

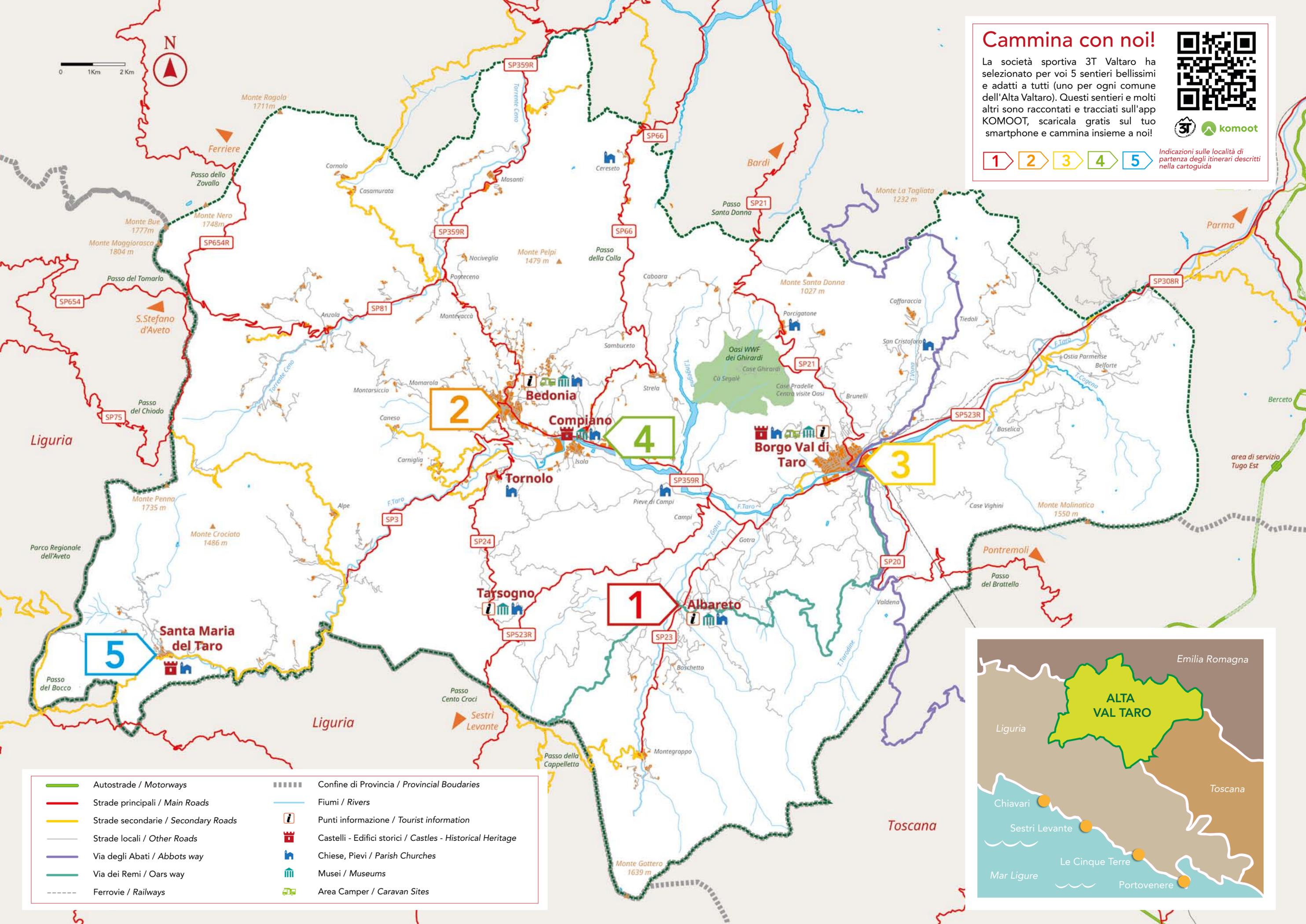
# Cammina con noi!

La società sportiva 3T Valtaro ha selezionato per voi 5 sentieri bellissimi e adatti a tutti (uno per ogni comune dell'Alta Valtaro). Questi sentieri e molti altri sono raccontati e tracciati sull'app KOMOOT, scaricala gratis sul tuo smartphone e cammina insieme a noi!



