



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Sesto Fiorentino

PROGRAMMA
2024

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Sesto Fiorentino

c/o "Casa Guidi", Via G. Veronelli 1/3
50019 SESTO FIORENTINO (FI)
Tel. e Fax 055440339 (in orario di apertura)
info@caisesto.it

ORARIO DI APERTURA

Lunedì ore 21.15 - 22.30
Mercoledì ore 18.30 - 19.30 (solo da gennaio ad aprile)
Venerdì ore 21.15 - 22.30



www.caisesto.it



www.instagram.com/caisestoflorentino



facebook.com/caisestoflorentino

IBAN CAI Sesto: IT51Z0867338100000000400576

Per i bonifici relativi alle gite, si chiede di specificare nella causale il luogo e la data dell'escursione.

Per il pagamento del bollino 2024 con bonifico, scrivere per avere informazioni sulle modalità a: info@caisesto.it

In copertina: Monte Bianco - Gran Capucin (foto di Niccolò Raffaelli).



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Sesto Fiorentino

PROGRAMMA 2024

ALPINISMO/ARRAMPICATA

gennaio-giugno: Corso Alpinismo Avanzato A2

settembre-ottobre: Corso Ferrate MF1

dicembre 2024-gennaio 2025: Corso

Arrampicata Libera Base AL1

CICLOESCURSIONISMO

3 marzo: Tombolo di Cecina, Bolgheri

23 marzo: Lunigiana

14 aprile: Scoprimorello

5 maggio: Anello Di-Vino

18-19 maggio: Il Cammino D'Etruria

15 giugno: La Garfagnana

7 luglio: Il Crinale del Prato Magno

7 settembre: L'Alpe di Monghidoro

21 settembre: Monti Falco e Falterona

12 ottobre: Monte Gazzaro

19 ottobre: La Svizzera (Pesciatina)

10 novembre: Brunello di Montalcino Tour

23 novembre: Massa Marittima

ESCURSIONISMO

18 febbraio: Tre Cale a Calafuria

23-25 febbraio: Il Camino (da Lucca a Livorno) di San Jacopo in Toscana

3 marzo: I "Sassi" tra Romagna e Toscana

10 marzo: Il Deserto di Accona

23-24 marzo: Promontorio di Punta Mesco

7 aprile: Anello di Badia a Passignano

14 aprile: Anello di Moscheta

21 aprile: La Torre di Monzone

25-28 aprile: La Costa dei Trabocchi

5 maggio: La Pania di Corfino

12-18 maggio: Etna

18 maggio: Monte Pigiione

19 maggio: Giornata delle Apuane

26 maggio: Monte Prato Fiorito

26 maggio: Giornata dei Sentieri

9 giugno: Il Crinale delle Tre Potenze

22 giugno: Monte Freddone

23 giugno: Sentiero Italia

30 giugno: La Galleria del Duca

4-7 luglio: Sibillini e Marmore

13-14 luglio: L'alba sulle Apuane

1-4 agosto: Marmarole Runde

1-6 settembre: "Il Sentiero Roma"

8 settembre: Crinale del Pratomagno

27-29 settembre: Pianosa

29 settembre: Sulle orme di Fosco Maraini

11-13 ottobre: Il Cammino di Don Milani

25-27 ottobre: Monte Amiata

16-17 novembre: la Sballottata

ESCURSIONISMO ATTREZZATO

12 maggio: L'Altissimo

1-2 giugno: Parco delle Fucine

21 settembre: Monte Alto e Succiso

ESCURSIONISMO SU NEVE E GHIACCIO

10-11 luglio: Monte Cevedale

PROGETTO OLTRE L'OSTACOLO

7 aprile: Il Parco delle Cascine di Tavola

5 maggio: la Via della Lana e della Seta

9 giugno: L'Abetone

13 ottobre: Il Chianti

PULIZIA SENTIERI MONTE MORELLO

10 febbraio

16 marzo

6 aprile

26 maggio: Giornata dei sentieri

30 novembre

SCI

27-30 gennaio: San Cassiano (Alta Badia)

8-10 marzo: Rifugio Graffer (Brenta)

TREKKING URBANO

17 marzo: Pisa

13 ottobre: Anello delle Cascine

REGOLAMENTO GITE

Premessa

La Sezione di Sesto Fiorentino, in conformità con gli scopi istituzionali dettati dall'art.3 dello Statuto sezionale, provvede ad organizzare gite sociali di alpinismo, escursionismo e sci, affidando tale compito alle varie Commissioni che operano all'interno della Sezione.

Art. 1 – Partecipazione e quote

- a. La partecipazione è aperta a tutti.
- b. Per i non Soci e i Soci non in regola con il tesseramento per l'anno in corso la partecipazione è subordinata alla sottoscrizione della copertura assicurativa per infortuni e responsabilità civile attivata dalla Direzione Gita e compresa nella quota di partecipazione richiesta; per gite effettuate nelle regioni per cui è richiesta la copertura assicurativa relativa al Soccorso Alpino verrà addebitata al partecipante una maggiorazione della quota.
- c. I minorenni potranno partecipare solo se accompagnati da un genitore o da persona responsabile autorizzata.
- d. Per le gite giornaliere i Soci non devono alcuna quota di partecipazione. Per le gite di più giorni le quote di partecipazione saranno definite gita per gita.

Art. 2 – Iscrizioni

- a. Iniziano con la presentazione ufficiale del programma annuale e rimangono aperte fino a completamento dei posti disponibili o comunque non oltre il giovedì precedente la gita; salvo diverse disposizioni contenute nel programma della singola gita.
- b. Per le gite di più giorni si ritengono valide solo se accompagnate dal versamento di un anticipo pari alla metà della quota stabilita. Il saldo finale dovrà essere corrisposto entro i termini stabiliti dalla direzione gita.
- c. Le quote di partecipazione potranno in qualunque momento essere modificate in conseguenza delle variazioni delle tariffe dei vettori.
- d. Le quote versate saranno rimborsate solo nel caso di annullamento della gita.
- e. Le gite programmate che prevedono l'utilizzo di pullman a noleggio saranno effettuate solo al raggiungimento di un congruo numero di partecipanti, salvo specifica autorizzazione da parte del Consiglio Direttivo; in alternativa tali gite potranno essere effettuate utilizzando i mezzi propri.
- f. La cancellazione della prenotazione oltre la data di scadenza del saldo comporta comunque il pagamento dell'intera quota.
- g. I non soci, all'atto dell'iscrizione, dovranno fornire i dati anagrafici onde permettere di attivare la copertura assicurativa obbligatoria.
- h. Nelle gite in cui fosse necessario stabilire al momento dell'iscrizione una precedenza ai Soci nell'assegnazione dei posti, sarà inserita nel relativo programma specifica annotazione.

Art. 3 – Direzione gita

La direzione gita è un organo collegiale e:

- a. cura l'organizzazione e l'esecuzione dell'uscita nel rispetto assoluto e costante delle norme di sicurezza;
- b. può modificare il programma, l'orario e l'itinerario per sopravvenute necessità;
- c. ha facoltà di escludere (anche in fase preparatoria) i partecipanti che, per palese incapacità e/o impreparazione o per inadeguato equipaggiamento, non siano ritenuti idonei ad affrontare le difficoltà del percorso.

d. In accordo con il Consiglio Direttivo può decidere, per ragioni di sicurezza o di organizzazione, di spostare o annullare le uscite in programma.

Art. 4 – Obblighi dei partecipanti. Indicazioni per una condotta corretta del partecipante

Ogni partecipante deve:

- a. avere una preparazione fisica ed un equipaggiamento (abbigliamento e attrezzatura) adeguati alle esigenze di ogni singola uscita;
- b. osservare un contegno disciplinato nei confronti dei Direttori Gita e degli altri partecipanti;
- c. attenersi esclusivamente alle disposizioni impartite dai Direttori Gita;
- d. seguire gli itinerari prestabiliti non allontanandosi dal Gruppo, salvo autorizzazione dei Direttori di Gita: chiunque si allontanerà senza autorizzazione sarà considerato non più facente parte del Gruppo;
- e. non precedere mai, durante il cammino o la progressione, il Direttore di Gita o chi dallo stesso autorizzato a guidare il gruppo, né stare dietro a chi eventualmente è incaricato di chiudere lo stesso;
- f. collaborare con i Direttori di Gita ed adeguarsi alle loro decisioni, soprattutto a fronte di insorte difficoltà;
- g. mettere la propria esperienza e le proprie risorse a disposizione di quanti possano eventualmente incontrare problemi nel corso di un'escursione.
- h. fornire informazioni corrette e veritiere circa le precedenti attività in montagna, le proprie capacità e conoscenze tecniche in quanto le precedenti esperienze sono determinanti per accettare la sua partecipazione ad una gita;
- i. con l'iscrizione alla gita dichiara di aver preso visione delle caratteristiche dell'iniziativa, dei requisiti richiesti e di essere consapevole ed informato del fatto che l'attività in montagna presenta dei rischi, e che deve possedere una preparazione fisica e tecnica adeguata al tipo di gita, sia pure in regime di accompagnamento;
- j. contribuire alla buona realizzazione dell'escursione con un comportamento attento e prudente, adeguandosi alle indicazioni di chi lo guida e, in caso di disubbidienza, si assume in proprio le relative conseguenze e l'accompagnatore risulterà sollevato da responsabilità;
- k. partecipare agli incontri preparatori organizzati dalla Direzione Gita nel caso di escursioni tecnicamente complesse.

