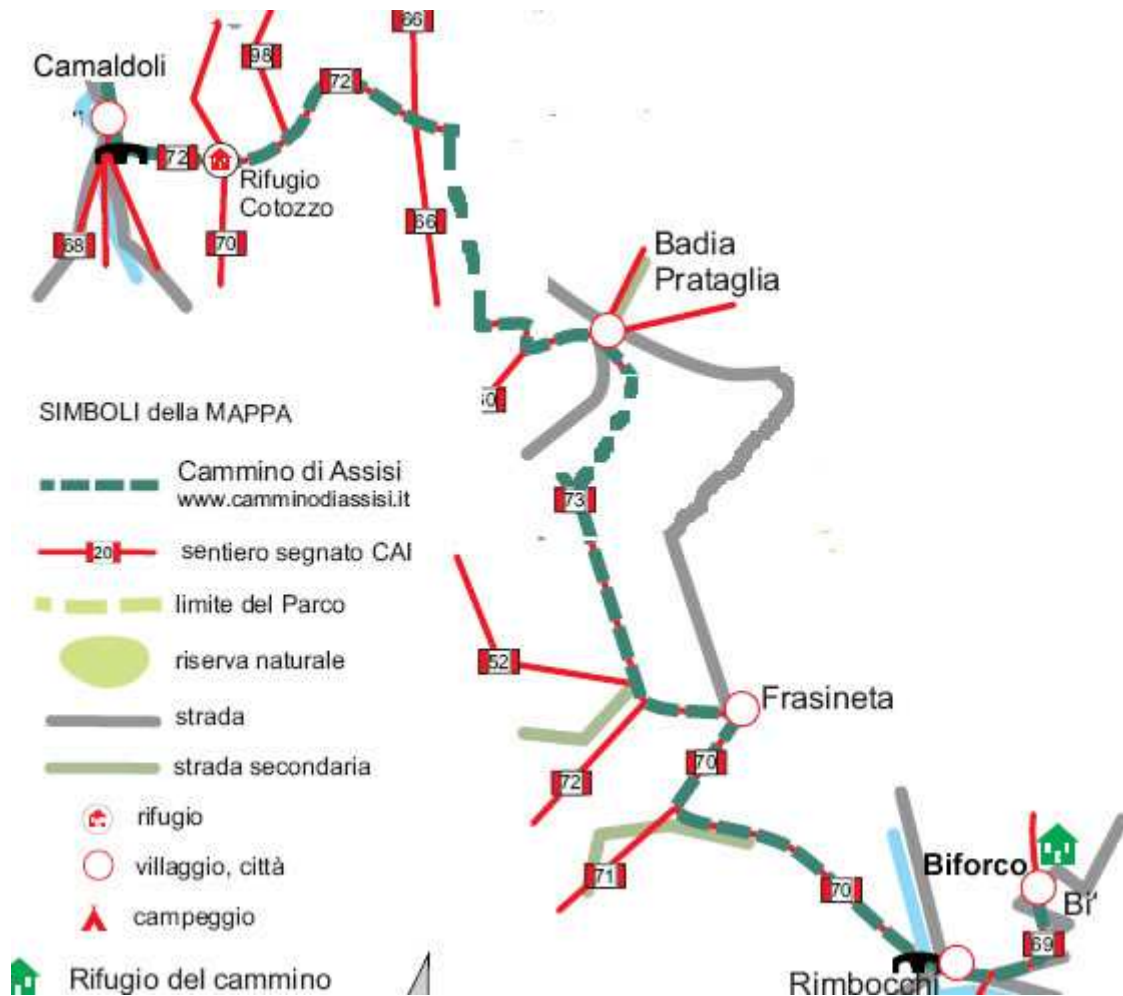


## 5° Camaldoli - Badia Prataglia - Biforco





De Camaldoli il y a deux possibilités pour arriver à Badia Prataglia,

La première est de rejoindre l'ermitage par le sentier 74 en parcourant les crêtes en traversant d'abord Gioghetto (1129 m) on monte ensuite à Prato della Penna, Passo dei Fangacci (1234), on descend à Cappanno (1000 m) et en un peu plus d'un Km on arrive à Badia. (3 heures environ). En cas de pluie on peut prendre la route en terre qui longe le sentier (c'est un plus long).