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Indicazioni sulle località di partenza degli itinerari descritti nella cartoguida



	Autostrade / Motorways		Confine di Provincia / Provincial Boundaries
	Strade principali / Main Roads		Fiumi / Rivers
	Strade secondarie / Secondary Roads		Punti informazione / Tourist information
	Strade locali / Other Roads		Castelli - Edifici storici / Castles - Historical Heritage
	Via degli Abati / Abbots way		Chiese, Pieve / Parish Churches
	Via dei Remi / Oars way		Musei / Museums
	Ferrovie / Railways		Area Camper / Caravan Sites





# SENTIERI in ALTA VALTARO

## 1 Albareto



Bellissimo giro adatto a tutti, grandi e piccini. Dal paese di Albareto si sale verso case Mirani passando dal piccolo borgo di Cadonica; si prosegue poi per case Sartori, l'antico Borgo Casale, i bellissimi e caratteristici boschi della vurpera, il mondo di Lidia di case Ghiri, passando poi per l'antica abitazione dell'esploratore Vittorio Bottego in località Costello. Infine si potrà rientrare al paese di Albareto dall'antica strada di Case Gazzo. Il sentiero è facile e adatto a tutti, bisogna prestare attenzione, dopo la località Casale, a fare il guado nel "Ri" che durante le piene può mangiare il piccolo tratto di sentiero; tuttavia, seguendo la traccia non avrete problemi di orientamento. Sono presenti diversi punti acqua durante il percorso. È un sentiero adatto ad ogni periodo dell'anno, ma il consiglio è quello di percorrerlo con pantaloni lunghi e scarpe da trekking.

**Adatto a:** Escursionismo, MTB e Gravel (da portare a mano nel tratto di guado del Ri'), Bambini (vanno aiutati nel piccolo guado del Ri'), Cavallo (solo evitando il guado)

**Punto di partenza:** Albareto

**Lunghezza / Dislivello:** 5,6 Km / 190 m

**Difficoltà / Anello:** E / SÌ

**Quota min / max:** 520 m / 700 m.s.l.m.

## 2 Bedonia



Giro a dir poco stupendo, adatto a tutti, famiglie in primis! Dal paese di Bedonia si sale leggermente e, dopo poche centinaia di metri, si è subito immersi nella pace e tranquillità di un'area naturale boscata che vi terrà compagnia per quasi tutto il giro. Questo facile anello vi porterà a toccare e visitare, nella prima parte, le località Forana, oasi immersa nel verde e gli antichi borghi di case Serra e Costa; da qui, attraversando la provinciale, ci si dirige lungo la ciclabile verso il caseificio Porcari e Tambini, ottimo punto di sosta e ristoro, per poi proseguire lungo una strada asfaltata ma poco trafficata per le "casette in Canada". Arrivati alle casette, si percorrerà la strada sterrata a DX che lambisce tutte le piccole strutture ricettive e che vi porterà fino alla costa di Borio. Seguendo sempre il sentiero CAI, si prosegue fino ad arrivare alla costa Belvedere di Urissu dove, mantenendo la DX, si comincerà la discesa per il ritorno al paese di Bedonia. **L'anello risulta segnato CAI con indicazioni ai bivvi principali e qualche ormaio vecchio e sbiadito segno lungo il percorso.**

**Adatto a:** Escursionismo, Cavallo, MTB, Gravel, Bambini (solo se allenati a camminare)

**Punto di partenza:** Bedonia

**Lunghezza / Dislivello:** 8,2 Km / 160 m

**Difficoltà / Anello:** T / SÌ

**Quota min / max:** 470 m / 570 m.s.l.m.

## 3 Borgotaro



Un classico domenicale pensato per le famiglie! Dal paese di Borgo Val di Taro si seguono le indicazioni per la pista ciclabile e da qui la si percorre fino all'attraversamento del torrente Vona per poi girare a SX verso l'antica e storica cappella della Madonna di Caravaggio; seguendo poi la strada asfaltata, si percorre la val Vona salendo verso la località San Martino: la strada sale, ma a parte un piccolo tratto con pendenze fastidiose, risulterà una piacevole camminata. Dopo una visita alla chiesa e aver riempito le borracce alla fontana adiacente, si prende il sentiero a DX che vi porterà al crinale di Macinarsi; arrivati sul crinale, si scende a SX verso l'omonima località seguendo le tracce della QUT e