Art. 5 – Orari e partenze

- a. Le gite si effettuano, di regola, con qualsiasi condizione meteorologica, salvo diversa disposizione comunicata ai partecipanti.
- b. Luogo e orario di partenza sono indicati nel programma.
- c. Il ritrovo avviene 15' prima dell'orario stabilito per la partenza; è indispensabile la massima puntualità: i ritardatari non avranno diritto ad alcun rimborso.
- d. Sarà cura della Direzione Gita avvertire tempestivamente gli iscritti in caso di variazione di orario o luogo di partenza.

Art. 6 – Accettazione del regolamento

L'iscrizione e la partecipazione alle gite comporta la conoscenza e l'accettazione incondizionata di tutti gli articoli del presente Regolamento e di tutto quanto verrà specificamente disposto e reso noto nel programma di ogni singola iniziativa.

ALLEGATO 1 AL REGOLAMENTO GITE - Classificazione delle difficoltà

Le difficoltà vengono valutate considerando l'ambiente in buone condizioni e con tempo favorevole. Per definire chiaramente il limite tra difficoltà escursionistiche e alpinistiche, e per differenziare l'impegno richiesto dai vari itinerari, si utilizzano le sigle e i gradi delle scale CAI.

Difficoltà escursionistiche

T = Turistico – Itinerari con percorsi non lunghi, che si svolgono di solito a quote medio basse su stradine, mulattiere o sentieri comodi che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Richiedono comunque una certa conoscenza dell'ambiente montano e un minimo di allenamento alla camminata.

E = Escursionistico – Itinerari di solito segnalati, lungo sentieri o tracce evidenti in terreno vario che possono superare pendii anche ripidi. I tratti esposti sono in genere protetti o assicurati (barriere, cavi) e i singoli passaggi o i tratti brevi su roccia non sono faticosi né impegnativi grazie ad attrezzature (scalette, pioli, cavi) che però non necessitano di equipaggiamento specifico (imbracatura, moschettoni, ecc.). Richiedono comunque un certo senso di orientamento e conoscenza del terreno montagnoso, allenamento alla camminata, calzature ed equipaggiamento adeguati.

EE = per Escursionisti Esperti – Itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi su terreni particolari come: sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, o misti di rocce ed erba, o di roccia e detriti); terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc.); tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate fra quelle di minore impegno) esclusi i percorsi su ghiacciai (il loro attraversamento richiederebbe l'uso della corda e della piccozza e la conoscenza delle relative manovre di assicurazione). Necessitano: esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguate. Per i percorsi attrezzati è inoltre necessario conoscere l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (moschettoni, dissipatore, imbracatura, cordini).

EEA = per Escursionisti Esperti, con Attrezzature – La sigla viene usata per indicare percorsi attrezzati o vie ferrate che richiedono, da parte dell'escursionista, l'uso del casco e dei dispositivi di autoassicurazione.

EAI = Escursioni in ambiente innevato.

Difficoltà cicloescursionistiche

TC = Turistico – Percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile.

MC = per Cicloescursionisti di media capacità tecnica – Percorso su strade con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto o scorrevole.

BC = per Cicloescursionisti di buone capacità tecniche – Percorso su strade molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso, ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale come gradini di roccia e radici.

OC = per Cicloescursionisti di ottime capacità tecniche – Come sopra ma su sentieri dal fondo sconnesso molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.

Alle sigle può essere aggiunto il segno + se sono presenti tratti significativi con pendenze sostenute.

Difficoltà alpinistiche

La graduatoria delle difficoltà d'insieme della via, secondo la scala francese, è:

F: facile - **PD:** poco difficile - **AD:** abbastanza difficile - **D:** difficile - **TD:** molto difficile - **ED:** estremamente difficile - **EX:** eccezionalmente difficile

La graduatoria delle difficoltà di ogni singolo passaggio della via, secondo la scala UIAA è: I-II-III-IV-V-VI-VII, corredata di (+) o (-) per differenziare ulteriormente il grado.

QUALIFICHE

AAG: Accompagnatore di Alpinismo Giovanile – **ANE:** Accompagnatore Nazionale di escursionismo – **AE:** Accompagnatore di Escursionismo – **ASE:** Accompagnatore Sezionale di Escursionismo – **ANC:** Accompagnatore Nazionale di Cicloescursionismo – **AC:** accompagnatore Cicloescursionismo – **ASC:** Accompagnatore Sezionale di Cicloescursionismo – **AE-EEA:** Accompagnatore di Escursionismo su sentieri attrezzati e ferrate – **INA:** Istruttore Nazionale di Alpinismo – **IA:** Istruttore di Alpinismo – **INAL:** Istruttore Nazionale di Arrampicata Libera - **IAL:** Istruttore di Arrampicata Libera - **ISA:** Istruttore sezionale di Alpinismo

La struttura d'arrampicata si trova presso la palestra del Liceo Agnoletti, in via Madonna del Piano al Polo scientifico



La palestra d'arrampicata è aperta il giovedì dalle 19 alle 23

Per maggiori informazioni e aggiornamenti vedere il sito web e i social della Sezione

RASSEGNA CINEMATOGRAFICA

gennaio - marzo

“GIARDINI SELVAGGI” STORIE DI MONTAGNE E ALTRE MERAVIGLIE

La sezione del Club Alpino di Sesto Fiorentino, in collaborazione con le sezioni di Firenze e di Prato, presenta una rassegna cinematografica itinerante che ha per tema la montagna e l'ambiente naturale nelle sue varie sfaccettature.

La rassegna si terrà tra gennaio e marzo. Sono previste 9 serate complessive nei tre comuni.

La sezione di Sesto realizzerà le sue proiezioni al **Cinema Grotta** nei giorni di:

martedì 23 gennaio: JUREK (su Jerzy Kukuczka)

martedì 13 febbraio: IL RAGNO DELLA PATAGONIA (su Casimiro Ferrari e Matteo Della Bordella)

martedì 5 marzo: LA BICICLETTA E IL BADILE (su Hermann Buhl)

Manifesto e locandina dell'iniziativa saranno disponibili on-line.

CORSO DI ALPINISMO A2

SEZIONI DI SESTO FIORENTINO - PISTOIA

Si tratta di un corso di livello avanzato, rivolto preferibilmente, anche se non esclusivamente, a persone già in possesso di un minimo di esperienza alpinistica simile a quella acquisita nei corsi di primo livello quali A1 – AR1 – AL1 – AG1.

Le attività saranno suddivise in **tre** momenti didattici dedicati all'**alpinismo invernale su neve**, all'**arrampicata su roccia** e alle **attività in quota**.



Il corso prevede l'insegnamento, attraverso **11 lezioni teorico-pratiche** e **7 uscite in ambiente** (di cui 2 di più giorni), di nozioni fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza le seguenti attività: **progressione su pendii ripidi di neve/ghiaccio** con eventuali tratti di misto, con difficoltà massima AD, **attraversamento di ghiacciai, salite su roccia di creste e pareti** con difficoltà massima IV+, realizzazione di **manovre di autosoccorso** compreso l'utilizzo di ARTVA, pala e sonda.

La **Scuola di Arrampicata Libera e di Alpinismo Vero Masoni** (Intersezionale Sesto Fiorentino – Pistoia) è diretta da Carlo Gianassi (Istruttore Nazionale di Arrampicata Libera e Istruttore di Alpinismo).

Il corpo istruttori sarà composto, oltre che dal direttore, dagli istruttori di arrampicata libera e dagli istruttori di alpinismo della scuola, oltre agli istruttori sezionali di Sesto Fiorentino e Pistoia.

Direttore del corso: I.A. Filippo Martinelli

Direttore del modulo neve: I.A. Simone Giovannini

Direttore del modulo roccia: I.S. Daniele Tollari

Per poter partecipare al corso è necessario **essere Soci del Club Alpino** in regola con l'anno 2024, presentare una **domanda di ammissione** (modulo scaricabile dal sito web www.caisesto.it) **entro il 15 dicembre 2023**, **essere ritenuti idonei** dal Direttore del corso (inclusa la presentazione del certificato medico valido, per attività sportiva non agonistica) e aver **pagato la quota d'iscrizione**.

Tutte le informazioni di dettaglio, incluse le lezioni teorico-pratiche e le uscite in ambiente, sono riportate nel **PROGRAMMA DEL CORSO** scaricabile dal sito web.

Per ulteriori informazioni o avesse domande specifiche si può rivolgere per e-mail a:

Filippo Martinelli (IA), e-mail: filippomartinelli74@gmail.com

Simone Giovannini (IA), e-mail: simone.giovannini70@gmail.com

CORSO FERRATE MF1

SEZIONI DI SESTO FIORENTINO - PISTOIA

Le informazioni sul corso, diretto dall'INAL-IA Carlo Gianassi, saranno pubblicate sul sito web e sui social della Sezione.

17° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA AL1

SEZIONI DI SESTO FIORENTINO - PISTOIA

Le informazioni sul corso, diretto dall'INAL-IA Paolo Papini, saranno pubblicate sul sito web e sui social della Sezione.

SERATE A TEMA E ALTRE ATTIVITÀ

Non dimenticate di seguire il sito www.caisesto.it nella sezione "News e iniziative" oppure i canali social sezionali (Facebook e Instagram) per rimanere aggiornati su tutte le iniziative in aggiunta a quelle riportate sul programma, che riguardano le seguenti categorie:

- Serate a tema su argomenti di interesse del Club Alpino e di cultura della montagna.
- Incontri a tema sia teorici che pratici di avvicinamento all'escursionismo a piedi in diversi ambienti (anche quello innevato) e in mountain bike.
- Come esempio anticipiamo gli incontri sull'uso del kit ARTVA, la progressione in ambiente innevato con le ciaspole e su via ferrata, la manutenzione base della mountain bike, il fine settimana di tecnica di guida MTB e tanti altri.

