

MONTE PRANA

dall'Alto Matanna

Alto Matanna (1030 m s.l.m.) - Foce del Termine o del Crocione (978 m s.l.m.) - Monte Prana (1221 m s.l.m.)

Partenza: Alto Matanna (1030 m s.l.m.)

Arrivo: Monte Prana (1221 m s.l.m.)

Dislivello: 200 m

Tempo di percorrenza: 2h circa

Difficoltà: E

Sequenza sentieri: CAI 101 – sentiero con segni blu

Punti di appoggio: Albergo Alto Matanna

Interessi prevalenti: Paesaggistici

Periodo consigliato: primavera – estate – autunno

L'escursione ha inizio nel prato dell'albergo Alto Matanna (1030 m s.l.m.). Quest'ultimo si raggiunge con l'auto seguendo le indicazioni per Diecimo, Pescaglia, San Rocco in Turrite, Pascoso, Foce di Bucino.

Giunti nel grande piazzale si imbecca a sinistra il [sentiero CAI 101](#) che conduce, passando per la Foce del Pallone (1090 m), alla Foce del Termine o del Crocione (974 m).

Qui ha inizio la facile ascesa al monte Prana che in circa 40 minuti ci consente di arrivare in vetta regalandoci un magnifico panorama.

Dalla Foce del Termine, attraverso un facile sentiero, si possono raggiungere anche i caratteristici terrazzamenti di Campo all'Orzo, situati proprio sotto il Monte Prana.

VARIANTE:

Il Monte Prana si può raggiungere anche da Stazzema percorrendo il [sentiero CAI 5](#) fino al Callare del Matanna (2 h e 15') e in seguito imboccare i [sentieri CAI 3 e 101](#).

Montagna sicura:

·Si raccomanda di informarsi sempre sulle condizioni meteorologiche e di tenere presente che in montagna avvengono improvvisi cambiamenti climatici.

·In caso di necessità chiamare il numero unico per le emergenze 112 specificando che si tratta di un soccorso in montagna.

·Si consiglia un abbigliamento adeguato e scarponcini comodi.

·L'Associazione Pro Loco Seravezza ricorda che la valutazione della difficoltà e dei tempi di percorrenza indicati sono soggettivi e declina ogni responsabilità per eventuali inesattezze riguardo a quanto riportato. In particolare non garantisce la manutenzione dei sentieri, che esula dalle competenze dell'Associazione.