godendosi una magnifica vista sulle località Brunelli e tutta l'Alta Valtaro: rimarrete a bocca aperta! Raggiunta la strada sterrata, scendendo verso il paese di Borgo Val di Taro, si gira a SX per prendere il nuovo sentiero Alpini recuperato pochi anni fa.

Il rientro in paese dalla località Cavanna vi regalerà scorci unici sul paese Valtarese. **L'anello risulta segnato CAI con indicazioni ai bivvi principali e segni lungo il percorso. Sono presenti anche cartelli gialli con scritta QUT in rosso.**

**Adatto a:** Escursionismo, Cavallo, MTB, Gravel (solo esperti), Bambini (solo se allenati a camminare in montagna)

**Punto di partenza:** Borgo Val di Taro

**Lunghezza / Dislivello:** 8,8 Km / 400 m

**Difficoltà / Anello:** E / SÌ

**Quota min / max:** 370 m / 740 m.s.l.m.

## 4 Compiano



Un piacevole giro nei boschi sovrastanti la piana di Isola, di fronte all'antico Borgo medievale di Compiano. La partenza e l'arrivo nel Borgo sono sicuramente un punto di forza di questo percorso. Dalle antiche mura si scende e si prende la strada asfaltata che porta verso Tornolo per poi girare a SX in direzione di Case Ciabattini e della costa di Marzuola; arrivati sulla strada asfaltata che porta alla località Ravezza di Tornolo la si percorre per circa 1 km in direzione della stessa, per poi svoltare a DX verso la località Premassato. L'ultimo tratto di sentiero è molto caratteristico e particolare dal punto di vista naturalistico.

Arrivati sulla strada asfaltata all'altezza del cimitero, la si percorre verso località Isola; attraversando l'antico borgo, passato il ponticello pedonale, ci si inerpica nuovamente lungo i vecchi sentieri che portano al borgo e castello di Compiano. **Il percorso è tutto su strade bianche e asfaltate, ben intuibile ma non segnato; occorre seguire o orientarsi ai bivvi con la traccia GPS. In caso di forti piogge si sconsiglia l'uso della gravel per i tratti fuori strada molto terrosi.**

**Adatto a:** Escursionismo, Cavallo, MTB, Gravel, Bambini (solo se allenati a camminare in montagna)

**Punto di partenza:** Compiano

**Lunghezza / Dislivello:** 8,2 Km / 240 m

**Difficoltà / Anello:** E / SÌ

**Quota min / max:** 460 m / 670 m.s.l.m.

## 5 Santa Maria del Taro (Tornolo)



Giro meraviglioso e facile da fare anche con bambini. Si parte e si arriva dal paese di Santa Maria del Taro, il primo tratto è su strada asfaltata in direzione della località Grondana, si cammina lungo il torrente Taro prima e il Rio Incisa dopo. Caratteristica la vecchia Centrale elettrica. Ad un certo punto, poco dopo il bivio per Pianazzo si gira a sx e si prende una vecchia strada che in poco tempo porta alla più antica miniera, quella di San Giovanni con vicino una cascata meravigliosa che la sorreggia. Questo primo tratto è percorribile anche in MTB. Tornando appena indietro verso la miniera Santa Barbara ci si inerpica lungo uno stretto sentiero che ci porta in quota: da qui in poi le cascate saranno le protagoniste del giro che vi porterà a toccare le località Campoggi e Casoni per poi rientrare al punto di partenza. Lungo il percorso ci sono punti acqua solo nelle località toccate, da evitare nei periodi freddi per la possibile presenza di ghiaccio e nei periodi troppo caldi.