GITE IN AMBIENTE INNEVATO

Dalla collaborazione con la Scuola Intersezionale Appennino Tosco Emiliano (Maresca e Agliana) oltre agli appuntamenti già in programma (serate a tema, prove pratiche), saranno proposte delle gite con le ciaspole che al momento non sono programmabili fino a che non nevierà in appennino.

SAN CASSIANO (VAL BADIA): NON SOLO SCI

Eccezionale uscita di 4 giorni sulla neve in quel di **San Cassiano Alta Badia**, un'importante stazione sciistica in quota (1537 m slm.) ricca di proposte per la stagione invernale. Il circuito sciistico dell'Alta Badia è collegato con il **Dolomiti Superski** (1200 km di piste perfettamente battute) ma non solo, infatti chi preferisce può approfittare del centro di **sci di fondo di Armentarola**. Il centro si trova a 3 km da San Cassiano e offre 26 km di piste sci-di-fondo che si sviluppano parte nei boschi, parte in quelli che in estate sono ampi prati e pascoli. Il tracciato corre lungo il fondovalle all'ombra delle cime di Conturines, Lavarella e Settsass. E inoltre c'è la possibilità di **escursioni a piedi** o con **racchette da neve**, in Alta Badia potrete avventurarvi su oltre ottanta chilometri di sentieri ben tracciati, segnalati e curati o lasciare le vostre tracce nella neve durante un'escursione con le ciaspole. Il gruppo sarà alloggiato presso l'albergo Valparol (www.hotel-valparol.it), posizionato strategicamente a 100 metri dagli impianti di risalita.



Partenza: Sabato, alle ore 8, con mezzi propri e costi condivisi dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano con arrivo previsto a San Cassiano alle 13.30.

Programma: Il programma della gita (inclusi i costi) di sabato pomeriggio, domenica, lunedì e martedì sarà reso disponibile non appena possibile.

Ritorno: Da San Cassiano il martedì alle ore 16 con arrivo a Calenzano intorno alle 22.

Note: Si ricorda che nella tessera CAI e nell'assicurazione non soci è compresa anche la copertura di Responsabilità Civile verso Terzi, obbligatoria sulle piste da sci. Le garanzie sono prestate senza applicazione di franchigia.

Direzione gita:

Checucci Franco, tel. 336 677 828, e-mail: checcucci.franco@gmail.com

Sessoli Roberto, tel. 335 802 2446, e-mail: mery.roberto59@gmail.com

MONTE MORELLO - PULIZIA SENTIERI

sabato 10 febbraio

Mattinata dedicata alla pulizia e manutenzione dei sentieri del parco di Monte Morello.

Ritrovo: ore 8 presso la sede del CAI Sesto Fiorentino c/o Casa Guidi Via G. Veronelli 1/3

Attrezzi: i partecipanti sono pregati di portare l'attrezzatura più idonea (guanti, seghetto, forbici, pennati, accette, ecc...)

Coordinatori:

Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com

Franco Benvenuti, tel. 338 841 4323, e-mail: bonazeto@gmail.com



TRE CALE NELLA RISERVA NATURALE CALAFURIA

La **Riserva Naturale Calafuria** è un'area protetta nella zona costiera di **Calafuria** a **Livorno** caratterizzata da una flora tipicamente mediterranea. Questa costa oltre a presentare panorami mozzafiato sul Mar Tirreno è anche stata protagonista al cinema nel famosissimo film "Il sorpasso" del 1962 di Dino Risi. Il percorso si sviluppa in un piacevole saliscendi, nei vari sentieri tra cui il famoso Canyon, che ci porta a raggiungere le tre cale più rinomate della costa. La prima sarà **Calafuria**, la seconda **Calignaia** con un ponte lungo circa 100 metri che ricorda il Bixby Creek Bridge in California. La terza è **Cala del Leone** che, a detta dei livornesi, è la più bella dell'intera costa toscana.



Partenza: Partenza dal parcheggio davanti al Carrefour a Calenzano alle ore 7.00 con arrivo a Via Aurelia (appena prima del castello del Boccale, parcheggio sulla DX) a Livorno alle ore 8.30.

Itinerario: ad anello per una lunghezza di 14 km e 550 m, quota massima a 210 m.

Tempo: 5 h

Difficoltà: E

Dislivello: 550 m

Ritorno: da Via Aurelia (punto di arrivo) alle ore 15.30 circa con arrivo previsto a Calenzano alle ore 17.00 circa.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita:

Marina Macaluso, tel. 333 101 0698, e-mail marina.macaluso@gmail.com

Claudio Bini, tel. 339 441 6351, e-mail bincla1958@gmail.com

IL CAMINO (da Lucca a Livorno) DI SAN JACOPO

Quest'anno si concluderà, con la quinta e la sesta tappa, il **Camino di San Jacopo** che da Firenze porta a Livorno, iniziato nel 2022, l'Anno Santo Jacobeo. Partiamo da **Lucca** e passando da **Pisa** giungeremo a **Livorno**, luogo di imbarco dei pellegrini per spostarsi in Francia o in Spagna. Il percorso non raggiunge grandi quote, svolgendosi prevalentemente in territorio pedecollinare e pianura, ma prevede una lunghezza tappe impegnativa, superiore ai 30 km. Valuteremo se effettuare il percorso in tre giorni in modo da ridurre la lunghezza delle tappe e avere tempo per visitare la **Piazza dei Miracoli**. Si tratta comunque di una gita in autosufficienza con zaino da pellegrino. Pernottamento in albergo.



Note: le informazioni di dettaglio su questa gita saranno fornite appena possibile.

Direzione gita:

Andrea Giorgetti, tel. 335 695 2117, e-mail: doctor.george@tin.it

Franco Checcucci, tel. 336 677 828, e-mail: checcucci.franco@gmail.com

I “SASSI” TRA ROMAGNA E TOSCANA: IL SASSO DI CASTRO E I MONTI FREDDI E BENI

L'escursione inizia dal piazzale del Faggiotto, 3 km circa dopo la Traversa sulla statale del **Passo della Futa**. Avremo preventivamente lasciato un'auto al Covigliaio dove terminerà la gita. Il Percorso si svolge all'interno dell'area protetta ANPIL **Sasso di Castro–Monte Beni** che si trova a cavallo dell'alta valle del Fiume Santerno e del Torrente Savena, nel comune di Firenzuola. Il complesso montuoso Sasso di Castro-Monte Beni è caratterizzato dalla presenza di una peculiare emergenza geomorfologica rappresentata da affioramenti ofiolitici denominati “le serpentine”, che nell'alto bacino del torrente Savena formano un luogo di grande interesse naturalistico. Gli affioramenti sono collocati all'interno di una stupenda cornice di boschi di latifoglie e parcelle di conifere. Attraversata la statale si prende una strada forestale ed al secondo bivio si va a sinistra su sentiero che taglia tutto il versante sud est del Sasso di Castro fino a raggiungere il crinale che si segue fino alla vetta. Si prosegue per crinale e, oltrepassata la cima del Monte Rosso si scende per andare al belvedere dei Sassarelli. Da qui, aggirando il Colle del Covigliaio si sale prima in Cima al **Monte Freddi** e successivamente al dirimpettaio Monte Beni, dal quale poi scenderemo al Covigliaio.



Partenza: dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 7:00 per il Passo della Futa ed il Faggiotto.

Itinerario: Percorso di lunghezza pari a 12,5 km circa. Piazzale del Faggiotto (920 m) – Sasso di Castro (1276 m) – Monte Rosso (1197 m) – I Sassarelli (1100 m) – Monte Freddi (1277 m) – Monte Beni (1264 m) – Covigliaio (862 m).

Tempo: 5 h

Difficoltà: E

Dislivello: 755 m positivo e 820 m negativo

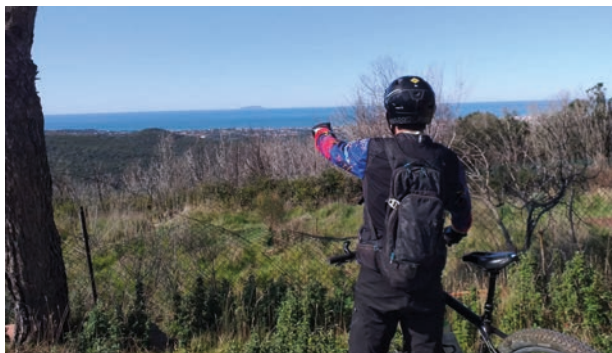
Ritorno: da Covigliaio alle ore 16:00 circa con arrivo previsto a Calenzano alle ore 17:30 circa.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita: Alessandro Biglietti, tel. 349 876 9738, e-mail: alexbiglietti@tiscali.it.

TOMBOLO DI CECINA, BOLGHERI E LA MACCHIA DELLA MAGONA

Un itinerario ad anello nel cuore della **Costa degli Etruschi** partendo da Marina di Cecina per mountain bike (anche e-bike) o gravel. Si inizia con un tratto lungomare fino a Marina di Bibbona passando dalla Riserva Naturale Biogenetica Tombolo di Cecina. Proseguiremo verso l'interno per raggiungere il caratteristico borgo di **Bolgheri** percorrendo il famoso viale di cipressi di carducciana memoria. Ancora verso l'interno, attraverso la campagna della Costa degli Etruschi, ci dirigeremo verso i rilievi della **Macchia della Magona**.



Raggiunta Fonte al Rame scenderemo a Bibbona sempre su strada sterrata, dove è prevista una visita all'abitato, per poi continuare verso Casale Marittimo, le Grotte Gialle e la Necropoli Etrusca delle Tane. Faremo infine ritorno a Cecina dopo aver percorso il sentiero del bosco della Vacchereccia, Borro dei Canapai fino a Poggio Gagliardo.

