



**Parcours R23a**  
**Camaiore Monte Poraglio**  
**76 km 6 cols et 2000m de dénivelée**



Départ Montemagno

P1: Via de Leccio **43.910847°N 10.338553°E**

P2: Piazza dei Martiri di Poppieti **43.910083°N 10.339293°E**

Carte: 4Land 25k #200 Alpi Apuane

Prov	Alt	Lieu	Rte	Vers	Dist	Dist Tot	Ref. Catalogue	Remarques
LU	216	<b>Montemagno</b>	SP1	↑	0	0		
LU	181	Via del Norcini		↖	2.076	2.076		R23_1
LU	246			↑	1.142	3.218		R23_2
LU	308			↗	0.753	3.971		R23_3
LU	388	Puosi		↖	1.282	5.253		R23_4
LU	478	Gombitelli		←	1.605	6.858		
LU	560	Carr. Via Gombitelli/ Pizzi		↑	1.647	8.505		R23_5
LU	564	<b>Passo del Lucese</b>		↑	1.915	10.42	IT-LU-0556	
LU	368	Pielucese		↗	2.39	12.81		
LU	281	Trebbio	SP60	←	2.75	15.56		R23_6 /Dir Pescaglia
LU	497	Pescaglia	SP60		3.51	19.07		
LU	750	<b>Foce di Sella</b>	SP60	←	4	23.07	IT-LU-0740	
LU	605	Aiola /Dir Pascoso	SC		1.94	25.01		R23_7
LU	747	Pascoco / Dir Matana	SC	↗	1.46	26.47		
LU	826	<b>Foce di Bucine</b>	SC	←	1.306	27.776	IT-LU-0835	
LU	895	<b>La Focetta</b>	SC	A/R	1.244	29.02	IT-LU-0903	
LU	826	Foce di Bucine	SC	↖	1.25	30.27		vers Bucine
LU	556	Molinetto	SC	↗	3.285	33.555		R23_8
LU	463	Granaglia	SC	→	1.02	34.575		R23_9
LU	606	Focchia	SC	→	1.982	36.557		
LU	606	Aiola /Dir Pescaglia	SC	←	3.183	39.74		R23_7
LU	750	Foce di Sella	SC	↑	1.97	41.71		
LU	686	Vers Rianchiani-Ritrogoli	SC	→	4.15	45.86		R23_10
LU	873	<b>La Foce</b>	SC	A/R	-0.715	45.145	IT-LU-0885	
LU	684	Vers Pescaglia	SC	→	2.385	47.53		R23_10
LU	280	Trebbio	SP60	→	6.967	54.497		
LU	399	Fiano	SC	→	3.615	58.112		R23_11
LU	501	<b>Foce di Fiano</b>	SC	A/R	1.295	59.407	IT-LU-0492a	
LU	394	Fiano			1.598	61.005		R23_11
LU	92	Vers Cimetière	SC	→	6.495	67.5		R23_12
LU	82	San Martino in Freddana	SP1	→	0.334	67.834		R23_13
LU	216	<b>Montemagno</b>	SP1		7.903	75.737		

