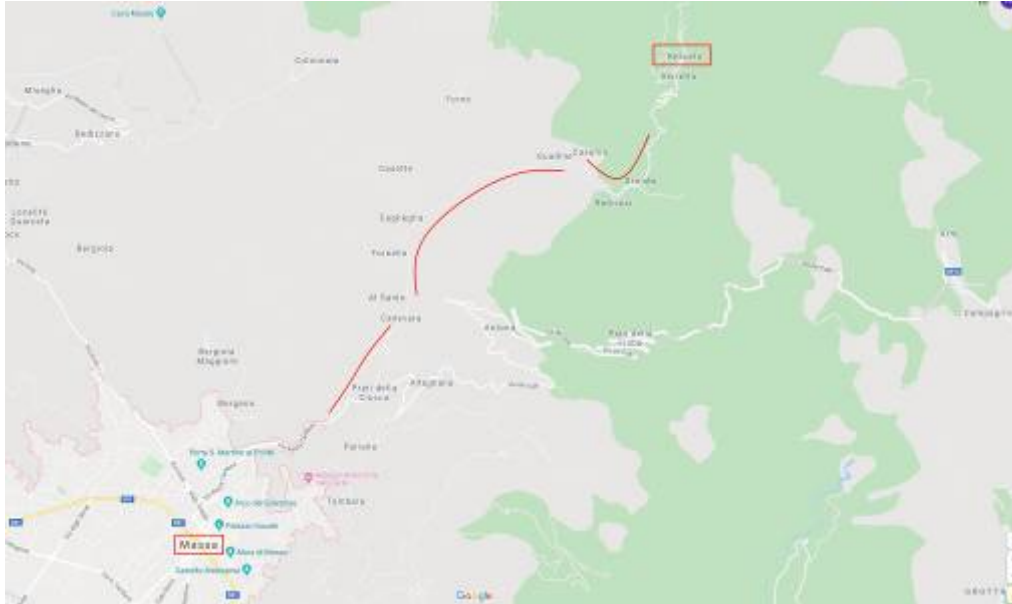


Remonter le cours du ruisseau "Frigido"

Une très jolie petite ballade de peu de kilomètres (moins de 20 km au départ de Marina di Massa) qui peut se faire en vélo également.

Le ruisseau Frigido présente une particularité étonnante : les habitants du coin ont "construit" une foultitude de "petites piscines" en réalisant des barrages à l'aide de pierres et de toiles ; comme son nom l'indique, le Frigido est particulièrement "frais" au niveau température (euphémisme...) et on a là un excellent moyen de supporter les étés caniculaires. La remontée de son cours peut se terminer dans le petit village de Resceto (pour trouver sur Maps = <https://bit.ly/2NfqVba>)



Le village de Resceto est aussi le départ d'une magnifique randonnée

Un itinéraire sur les Alpes Apuanes partant près du village de Resceto, commence sur le chemin du XVIII^e siècle de la Via Vandelli, une ancienne route commerciale et militaire pour relier Modène et Massa.

Cet itinéraire atteint le Refuge Nello Conti (1442m) en passant par la Fenêtre de Vendelli (1404m). Un parcours "émotionnel" pour les paysages grandioses que l'on peut admirer. Les indications du chemin sont excellentes.

Voici un lien vers un site "spécialisé" qui donne toutes les informations utiles pour se lancer dans cette magnifique randonnée (compter cinq heures) :

<https://www.alltrails.com/fr/randonnee/italy/tuscany/resceto-rifugio-nello-conti>