Partenza: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere Marina di Cecina alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: Marina di Cecina (0 m) – Marina di Bibbona (0 m) – Bolgheri (87 m) - Casetta di Campo di Sasso, Macchia della Magona (158 m) – Bibbona (64 m) – Casale Marittimo (150 m) – Necropoli delle Tane (52 m) – Poggio Gagliardo (25 m) - Marina di Cecina (0 m).

Distanza: 56 km

Dislivello: 600 m

Tempo: 6 h 30'

Difficoltà: TC/TC

Ritorno: Da Marina di Cecina alle ore 15.30 con arrivo previsto a Sesto F.no dopo circa 1 h 30'

Note: Pranzo a sacco. Eventuale merenda a fine giro. **Indispensabili: bici meccanicamente efficienti e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.**

Gita in collaborazione con le Sezioni CAI di Firenze e Scandicci.

Direttore: Germano Fabris (CAI Scandicci), tel. 333 445 9234, e-mail: germano.fabris@gmail.com

Referenti per CAI Sesto Fiorentino:

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

Stefano Landeschi, tel: 338 294 6947, e-mail: stefano1landeschi@gmail.com.

FINE SETTIMANA AL RIFUGIO ALPINO GRAFFER

Viene riproposto un classico della Sezione CAI Sesto realizzato per la prima volta nel 1991. Si tratta di un fine settimana insolito che prevede il soggiorno al **rifugio Graffer**, direttamente sui campi di sci del **Grostè** nelle **Dolomiti di Brenta**. Il rifugio si raggiunge sciando con zaino in spalla, con una pista azzurra, dalla stazione a monte della telecabina del Grostè. Si respira l'area del rifugio in quanto saremo ospitati in camerette a due, tre, quattro letti, di solito a castello, e in un camerone. I servizi igienici e le docce sono ai piani.



La sera dopo la chiusura degli impianti

il rifugio rimane completamente isolato per cui si consiglia di ridurre al minimo l'abbigliamento in maniera tale da fare rientrare tutto nello zaino. Proverete la soddisfazione di essere i primi a percorrere le piste immacolate al mattino. Durante il soggiorno scieremo nel comprensorio di **Madonna di Campiglio** ma raggiungeremo sia **Folgarida** e **Marilleva** che **Pinzolo**.

Venerdì 8: ritrovo al parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 5.00. Partenza alle ore 5.15 con mezzi propri. Arrivo previsto a Campo Carlo Magno – Madonna di Campiglio alle ore 10.00 (Parcheggio coperto cabinovia Fortini). Con la cabinovia saliremo fino al Grostè e poi giù con gli sci fino al Rifugio. Consegna degli zaini e si parte a sciare!

Sabato 9: giornata interamente dedicata allo sci.

Domenica 10: Ore 7.00 colazione. Alle 8.00 dovranno essere consegnati gli zaini per essere caricati sulla motoslitte che li porterà a valle. Sarà nostro compito, verso le 9.30, prendere gli zaini dalla cabinovia a valle e portarli alle auto nel parcheggio. per il resto, sci libero fino alle 14.00-15.00 e poi partenza per il rientro verso Calenzano con arrivo previsto 18.30-19.30.

Direzione gita:

Maurizio Frittelli, e-mail: frittell@tin.it

Andrea Giorgetti, tel. 335 695 2117, e-mail: doctor.george@tin.it

IL DESERTO DI ACCONA E LE BIANCANE DI LEONINA

Forse non sarà un vero e proprio deserto, con dune e pietraie ma sicuramente ha qualcosa della steppa. Il **deserto di Accona** è un territorio argilloso con paesaggio aspro e suolo duro. Il termine deserto fu coniato nell'ottocento per descrivere un territorio desolato e abbandonato fin dai tempi della peste bubbonica del 1348. Fino agli anni '60 del novecento doveva essere ancora un luogo selvaggio e abbandonato tanto che Monicelli



vi ambientò alcune scene di "Brancaleone alle crociate". Nel cosiddetto "deserto di Accona" si trovano le **Biancane di Leonina**, rilievi di terra molto alti, privi di vegetazione di colore biancastro, e calanchi, solchi creati dall'erosione dell'acqua. Le Biancane di Leonina sono una delle poche zone delle crete senesi dove ancora si possono vedere questo tipo di manifestazioni legate al processo di erosione del suolo. Il paesaggio è quello tipico delle **Crete Senesi**, con colline ondegianti di mille sfumature, viali di cipressi e dimore isolate in cima alle colline.

Partenza: dal parcheggio davanti al Carrefour di Calenzano alle ore 7; arrivo previsto a Leonina alle 8.30.

Itinerario: Leonina - Poggio Vangelo - Poggio dei Cipressi - Poggio Cetinali - Mucigliani - Podere Montalto - Podere Ristoro - Leonina.

Tempo: 5 h

Difficoltà: E

Ritorno: partenza da Leonina alle 17 con arrivo previsto a Sesto F.no alle ore 18,30.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita:

AE Silvio Bacci cell. 333 566 2468 silvio.bacci@gmail.com

Paolo Corti cell. 333 458 2413 cortipaolo01@gmail.com

PISA

“Ahi Pisa, vituperio delle genti” ... così Dante scrisse più o meno nel mille-trecento. Dopo tutto questo tempo è giunto il momento di far pace con i pisani e andare a conoscere una città con la quale abbiamo parecchie cose in comune: l’Arno, i lungarni, un passato glorioso, la buona cucina e un certo caratterino ricco di sarcasmo. Noi abbiamo il Campanile di Giotto e loro la Torre Pendente. Ma non solo, anche vestigia romane, cittadelle fortificate e mura medioevali, chiese gotiche ricche di capolavori di grandi maestri, l’acquedotto mediceo, palazzi, giardini, prestigiose Università e quel miracolo di bellezza e architettura che è la piazza del Duomo o piazza dei Miracoli, degna conclusione del nostro andare.



Note: le informazioni di dettaglio su questa gita saranno fornite non appena possibile. Seguite il sito o i canali social sezionali.

Direzione gita:

Elisabetta Tombelli, tel. 055 421 1670, e-mail: elitombelli@gmail.com

Tiziana Bellini, tel. 055 421 2370, e-mail: tiziana.be@virgilio.it

MONTE MORELLO - PULIZIA SENTIERI

sabato 16 marzo

Mattinata dedicata alla pulizia e manutenzione dei sentieri del parco di Monte Morello.

Ritrovo: ore 8 presso la sede del CAI Sesto Fiorentino c/o Casa Guidi Via G. Veronelli 1/3

Attrezzi: i partecipanti sono pregati di portare l’attrezzatura più idonea (guanti, seghetto, forbici, pennati, accette, ecc...)

Coordinatori:

Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com

Franco Benvenuti, tel. 338 841 4323, e-mail: bonazeto@gmail.com



LUNIGIANA FRA LE VIE DI PELLEGRINAGGIO E BIKE TRAIL

Quello proposto è un itinerario ad anello con ritrovo alla stazione dei treni di **Pontremoli**, raggiungibile in treno o in auto adatto a mountain bike o e-bike. Dopo un breve giro per il centro della città, partiremo alla volta dei prati della **Logarghena**, passando dall'omonimo rifugio. Percorreremo alcuni tratti del lunigiana trail e la via di pellegrinaggio del volto santo. Attraverseremo alcuni piccoli paesi incastonati nel verde, ai piedi della suggestiva catena montuosa di cui fanno parte il **monte Braiola** (1819 m) e il **monte Marmagna** (1852 m) nel parco dei cento laghi, che divide la provincia di Lucca da quella parmense. Lungo il tragitto ci sono più punti d'acqua, nei paesini ma anche nei pressi del rifugio che raggiungiamo, con area attrezzata con attrezzi e colonnina per e-bike (non presidiato).



Partenza: In autonomia da Sesto per raggiungere la stazione ferroviaria di Pontremoli ore 10.30 pronti a partire.

Itinerario: Pontremoli (236 m) – Arzenigo (481 m) – rifugio Logarghena (1001 m) – monte Brusciol (901 m) – Cerretoli (446 m) - Arzenigo (481 m) – Pontremoli (236 m).

Distanza: 26.5 km

Dislivello: 960 m

Tempo: 4 h con soste

Difficoltà: MC/BC

Ritorno: rientro previsto per le ore 16.00 da Pontremoli. Eventuali orari dei treni da aggiornare secondo il periodo.

Note: Pranzo a sacco. **Indispensabili:** bici meccanicamente efficiente e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivero-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche. Previsti punti ricarica per e-bike, non gestiti, lungo il percorso (rifugio Logarghena)

Gita in collaborazione con le Sezioni di Firenze e Scandicci.

Direttore: Lorenzo Passagnoli, tel. 340 417 0342, e-mail: lorenzopassagnoli@gmail.com.

PROMONTORIO DI PUNTA MESCO E DI PORTOFINO PER UNA DUE GIORNI MARE E MONTI

Il promontorio di **Punta Mesco** separa la baia di **Levanto** dalla baia di **Monterosso al Mare**, che costituisce l'estremo occidentale della costa delle **Cinque Terre**. Mentre, il promontorio di **Portofino** si presenta come un'evidente protuberanza squadrata che interrompe l'uniformità della costa ligure, tra i paesi di **Camogli** e **Santa Margherita Ligure**. Sono sicuramente tra i luoghi più caratteristici, noti e



frequentati dell'intero Appennino Ligure. Questa gita di fine settimana offre due giornate di trekking spettacolari grazie ai luoghi selvaggi e incantevoli e alla fittissima rete di percorsi escursionistici ben mantenuti e segnalati.

Sabato 23: Dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 7 per raggiungere Levanto alle ore 9 circa.