La seconde est de prendre le sentier CAI 72 commençant au dessus du monastère. Après avoir traverser le pont sur le *Camaldoli*, à proximité des services hygiéniques signalés comme "bagni" ; il y a un panneau indiquant "Refuge Cotozzo" ; prendre le sentier en montée et

après environ 55 minutes on rejoint le refuge Cotozzo, petite construction avec une cheminée à l'intérieur. On trouve quelques panneaux indiquant plusieurs directions. On continue vers Badia Prataglia ; et après 20 minutes (1h20 maintenant depuis le départ) on arrive à Pose Brogli où il y a quelques panneaux d'indication. On poursuit toujours vers Badia en prenant une partie en faux plat avec de courtes montées et descentes. Immédiatement après Poggio Brogli on arrive à une bifurcation où on prend à droite (les signaux blanc rouges sont bien en évidence). Après 1h35 du départ, on rencontre un petit ruisseau d'eau là où il y a un poteau indicateur "bandida di caccia e pesca" (interdiction de chasser ou de pêcher); il faut traverser le ruisseau en repérant la marque blanche et rouge placée au-delà du fossé, sur le tronc d'un arbre à droite et ensuite chercher avec patience les signes suivants (le sentier n'est pas bien visible). On prend ici un sentier, caché dans les fougères mais qu'on doit finir par repérer ; et après environ 2 heures du départ on croise un autre sentier (CAI 66) avec des panneaux. Tourner à gauche, on se trouve immédiatement en face d'une bifurcation : prendre le sentier de droite (l'autre amène au paso dei Fragacci) et à 50 mètres on aperçoit d'autres panneaux ; prendre à droite pour Badia Prataglia ; après quelques minutes le sentier disparaît de nouveau dans les hautes fougères ; chercher avec patience les signaux blancs et rouges, trois d'entre eux sont situés au sommet de piquets hauts d'environ un mètre et demi mais ne sont pas bien visibles lorsque les fougères sont très hautes. A 3 heures environ du départ on rencontre deux panneaux avec les directions de Camaldoli et Fangacci (manque celle pour Badia). Tourner à droite et après environ un quart d'heure on arrive à la localité de Casanova (grand édifice maintenant inhabité) ; on peut poursuivre sur la route en terre battue ou, mieux, immédiatement après l'édifice, tourner à gauche pour un ancien sentier muletier en raide descente qui rejoint à nouveau à la route en terre et ensuite la provinciale qui nous mène à Badia Prataglia en environ 3h30 de Camaldoli.

### **BADIA PRATAGLIA- FRASSINETA**

De l'église de Badia on prend la via Eden, asphaltée en descente ; on retrouve les signaux blancs rouges du CAI (sentier 073) ; après quelques centaines de mètres tourner à gauche pour une route également asphaltée signalée "La Casa - il Romito" ; on franchit au fond de la vallée le torrent Archiano en suivant toujours la signalétique blanche et rouge et on commence l'ascension. A environ 25 minutes du départ on atteint l'unique point douteux du parcours (tout le reste est bien signalé) : on rencontre dans un angle une indication indiquant un changement de parcours vers la gauche ; on ne doit ni continuer tout droit ni prendre un large sentier sur la gauche. Faire très attention : prendre le sentier 073 (pas bien localisable au début) encore plus à gauche et dont on voit, en levant son regard, la signalisation blanc/rouge sur le haut d'un tronc d'arbre. Après 1 heure de marche on rencontre une zone d'éboulis (fransa), en continue tout droit, en suivant les signaux. A 1h55 maintenant du départ on entre sur une route forestière (présence de deux grilles en fer) et après 15 minutes on arrive à un croisement de sentiers ("Quattro Vie") avec plusieurs indications. Prendre la direction de

Frassineta et on rejoint en un peu plus de deux heures Badia.

Le parcours est en grande partie à l'ombre, mais sans une source. A Frassineta il y a une fontaine avec de l'eau potable que l'on trouve en descendant une étroite ruelle asphaltée au milieu de quelques maisons.

### **FRASSINETA – BIFORCO**

De Frassineta on prend une ruelle en terre en direction du sud (au début panneau indiquant Rimocchi 070) ; après 20 minutes on arrive à une grille métallique fermée que l'on passe. Après 6 à 7 autres minutes une autre grille que l'on doit ouvrir et soigneusement refermer. Immédiatement après, on tourne à gauche (indication Rimocchi) en laissant à droite le sentier 071. 35 minutes environ après notre départ on atteint le sommet de cette partie (893 m). A 50 minutes du départ une autre grille à ouvrir et enfermer ; tourner à gauche. A 1h25 minutes du départ on rencontre un croisement de plusieurs routes forestières : on suit les signaux blanc rouges, bien visibles. A maintenant 1h40 du départ, au niveau d'un virage à gauche de la route forestière (indication Rimocchi : 0.15) on abandonne la route en poursuivant droit sur un sentier ; 5 minutes plus tard, nous n'avons plus de marques blanc/rouge du CAI, mais nous ne sommes pas en difficulté puisque la localité de **Rimocchi** est visible en bas et tous les sentiers ou ruelles y amènent. On la rejoint après 1h55 de marche depuis le départ. On continue en traversant Rimocchi et en 15 minutes on rejoint le refuge.

Temps de parcours 7 - 8 heures