Bisogna prestare attenzione anche ai ponticelli esistenti nella parte finale dell'itinerario e alla vegetazione che nel periodo estivo può nascondere la parte centrale del percorso. Un consiglio: utilizzare pantaloni lunghi e scarpe da trekking anche nei mesi caldi.

**Adatto a:** Escursionismo, Cavallo, MTB (nel tratto centrale dopo la miniera solo per biker esperti), Bambini (solo se allenati a camminare in montagna)

**Punto di partenza:** Santa Maria del Taro

**Lunghezza / Dislivello:** 9,7 Km / 320 m

**Difficoltà / Anello:** E / SÌ

**Quota min / max:** 720 m / 1030 m.s.l.m.

## Storia

Al confine fra Liguria e Toscana, l'Alta Valtaro è un triangolo di territorio emiliano, a sud della Provincia di Parma. L'Appennino domina il panorama, e al centro il lungo fiume Taro che solca la via. Spuntano qua e là villaggi grandi e piccolissimi, oltre ai principali centri come le cittadine di Borgo Val di Taro e Bedonia. È stata sempre la sua posizione strategica a favorire l'attenzione su questa terra sin dai tempi più antichi: qui si insediaron in epoca preromana i Liguri e poi i Galli, i Romani e i Longobardi, mentre nel Medioevo il territorio divenne lo Stato Landi, di cui i castelli di Bardi e Compiano ne attestano ancora oggi il potere.

In epoca moderna, qui si organizzò un movimento di resistenza. Per la sua partecipazione alla Guerra di liberazione, Borgo Val di Taro è stata insignita della Medaglia d'oro al valor militare, mentre Albareto e Bedonia con quella d'argento.

Terra di emigrazione, l'Alta Valtaro ha ancora grandi comunità all'estero (Londra e New York in particolare) ancora molto legate al territorio.



Un tratto del fiume Taro

## Natura:

La grande presenza di ambienti naturali fa di questo territorio una meta prediletta per gli amanti delle vacanze all'aria aperta. Vaste reti sentieristiche percorrono tutti i cinque Comuni fra monti, riserve naturali e panorami indimenticabili. La Riserva Naturale dei Ghirardi, Oasi WWF, è un'area parte

## Arte e cultura:

dei Parchi del Ducato di Parma che si estende fra i comuni di Borgotaro e Albareto, con un centro visite che organizza numerose attività. Moltissime sono anche le escursioni guidate organizzate dal gruppo GAE da seguire sul sito [www.trekkingtaroceno.it](http://www.trekkingtaroceno.it).

## Art and culture:

Fra i borghi storici di sicuro merita una visita quello di Compiano, borgo medievale ancora cinto da mura, dominato dal grande castello che fu dominio dei Landi, e più recentemente della Marchesa Raimondi Gambarotta ([www.castellodcompiano.com](http://www.castellodcompiano.com)). Sia Bedonia che Borgotaro conservano colorati centri storici con chiese e monumenti importanti, fra cui l'imponente polo museale del Seminario Vescovile di Bedonia (planetario, quadreria, biblioteca antica, museo archeologico e di storia naturale). A Tarsogno il piccolo museo dell'Emigrante, con video, foto e cimeli dell'epoca dell'emigrazione valtarese nel mondo.



Il fungo porcino di Borgotaro IGP

## Gastronomia:

Funghi, ma non solo. La gastronomia tipica Valtarese è soprattutto nota per i piatti autunnali, su tutti quelli con il Fungo di Borgotaro IGP, ma comprende una cucina tradizionale che pur restando emiliana accoglie influenze dai vicini confini. In primavera, il fungo prugnolo è prezioso protagonista, mentre fra i piatti onnipresenti ci sono le torte salate (d'erbe, o di patate). Qui si produce il Parmigiano Reggiano di montagna (nei due caseifici di Albareto e Bedonia) e la carne è quella bio del consorzio omonimo ([www.biocarnev-altaro.it](http://www.biocarnev-altaro.it))

una visita in Alta Valtaro non può non comprendere un assaggio degli Amori, dolci tipici di Borgotaro, o la torta d'erbe, la baciocca (a base di patate), l'arrostito morto o i crocetti a Bedonia. L'autunno è di sicuro il periodo più importante per la gastronomia locale, con i doni del bosco: funghi, tartufi e castagne.