Itinerario: Percorso da Levanto a Monterosso al Mare per una lunghezza di 14,5 km. Da Levanto raggiungiamo la Chiesa di Sant'Andrea (in centro), esempio di architettura romanica, e seguendo un viottolo lastricato si possono scorgere le vecchie mura di cinta di Levanto con la famosa Torre dell'orologio, fino a raggiungere il Castello di Levanto. Proseguiamo su sentiero (591 ex CAI 1) che rimane a mezza costa con fantastici scorci sul mare fino a raggiungere Punta Mesco, luogo magico da cui possiamo vedere tutto il parco delle 5 Terre con le sue perle Monterosso, Vernazza, Corniglia, Manarola e Riomaggiore. Torneremo leggermente indietro per prendere di nuovo il sentiero 591 ex CAI 1 che ci porterà prima a Sella Dei Bargari, poi raggiungeremo il Monte Nero e di seguito arriveremo a Colle di Gritta. Un tratto di strada asfaltata ci porterà al Santuario di Madonna del Soviore, poi in discesa prenderemo il sentiero 509, una mulattiera e via crucis che ci porterà a Monterosso. Il rientro a Levanto sarà via treno.

Tempo: 6 h

Difficoltà: E

Dislivello: 699 m positivo e 696 m negativo

Domenica 24: Percorso Camogli - San Fruttuoso - Portofino per una lunghezza di 13,5 km. Da Levanto prenderemo il treno e scenderemo a Camogli. Tramite le vecchie Cruze de Mar (citare anche nelle canzoni di De Andrè) arriveremo al vecchio porto di Camogli. Dopo una visita al Cen-

tro Storico, da non perdere il Castello Della Drogonara con i suoi vecchi cannoni e la Basilica di Santa Maria Assunta. Tramite il lungomare arriviamo all'inizio del nostro sentiero. In salita su una vecchia via crucis arriveremo alla chiesa di San Rocco di Camogli. Un ampio terrazzo ci permetterà di godere di un panorama mozzafiato. Scenderemo fino al livello del mare a Punta Chiappa. Il sentiero in salita ci porterà fino a Batterie. Con qualche tratto attrezzato con catene, sempre mantenendosi a metà costa, proseguiamo il nostro avvicinamento all'Abbazia di San Fruttuoso, un gioiello incastonato tra il verde della macchia mediterranea e l'azzurro del mare ligure. Questo splendido monumento, oggi patrimonio del FAI, ha origini antichissime, risalenti all'VIII sec. La Chiesa e l'annesso monastero, danneggiati dai saraceni, furono ricostruiti dai benedettini nel X secolo acquistando un grande potere nella zona. Dopo una meritata sosta, riprendiamo il sentiero in salita sino a Base Zero. In falsopiano raggiungiamo la splendida Portofino. Con autobus di linea raggiungiamo Santa Margherita Ligure, dove prenderemo il treno per far rientro a Levanto dove riprenderemo le auto per far ritorno a Calenzano.

Tempo: 7 h

Difficoltà: EE

Dislivello: 721 m positivo e 730 m negativo

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita in ottimo stato e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati. Riservata ad escursionista esperto con buona condizione fisica in grado di affrontare i dislivelli, i sentieri esposti, il terreno ripido soprattutto in discesa e i passaggi su roccia friabile.

Le informazioni logistiche di dettaglio su questa gita saranno fornite non appena possibile. Seguite il sito o i canali social sezionali.

Direzione gita:

Claudio Bini, tel. 339 441 6351, e-mail bincla1958@gmail.com

MONTE MORELLO - PULIZIA SENTIERI

sabato 6 aprile

Mattinata dedicata alla pulizia e manutenzione dei sentieri del parco di Monte Morello.

Ritrovo: ore 8 presso la sede del CAI Sesto Fiorentino c/o Casa Guidi Via G. Veronelli 1/3

Attrezzi: i partecipanti sono pregati di portare l'attrezzatura più idonea (guanti, seghetto, forbici, pennati, accette, ecc...)

Coordinatori:

Paolo Corti, tel. 333 458 2413,

e-mail: cortipaolo01@gmail.com

Franco Benvenuti, tel. 338 841 4323, e-mail: bonazeto@gmail.com



ANELLO DI BADIA A PASSIGNANO SULLE TRACCE DI SAN GIOVANNI GUALBERTO

L'itinerario si svolge nel cuore del **Chianti** e tocca alcuni luoghi simbolici della vita di **San Giovanni Gualberto**, fondatore dell'ordine dei monaci Vallombrosani. Partendo dal centro di Sambuca, il percorso si snoda inizialmente lungo il torrente Pesa, passando dalla Cappella dell'Abate, con breve sosta presso la vicina Impronta dell'Eterno, dove sono visibili le tracce del cavallo del Santo che si dice sia caduto spaventato dal demone. Salendo verso l'Abbazia si potrà vedere la Cappella dei Pesci, così denominata per i due lucci



miracolosamente rinvenuti nella fonte in occasione della visita di Papa Leone IX. Il punto di maggiore interesse del percorso è il complesso dell'**Abbazia di Passignano**, fondata dai Benedettini e passata all'ordine dei Vallombrosani. Oggi si presenta come un castello turrito inglobato in un grande parco e conserva al suo interno l'affresco, recentemente restaurato, dell'Ultima cena del Ghirlandaio. Dopo il pranzo nel giardino dell'Abbazia e la visita guidata al complesso monumentale, una breve deviazione sulla strada di ritorno ci condurrà a Pratale dove un cippo commemora la strage di 12 contadini avvenuta nel luglio del 1944 per mano dei nazifascisti. L'itinerario attraversa paesaggi diversi, di grande bellezza: da quello fluviale del lungo Pesa, al bosco misto a prevalenza di quercia, ai campi coltivati a vigneto e oliveto, eredità dell'organizzazione mezzadrile.

Partenza: dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 8.00 per il parcheggio del campo sportivo della Sambuca (Barberino-Tavarnelle) con inizio escursione alle ore 9.00.

Tempo: 5 h 30'

Difficoltà: E

Dislivello: 380 m circa

Rientro: ore 17.30-18.00

Direzione gita:

Andrea Guarducci, e-mail: andreaguarducci56@gmail.com

Anna Guarducci, e-mail: anna.guarducci@unisi.it

IL PARCO DELLE CASCINE DI TAVOLA

Prima delle 4 uscite del **progetto OLO** con visita guidata all'**oasi apistica le Buche**, presso il **parco delle Cascine di tavola** a Poggio a Caiano.

Note: gita alla quale, per livello di difficoltà e lunghezza dell'itinerario, possono partecipare tutti ovvero anche persone con problemi motori (portatori di handicap o anziani) e famiglie con bambini (in carrozzina, passeggino, sulle spalle o a piedi).

Per le informazioni di dettaglio seguite il sito o i canali social sezionali.

Direzione gita:

Fabrizio Tinti, tel. 333 752 7835, e-mail: fabrizio.tinti1953@gmail.com

Silvia Spanò, tel. 393 910 8463, e-mail: silviaspano58@gmail.com

ANELLO DI MOSCHETA ATTRAVERSANDO LE VALLI DEL ROVIGO E DELL'INFERNO

Un bel itinerario con partenza dall'abbazia di **San Pietro a Moscheta** che inizia subito con un magnifico bosco misto di castagni e abeti per arrivare al rifugio "**La Serra**". Da lì scenderemo al mulino dei Diacci sul torrente Rovigo, per risalire alla famosa **Cascata dell'Abbraccio** con la speranza che non sia in secca. Proseguiamo verso il rifugio "**I Diacci**" dove, in caso fosse aperto, vi è la possibilità di pranzare. Dal rifugio continueremo verso la **Val Cavaliera** e scenderemo nuovamente sul Rovigo dove sarà possibile un'estensione alla celebre cascata, da decidere in loco in base alla portata d'acqua del torrente. Costeggiando il corso d'acqua arriveremo in **Val Coloreta**, attraversiamo il fiume percorrendo un ponticello di fortuna e raggiungeremo la loc. Molinaccio dalla quale risaliremo la **Valle dell'Inferno** su un bel sentiero lungo il torrente Veccione fino alla **Badia di Moscheta** dove ci attende un "ottimo ristoro".



Partenza: dal parcheggio davanti al Carrefour di Calenzano ore 7:00 con arrivo previsto a Moscheta ore 8:30.

Itinerario: ad anello per la lunghezza di 17 km. Badia di Moscheta (558 m), sent. 713 fino al rifugio "La Serra" (908 m), sent. PAF 03, Molino dei Diacci (834 m), Cascata dell'Abbraccio (860 m), rifugio "I Diacci" (940 m), sent. 739 fino a Val Cavaliera (850 m), sent. 741-711 fino a loc. Molinaccio (465 m), sent. 713 fino a Badia di Moscheta (558 m).

Tempo: 5 h 30'

Difficoltà: E

Dislivello: 935 m

Ritorno: da Badia di Moscheta partenza ore 17:30 arrivo a Calenzano ore 19:00

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco, oppure se aperto presso il rifugio "I Diacci", Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita:

Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com

Stefano Mattioli, tel. 339 833 4321

SCOPRIMORELLO

Un giro per sole mountain bike (anche e-bike, meglio se biammortizzate) che percorre una parte dei trail MTB presenti su **Monte Morello**. Dal parcheggio delle **Fonte dei Seppi** (dove potremo fare rifornimento d'acqua) saliremo lungo un divertente single track (**Girello**) fino a **Poggio al Giro**. Da lì, due consecutivi sentieri in discesa (**Asino che Vola** e **Salamandra**) metteranno alla prova le nostre capacità di tecnica di guida. Risaliremo attraverso un bel sentiero nel bosco, con scorci panoramici, fino a **Starniano** per poi trasferirci, su un breve tratto di asfalto, a un altro bellissimo sentiero MTB: **Busso Trail**. Risaliremo poi fino a **Poggio Conca** e poi, dopo aver oltrepassato **Cepetto**, percorreremo una bella strada forestale per raggiungere la **Sella degli Scollini**. Poco dopo ci immetteremo in altri due consecutivi e divertenti single track MTB: **Bunker** e **Trincea**. Il ritorno al punto di partenza avverrà attraverso la strada provinciale "Panoramica dei Colli".