## History:

At the border between Liguria and Tuscany, the Alta Valtaro is a triangle of the Emilia territory, in the south of the Province of Parma. The Apennines dominate the landscape and in the center the river Taro that runs through the street. Large and small villages sprout here and there, as well as the main towns such as the towns of Borgo Val di Taro and Bedonia. It has always been its strategic position to favor the attention on this earth since the most ancient times: here the Ligurians settled in pre-Roman times and then the Gauls, the Romans and the Longobards, while in the Middle Ages the territory became the Landi's State, of which the castles of Bardi and Compiano still attest to its power today.

In modern times, a resistance movement was organized here that saw the partisans, Germans and republics of Salò engaged in attack and raid actions that bloodied the Valley. For its participation in the War of Liberation, Borgo Val di Taro has been awarded the Gold Medal for military valor, Albareto and Bedonia with that of silver.

Land of emigration, Valtaro still has large communities abroad (London and New York in particular) very tied to the territory.



Palazzi storici nel centro di Borgo Val di Taro

## Nature:

The great presence of natural environments makes this territory a favorite destination for lovers of outdoor holidays. Vast networks of paths cross all five municipalities among mountains, nature reserves and unforgettable landscapes. The Ghirardi Nature Reserve, WWF Oasis, is part of the Parks of the Duchy of Parma that extends between the towns of Borgotaro and Albareto, with a visitor center that organizes many activities. There are also many guided tours organized by the GAE group ([www.trekkingtaroceno.it](http://www.trekkingtaroceno.it))

## Art and culture:

Among the historic villages certainly worth a visit is that of Compiano, a medieval village still surrounded by walls, dominated by the great castle that was the domain of the Landi family and more recently the Marchesa Raimondi Gambarotta ([www.castellodcompiano.com](http://www.castellodcompiano.com)). Bedonia and Borgotaro preserve colorful historical centers with important churches and monuments, including the imposing museum complex of the Seminary of Bedonia (planetarium, gallery, ancient library, archaeological and natural history museum). Tarsogno has the small museum of the Emigrant, with videos, photos and relics from the time of Valtarese emigration in the world.

## Gastronomy:

Mushrooms, but not only. The typical Valtarese gastronomy is above all known for its autumnal dishes, in particular all those with the Borgotaro Mushroom IGP, but it includes a rich traditional cuisine which, while remaining Emilian, welcomes influences from the nearby borders. In spring, the blackthorn mushroom is a precious protagonist, while among the omnipresent dishes there are the pies (of herbs or potatoes). Here Parmigiano Reggiano is produced in the mountains (in the two cheese factories of Borgotaro and Bedonia), and the meat is the organic ([www.biocarnev-altaro.it](http://www.biocarnev-altaro.it)). A visit to Alta Valtaro can not fail to include a taste of the Amori, typical sweets of Borgotaro, or the herbal cake, the baciocca (made with potatoes), the "dead roast" or the "crosses" of Bedonia. Autumn is certainly the most important period for local gastronomy, with the gifts of the forest: mushrooms, truffles and chestnuts.

## PER ANTICHE VIE

L'Alta Valtaro è da sempre uno snodo viario importante fra nord e sud, ed anche per questo è punto di passaggio per molte vie antiche di commercio e pellegrinaggio.

A Borgotaro, infatti, passa la Via degli Abati, o Via Francigena di montagna, un cammino che fin dall'epoca longobarda metteva in comunicazione la città di Bobbio (PC) con Pavia, capitale del Regno longobardo e Pontremoli, passando per Bardi e Borgo Val di Taro verso Lucca e Roma.

La Via Marchesana, che prende il nome dalla famiglia dei Marchesi di Malaspina, si estende dal paesaggio suggestivo del lungo Po alle profondità delle Valli dell'Appennino piacentino-parmense, e tocca i comuni di Tornolo, Compiano e Bedonia.

Legata al commercio è invece la Via dei Remi, che da Borgotaro arriva a Levanto, passando per il Parco Nazionale delle Cinque Terre. Interamente percorribile anche la Via del Pane e dell'olio, che dal 1300 collegava l'Emilia con Genova favorendo l'interscambio di olio e grano.



## Come arrivare:

Linea Parma - La Spezia, stazione ferroviaria di Borgo Val di Taro ([www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com))

A15 Parma - La Spezia uscita BORGOTARO

## Informazioni utili:

**TAXI**  
Stazione taxi Borgo val di Taro - Tel. 052599313

**BUS**  
Tep Parma, via Taro 12 Parma - Tel. 840222222  
[tep@tep.pr.it](mailto:tep@tep.pr.it) - [www.tep.pr.it](http://www.tep.pr.it)

**GUIDE AMBIENTALI ESCURSIONISTICHE**  
Associazione guide ambientali escursionistiche Valtaro e Valceno Via Monte Penna 18, Bedonia - Tel. 3334555208  
[www.trekkingtaroceno.it](http://www.trekkingtaroceno.it)

**PISCINE CENTRO RICREATIVO SANTA BARBARA**  
Piscina, campo da calcetto e tennis, beach volley.  
Via De Gasperi 2, Borgo val di Taro - Tel. 052599161

**CENTRO ATLANTIDE**  
Piscina, campo da calcio e tennis, beach volley e palestra.  
Largo Colombo 5, Bedonia - Tel. 3337333019  
[www.centroatlantide.com](http://www.centroatlantide.com)

**RISERVA NATURALE DEI GHIRARDI**  
Il Centro Visite di Pradelle di Porcigatone è aperto ogni domenica dalle 14 al tramonto in orario solare e dalle 10:00 alle 18:30 in orario legale.  
Informazioni: Tel. 349 7736093 - [www.parchidelducato.it](http://www.parchidelducato.it)

**CASTELLO DI COMPIANO**  
Visite guidate, info e orari su [www.castellodcompiano.com](http://www.castellodcompiano.com)  
Tel. 0525 825541

**MUSEO DELL'EMIGRANTE DI TARSOGLIO**  
Il Museo è aperto da luglio a settembre con il seguente orario:  
- Luglio e Settembre, solamente il venerdì, sabato e domenica dalle ore 16.00 alle 19.00.  
- Agosto, tutti i pomeriggi dalle ore 16.00 alle 19.00.  
Per informazioni: [www.prolocotarsogno.it](http://www.prolocotarsogno.it)

**MUSEI DEL SEMINARIO VESCOVILE DI BEDONIA**  
Per informazioni: [www.seminariobedonia.it](http://www.seminariobedonia.it)  
Tel. 0525 824420 - 0525 82462

[www.turismovaltaro.it](http://www.turismovaltaro.it)



CARTOGUIDA TURISTICA

ALTA VALTARO



## INFORMAZIONI TURISTICHE

**UFFICIO TURISTICO COMPRESORIALE ALTA VAL TARO**

Via Garibaldi, 15 - 43041 Bedonia  
tel: 0525 824765  
E-mail: [ufficioturistico@comune.bedonia.pr.it](mailto:ufficioturistico@comune.bedonia.pr.it)

### TORNOLO (TARSOGLIO)

Via Noberini, 1 - 43050 Loc. Tarsogno  
Tel/Fax: 0525 89272 E-mail: [prolocotarsogno@tiscali.it](mailto:prolocotarsogno@tiscali.it)

### BORGOTARO

Piazza Manara, 7 - 43043 Borgotaro  
Tel/Fax: 0525 96796  
E-mail: [uit@comune.borgo-val-di-taro.pr.it](mailto:uit@comune.borgo-val-di-taro.pr.it)  
[www.sostalborgo.it](http://www.sostalborgo.it)

### ALBARETO

Via della Repubblica 16 - 43051 Albareto  
Tel: 0525 999231  
E-mail: [ufficio.turismo@comune.albareto.pr.it](mailto:ufficio.turismo@comune.albareto.pr.it)



[f](https://www.facebook.com/turismovaltaro) [i](https://www.instagram.com/turismovaltaro) [t](https://www.tiktok.com/@turismovaltaro) #turismovaltaro

[www.turismovaltaro.it](http://www.turismovaltaro.it)