Partenza: Parcheggio Fonte dei Seppi h 8.30, partenza 9.00

Itinerario: Fonte dei Seppi (610 m) – Poggio al Giro (738 m) – Inizio Salamandra (547 m) – Fine Salamandra (368 m) – Starniano (530 m) – Inizio Busso Trail (445 m) – Fine Busso Trail (320 m) – Cepetto (494 m) – Sella degli Scollini (630 m) – Fine Trincea (522 m) – Fonte dei Seppi (610 m).

Distanza: 27 km

Dislivello: 800 m

Tempo: 5-6 h

Difficoltà: MC/BC

Ritorno: Dalla Fonte dei Seppi alle ore 15.30 circa

Note: Pranzo a sacco. Eventuale merenda a fine giro. **Indispensabili:** bici meccanicamente efficienti e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.

Gita INTERSEZIONALE con le Sezioni di Pescia e Sampierdarena, in collaborazione con quelle di Firenze e Scandicci.

Direttore: Stefano Landeschi, tel: 338 294 6947, email: stefano1landeschi@gmail.com.

LA TORRE DI MONZONE

La meta dell'escursione è la **Torre di Monzone**, una vetta minore delle Apuane settentrionali, a torto poco frequentata, nonostante il panorama che offre e l'ambiente intatto che la circonda. Si inizia dal **Passo della Gabellaccia**, che si trova lungo la strada che da Carrara sale a **Campo Cecina**. Da qui si imbuca in salita il sentiero 185 ed al secondo bivio si va a sinistra per il sentiero 40 fino alle case di Cardeto. Lungo questo tratto si passa nei pressi degli edifici diroccati di una vecchia miniera di manganese. Da Case Cardeto, seguendo il sentiero 184 si va alla vicina **Foce della Porcigliola** dalla quale, per tracce di sentiero si sale alla cima della Torre di Monzone da cui si può godere di un ampio panorama che spazia dal **Monte Sagro**, al **Pizzo d'Uccello** fino alla **cresta di Nattapiana**. Per il ritorno si segue l'itinerario di salita fino a Case Cardeto per poi scendere alla sottostante Sella Cardeto dalla quale proseguendo a sinistra, sempre per il sentiero 184, si rientra al Passo della Gabellaccia.



Partenza: dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 6.30 per il Passo della Gabellaccia con orario di arrivo intorno alle 8.30.

Itinerario: ad anello, Passo della Gabellaccia (892 m) – Case Cardeto (1120 m) – Foce Porcigliola (1144 m) – Torre di Monzone (1246 m) – Sella Cardeto (1090 m) – Passo della Gabellaccia (892 m).

Tempo: 5 h circa

Difficoltà: E

Dislivello: 700 m

Ritorno: dal Passo della Gabellaccia alle ore 15:00 circa con arrivo previsto a Calenzano alle ore 17:30 circa.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco, oppure se aperto presso il rifugio "I Diacci". Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita: Alessandro Biglietti, tel. 349 876 9738, e-mail: alexbiglietti@tiscali.it

LA COSTA DEI TRABOCCHI: PERCORSO COSTIERO DEL CAMMINO D'ABRUZZO

Questo percorso fa parte del progetto del **Cammino D'Abruzzo**, un circuito ad anello di 700 km a piedi nel cuore di questa meravigliosa e sorprendente regione, dove paesaggi mozzafiato fanno da cornice a tutta la storia del popolo abruzzese. Attraversa sentieri collinari, montani e costieri passando per borghi, frazioni, comuni e coinvolge le 4 città capoluogo: **L'Aquila, Chieti, Teramo e Pescara**.

Quello che in questi 4 giorni proponiamo è il tratto costiero dell'Abruzzo, che permette di ammirare meravigliosi scorci del mare con i famosi trabocchi, attraversare campagne con vigne e uliveti, visitare borghi che conservano l'autenticità del territorio.



Giovedì 25: Firenze - Lido di Casalbordino

Partenza da Firenze con bus o auto propria a costi condivisi verso Lido di Casalbordino. Sistemazione in hotel e passeggiata (andata e ritorno per una distanza di 11 km) verso **Punta Aderci**, per arrivare in questo angolo di paradiso in circa 90 minuti a passo lento camminando su una strada bianca. Punta Aderci è una riserva naturale caratterizzata da spiagge e dune, situata a nord di Vasto. Qui la natura è incontaminata e il paesaggio regala stupendi scorci sul mare cristallino. Dal promontorio si può godere della vista delle falesie e delle spiagge selvagge che caratterizzano questo tratto di costa. Pranzo a sacco, cena e pernottamento a Lido di Casalbordino.

Tempo: 3 h

Difficoltà: E

Dislivello: 100 m

Venerdì 26: Lido di Casalbordino – Fossacesia

La tappa di oggi, 20 km di lunghezza, ci porterà a percorrere una parte del lungomare sulla pista ciclo-pedonale con deviazione per raggiungere i boschi della **Lecceta di Torino di Sangro** (Riserva Naturale Regionale che si estende per circa 180 ettari) fino ad arrivare al **cimitero militare britannico**, caratteristico per la sua forma semicircolare, per poi ritornare sulla costa che ci condurrà a Fossacesia. Pranzo o cena sul trabocco e pernottamento a Fossacesia.

Tempo: 5 h 30'

Difficoltà: E

Dislivello: 160 m

Sabato 27: Fossacesia-Ortona 16 km (bici o treno) Ortona-Tollo 20 km a piedi

Questa tappa può essere percorsa parzialmente in bicicletta, per avere la possibilità di unire 2 tappe per un totale di 36 km, e ammirare la meravigliosa costa dei trabocchi percorrendo la pista ciclo-pedonale (oppure in alternativa in treno locale) e poi, arrivati ad Ortona, a piedi lasciare il mare per addentrarsi nella campagna chietina tra vigneti ed uliveti.

1° parte in bicicletta (o treno): Oggi costeggiamo, per un tratto di 16 km, una delle costiere più suggestive al mondo: la **costa dei trabocchi**, bizzarre strutture per la pesca su palafitte che

emergono dalle acque e si stagliano sull'azzurro del mare Adriatico. La prima parte termina ad **Ortona**, cittadina ricca di storia e di cultura. Spicca sul mare l'imponente Castello Aragonese risalente al XV secolo.

Tempo: 1 h

Difficoltà: E

Dislivello: 76 m

2° parte a piedi: per una lunghezza di 20 km. Ci lasciamo alle spalle Ortona e iniziamo a camminare tra distese di vigneti e uliveti, tra paesaggi sorprendenti e paesini autentici. Da qui percorriamo le terre dei vini: del Montepulciano, principe dei vini abruzzesi, ma anche del Trebbiano, del Pecorino e della Passerina. Arriviamo così al borgo medievale di **Crecchio**, con il suo Castello Ducale. Il cammino prosegue poi fino a Tollo, uno dei luoghi del vino più conosciuti in Italia. Pranzo con lunch box e cena presso struttura con pernottamento.

Tempo: 5 h 30'

Difficoltà: E

Dislivello: 226 m

Domenica 28: Tollo - Ripa Teatina

Dopo Tollo raggiungeremo il borgo di Miglianico, grazioso paese posto sulla collina che domina tutta la vallata, per poi arrivare al paesello di Ripa Teatina (distanza odierna: 13 km). Pranzo con prodotti tipici. e partenza verso Firenze nel primo pomeriggio per rientro previsto in serata.

Tempo: 3 h 30'

Difficoltà: E

Dislivello: 200 m

Ritorno: da Ripa Teatina dopo aver pranzato con arrivo previsto a Firenze in serata.

Note: Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati. Possibilità di trasporto zaini da tappa a tappa da concordare con le strutture del luogo.

Direzione gita:

Patrizia Canestrini, tel. 333 693 5291, e-mail: p.canestrini@gmail.com

Andrea Guarducci, tel. 347 0104 3194 e-mail: andreaguarducci56@gmail.com

PROGETTO OLTRE L'OSTACOLO

domenica 5 maggio

LA VIA DELLA LANA E DELLA SETA

Seconda delle 4 uscite del **progetto OLO**: bella camminata, nei pressi di **Bologna**, lungo questo percorso che unisce **Bologna** a **Prato**, due città che per secoli hanno usato l'energia idraulica per la tessitura della lana (Prato) e della seta (Bologna).

Note: gita alla quale, per livello di difficoltà e lunghezza dell'itinerario, possono partecipare tutti ovvero anche persone con problemi motori (portatori di handicap o anziani) e famiglie con bambini (in carrozzina, passeggino, sulle spalle o a piedi).

Le informazioni di dettaglio su questa gita (ritrovo, orari, ecc...) saranno fornite non appena possibile. Seguite il sito o i canali social sezionali.

Direzione gita:

Fabrizio Tinti, tel. 333 752 7835, e-mail: fabrizio.tinti1953@gmail.com

Silvia Spanò, tel. 393 910 8463, e-mail: silviaspano58@gmail.com

LA PANIA DI CORFINO

Una montagna minore dell'Appennino Tosco-Emiliano ma che offre panorami di prim'ordine sulla catena principale degli Appennini stessi e sulle Alpi apuane. Da **Corfino** seguiamo i sentieri 56 e 58 iniziando a guadagnare subito quota. Al bivio prendiamo il sentiero CAI 56, dopo un primo tratto in salita nel bosco entriamo nella **Riserva Naturale della Pania di Corfino** istituita nel 1971. Il bosco si dirada e dall'antica mulattiera abbiamo bei panorami sulla profonda valle e sulla **Garfagnana**. Entriamo nel territorio del



Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano. Guadagniamo lentamente quota in una valletta solcata da un fosso dove troviamo una sorgente denominata "**Fonte dell'Amore**". Raggiungiamo il bel borgo di **Campaiana**. Da Campaiana iniziamo a seguire il sentiero Airone 1 diretto alla **Pania di Corfino**. Oltrepassiamo il **rifugio Granaiola** giungendo in una zona di ampie praterie. Continuando a salire ci dirigiamo verso la vetta (1603 m). Scendiamo verso nord-est raggiungendo il sentiero 62 che seguiamo verso il **rifugio Isera**, dove abbandoniamo il 62 per riprendere il tracciato Airone 1 verso **Pruno**. Sempre lungo il tracciato giallo-blu in leggera salita ci farà arrivare a una mulattiera proveniente da Campaiana che seguendo in discesa fino al bivio del 56 scendiamo velocemente a Corfino.

Partenza: Dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 7 con arrivo previsto a Corfino alle 9.00.

Itinerario: ad anello per una lunghezza di 13,5 km circa. Corfino (850 m) - Campaiana (1350 m) - Cima Pania di Corfino (1603 m) - Rifugio Isera (1200 m) - Pruno (1030 m) - Corfino

Tempo: 6 h 30'

Difficoltà: EE

Dislivello: 850 m circa

Ritorno: da Corfino alle 17; arrivo previsto a Sesto F.no alle ore 19.00.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco, scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita:

AE Silvio Bacci cell. 3335662468 silvio.bacci@gmail.com

Paolo Corti cell. 3334582413 cortipaolo01@gmail.com

ANELLO DI-VINO

Montecarlo è situata su un colle che domina la pianura circostante, a cavallo tra la **Lucchesia** e la **Valdinievole**; coltivato a viti e ulivi, vi si produce un olio e vini DOP. Il suo territorio è attraversato dalla “**Strada del vino e dell’olio di Lucca, Montecarlo e Versilia**”. Partiremo, con le nostre mountain bike, dal centro del paese costeggiando la collina a Nord fino a raggiungere la località di **Lappato**, da lì l’avvicinamento al paese di **San Gennaro** dove ci godremo una rilassante sosta panoramica. Visiteremo anche il centro storico e la Pieve dove si possono ammirare opere di grande pregio riconducibili ad un giovane **Leonardo Da Vinci**. Rientreremo poi verso Montecarlo addentrandoci nei vigneti che caratterizzano queste colline per avvicinarsi alla meta finale per la degustazione di vini con accompagnamento gastronomico di prodotti tipici.



Partenza: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere il centro di Montecarlo alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: Montecarlo (166 m) – Lappato (56 m) – San Gennaro (294) – San Giuseppe (69 m) - Montecarlo (166 m).

Distanza: 30 km

Dislivello: 700 m

Tempo: 3 h 30'

Difficoltà: TC/MC

Ritorno: Da Montecarlo alle ore 14 con rientro a Sesto dopo circa 1 h.

Indispensabili: bici meccanicamente efficiente e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.

Gita INTERSEZIONALE con la Sezione di Pescia, in collaborazione con quelle di Firenze e Scandicci.

Direttore: Muzio Veroni (CAI Pescia), tel: 339 602 6009, e-mail: veroni.geometra@virgilio.it.

Referenti per CAI Sesto Fiorentino:

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

Stefano Landeschi, tel: 338 294 6947, e-mail: stefano1landeschi@gmail.com

L'ALTISSIMO DAL SENTIERO DELLA TACCA BIANCA

L'**Altissimo** è un monte imponente se visto dal mare con la sua parete verticale nonostante la sua quota (1542 m) non sia tra le più alte delle **Alpi Apuane**. La sua vetta, facilmente raggiungibile attraverso le vie normali, offre un panorama straordinario sulla catena apuana, sul mare e sulle isole. Fu esplorato da Michelangelo che ne intuì le potenzialità legate all'estrazione del marmo statuario e proprio le cave, la maggior parte ormai abbandonate, ne segnano profondamente le pendici e costituiscono una sorta di parco di archeologia marmifera. Quella che proponiamo, come via di salita,



non è la via normale ma è il **sentiero della Tacca Bianca** che collega la **cava di Tacca Bianca** con il **Passo del Vaso Tondo**; si tratta di un percorso riservato solo ad escursionisti esperti con capacità alpinistica considerate la delicatezza dei passaggi e la forte esposizione. Questo sentiero costituisce il punto cruciale di un itinerario ad anello che parte dalle Gobbie sopra Pian della Fioba.

Partenza: dal parcheggio davanti al Carrefour di Calenzano ore 7:00 con arrivo previsto al parcheggio delle Gobbie a Pian della Fioba alle ore 9.30.

Itinerario: Parcheggio delle Gobbie (1036 m) – Foce del Frate (1299 m) – Passo degli Uncini (1357 m) – Cava Colonna (1030 m) – Cava Macchietta – Cava Fitta – Cava della Tacca Bianca (1250 m) – Passo Vaso Tondo (1336 m) – Altissimo (1542 m).

Tempo: 6 h

Difficoltà: EEA

Dislivello: 800 m

Rientro: partenza da Pian della Fioba alle ore 17.00 con arrivo a Calenzano alle 19.30.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita in ottimo stato e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Riservata ad escursionista esperto con buona condizione fisica; indispensabile casco, imbrago, 2 cordini, 2 moschettoni a ghiera, guanti.

Direzione gita:

IS CNSASA Alessandro Aiazzi, tel. 328 366 5980, e-mail: aleaia@libero.it

Alessandro Restivo, e-mail: alerestivo@gmail.com

ETNA È FIMMINA E SI CHIAMA IDDA

L'**Etna** è il vulcano attivo più alto d'Europa con i suoi 3330 m che variano con le continue eruzioni. Il nome Etna deriva dal greco antico "Aetna" che significa bruciare, ma per i catanesi l'Etna è Femmina e si chiama Idda in contrapposizione a Iddu, nome con cui viene chiamato Stromboli, l'altro vulcano attivo che le si contrappone dalle Isole Eolie. L'Etna è una montagna dove sono presenti colate laviche recenti, in cui ancora non si è insediata alcuna forma di



vita, e colate antichissime su cui si trovano formazioni naturali di pino laricio, faggio e betulla; nelle quote più basse a querceti e castagneti si alternano terrazzamenti, frutto della secolare attività dell'uomo, in cui vengono coltivati pereti, meleti, vigneti, nocciolieti e pistacchietti di qualità particolarmente apprezzate. Sull'Etna nel 1987 è stato istituito il primo Parco della Sicilia che ha diviso il territorio in tre aree: **Zona A**, con 19.000 ettari, quasi tutti di proprietà pubblica, dove non ci sono insediamenti umani. È l'area dei grandi spazi incontaminati, regno dei grandi rapaci tra cui l'aquila reale. La **Zona B**, con 26.000 ettari, è formata in gran parte da piccoli appezzamenti agricoli privati ed è contrassegnata da splendidi esempi di antiche case contadine, frugali ricoveri per animali, palmenti, austere case padronali, segno di un'antica presenza umana che continua tutt'ora. Oltre alle Zone A e B, c'è una **zona pre-parco** di 14.000 ettari. Avremo l'opportunità di conoscere da vicino questo spettacolo davvero unico della natura, dal paesaggio lunare, inconsueto, emozionante, camminando su una montagna di lava antica e recente, e sullo sfondo il mare e la sua splendida costa occidentale siciliana, da Siracusa a Taormina di cui visiteremo alcuni splendidi borghi.

Le camminate a piedi non sono particolarmente impegnative, le più importanti sono quelle previste sul vulcano di cui daremo dettagli nel programma che è in fase di realizzazione.

Direzione gita:

Silvia Sarri, tel. 329 611 6104, e-mail: silviasarri54@gmail.com

Loretta Albavetti, tel. 347 354 1982, e-mail: loretta.alba@gmail.com

MONTE PIGLIONE SUD E NORD CON VISITA ALLA GROTTA DELL'ONDA

L'itinerario prevede la salita al **Monte Piglione Sud e Nord**, con partenza da **Casoli**. Parcheggiate le auto poco fuori dal paese (cimitero), imbrocheremo il sent. 112 e poco dopo ad una marginetta prendiamo il sent. 2. Dopo una breve salita imbrochiamo il bivio a sx per la meravigliosa **grotta dell'Onda**, dove sono stati ritrovati oggetti risalenti all'epoca preistorica, veramente meritevole di una bella visita. Ritornando sui nostri passi, percorreremo il sent. 2 fino alla Foce del Termine (o del Crocione), con possibilità durante il percorso di una piccola deviazione con sosta panoramica.



Dalla Foce imbrocheremo il sent. 103 fino al bivio che ci porterà alla Sella del Piglione, dalla quale lungo il crinale arriviamo alla cima **Monte Piglione Sud** per poi dirigerci alla ancor più spettacolare **cima Nord** godendo di una splendida veduta delle Panie e, visibilità permettendo, dell'arcipelago toscano. Riscendiamo alla Foce del Termine, dirigendosi in loc. **Campo all'Orzo** dove si trova la chiesa di S. Antonio Abate, da qui raggiungeremo la Focetta di S. Vincenzo dove con il sent. 112, una bella mulattiera a tratti piuttosto ripida, torneremo al punto di partenza. Arrivati a Casoli, merita la visita al paese dei murali, passeggiando per le sue viuzze piene di colori e vita, con sosta finale ristoratrice in un bel locale molto panoramico.

Partenza: dal parcheggio davanti al Carrefour di Calenzano ore 7:00 con arrivo previsto a Casoli alle ore 8:30.

Itinerario: ad anello per la lunghezza di 16 km. Casoli (400 m), sent. 112, grotta dell'Onda (720 m), Foce del Termine (o Crocione – 1030 m), sent. 103, Sella del Piglione (1065 m), Piglione Sud (1184 m), Piglione Nord (1233 m), Campo all'Orzo (930 m), Focetta di S. Vincenzo (918 m), sent. 112, Casoli (400m).

Tempo: 6 h circa

Difficoltà: E+

Dislivello: 1060 m

Ritorno: da Casoli ore 17:00 arrivo previsto a Calenzano ore 18:30.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita:

Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

IL CAMMINO D'ETRURIA

Il **Cammino d'Etruria** è un itinerario strutturato tematicamente legato al mondo etrusco che si snoda in 7 tappe tra **Pisa** e **Volterra** per uno sviluppo di circa 150 km a disposizione dell'escursionista che voglia godersi quella che **Leopoldo II**, ultimo sovrano del Granducato, definì "la parte più bella della Toscana". Esistono inoltre diverse "varianti" dedicate alla mtb che hanno lo scopo di unire al Cammino altri centri importanti come **Livorno**, **Capannoli** e **Chianni** non toccati dal percorso principale. Nella nostra intersezionale, adatta a mountain bike (anche e-bike), percorreremo due tappe, ricavate da entrambi i tracciati, che ci porteranno il primo giorno da **Livorno** a **Casciana Terme** - dove pernosteremo - e il giorno successivo da **Casciana Terme** a **Montecatini Val di Cecina**.



Sabato 18: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere la stazione FS di Livorno alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: Stazione FS Livorno (28 m) – Fornace del Corbolone (203 m) – Eremo di S. Maria alla Sambuca (205 m) – Valle Benedetta (390 m) – Parrana San Martino (127 m) – Casciana Terme (115 m).

Distanza: 50 km

Dislivello: 1300 m

Tempo: 6 h

Difficoltà: MC/MC

Domenica 19: Partenza da Casciana Terme alle ore 9.

Itinerario: Casciana Terme (115 m) - Terricciola (182 m) - Lajatico (200 m) - Orciatice (328 m) - Montecatini Val di Cecina (394 m).

Distanza: 45 km + 33 km per trasferimento alla stazione FS di Cecina

Dislivello: 1300 m

Tempo: 8 h

Difficoltà: MC/MC

Ritorno: Dalla stazione FS di Cecina intorno alle ore 17.00 per prendere un treno che ci riporterà a Livorno dove riprenderemo le macchine. Arrivo previsto a Sesto F.no intorno alle ore 19.30.

Note: La quota di partecipazione comprende il trattamento di mezza pensione in albergo a Casciana Terme. I due pranzi sono al sacco. **Indispensabili:** bici meccanicamente efficiente e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche. Zaino con cambio per il pernottato. Prevista ricarica per e-bike in albergo.

Gita INTERSEZIONALE con le Sezioni CAI di Bologna, Livorno e Perugia, in collaborazione con quelle di Firenze e Scandicci.

Direttore: Stefano Dal Canto (CAI Livorno), e-mail: stefano@dalcanto.info tel. 335 325 306

Referente CAI Sesto: Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com.

MONTE PRATO FIORITO

L'escursione prevede il raggiungimento della vetta del **Monte Prato Fiorito**, nota per le sue variegata ed abbondanti fioriture primaverili e da cui si gode di un ampio panorama sia verso le **Alpi Apuane** che verso l'**Appennino settentrionale**. Percorreremo l'anello dell'**Alta Via dei Pastori**, un anello ripristinato e segnato dal Gruppo Trekking Pegaso nel 2019. Si inizia dalla località la **Cappella**, nella parte alta dell'abitato di **San Cassiano di Controne**, luogo in cui si trova un'antica Pieve di cui si hanno notizie dal 722. L'edificio attuale risale però alla fine dell' XI secolo. Accanto ad essa si trova un piccolo museo che custodisce una statua equestre lignea del XV secolo, attribuita a Jacopo della Quercia. Dopo un breve tratto in salita si prosegue a destra fino alla selletta che divide il **Pian di Luco dal Prato Fiorito**, transitando nei pressi delle Buche di Renaio. Da qui si inizia la salita della ripida cresta della Pianella del Desco da cui, con alcuni saliscendi si arriva alla panoramica ampia cima del Prato Fiorito. Dopo la sosta si scende al valico della **Foce al Trebbio** dal quale faremo una deviazione per raggiungere anche la cima del vicino **Monte Coronato**. Tornati al valico proseguiremo in discesa nuovamente lungo la "Alta via dei Pastori" per rientrare a la Cappella. Se sarà possibile ci fermeremo al museo per una breve visita.



Partenza: dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 6:30.

Itinerario: ad anello. La Cappella (596 m) – selletta (947m) – Pianella del Desco (1203m) – Monte Prato Fiorito (1297 m) – Foce al Trebbio (1128 m) – Monte Coronato (1217) - Colle a Serra (846 m) – La Cappella (596 m).

Tempo: 4 h circa

Difficoltà: **EDislivello:** 760 m

Ritorno: da San Cassiano di Controne alle ore 16:00 circa con arrivo previsto a Calenzano alle ore 18:30 circa.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita: Alessandro Biglietti, tel. 349 876 9738, e-mail: alexbiglietti@tiscali.it

GIORNATA DELLE APUANE

Si tratta di una giornata di escursionismo dedicata alle Alpi Apuane. Il Gruppo Regionale insieme all'OTTO Escursionismo farà da coordinatore per l'iniziativa. Ulteriori informazioni saranno fornite non appena disponibili.

ALLA SCOPERTA DEL PERÙ: TRA MONTAGNE E LUOGHI MITICI

La **Cordillera Blanca** è uno dei posti mitici dell'alpinismo mondiale insieme all'Himalaya e alla Patagonia. Come non ricordare la terribile impresa degli alpinisti Joe Simpson e Simon Yates sulla Siula Grande, gigante di 6.344 metri, raccontata nel libro "La morte sospesa". Cordillera Blanca vuol dire vette avvolte dai ghiacciai perenni, vallate ammantate di vegetazione lussureggiante, laghi cristallini color giada, è la catena montuosa tropicale più alta al mondo con più di 30 cime che superano i 6.000 metri. Nel nostro viaggio faremo uno dei trekking classici di questa regione che ci porterà al campo base sud dell'**Alpamayo** (5947 m) definita dall'Unesco la montagna più bella del mondo.



Ma nel grande Perù non possiamo non considerare il posto che più ne denota la storicità e il mito e cioè **Machu Picchu**. Per i più intraprendenti sarà possibile raggiungerlo tramite il mitico "**Inca Trail**" che all'alba del quarto giorno ci farà entrare in questo luogo mitico da **Inti Punku** (La Porta del Sole). Per chi invece non intende intraprendere le altezze della Cordillera Blanca o la fatica dell'Inca Trail, il viaggio propone sia un tuffo nella storia pre-incas delle popolazioni "Chimù" con base nella splendida città coloniale di **Trujillo**, sia la scoperta della "**Valle Sacra**", nei dintorni di Cuzco, dove si potranno visitare siti archeologici, mercati e cittadelle caratteristiche fondate dagli inca.

Per tutti non mancheranno le bellezze di **Cuzco**, città considerata dagli Incas l'ombelico del mondo, capitale della cultura e tradizione andina, e poi il mitico **Lago Titicaca**, che nella mitologia andina è il luogo in cui è nato il sole, il lago più grande del Sud America e il bacino navigabile più alto al mondo (3812 m).

Il programma gita, della durata di 20-22 giorni, sarà disponibile entro fine anno con partenza prevista a maggio.

Direzione gita: Lorenzo Caporaletti, e-mail: l.caporaletti55@gmail.com

GIORNATA DEI SENTIERI

Le informazioni saranno fornite non appena disponibili.

PARCO DELLE FUCINE E FERRATA NASEGO

Il **Parco delle Fucine** si trova in provincia di **Brescia**, nel territorio di **Alone** e **Casto**, vecchio distretto industriale dove fra l'altro si possono visitare sei fucine, un forno fusorio, un mulino e una calchera. Il complesso è stato operativo fino al 1930 e ha prodotto arnesi di ferro per oltre cinque secoli utilizzando l'acqua come forza motrice. Lì vicino, in una splendida valle scavata da ruscelli e cascate, con rocce a strapiombo, in un contesto storico e ambientale notevole e unico nella sua suggestività, sono state realizzate pareti per arrampicate, percorsi attrezzati, zip line, trekking e percorsi per mountain bike. In particolare il percorso delle ferrate, disposto ad anello, è composto da quattordici tratti indipendenti ed allineati, lunghi in totale 1700 m, con circa 500 m di dislivello e al termine di ognuno di essi, è possibile uscire e proseguire sul sentiero. Le ferrate, anche se brevi, sono considerate difficili e moderatamente difficili. Si attraversano anche due ponti tibetani, e, sempre con l'attrezzatura da ferrata, si può transitare nello Stretta di Luina, canyon lungo 460 m, largo 1 - 2 m e profondo 30 - 35 cm creato dall'incredibile erosione delle rocce. È stato tracciato anche un bellissimo circuito escursionistico, che permette di visitare e di godere di siti naturali veramente singolari come la cascata del "Pisot" "Pos de l'acqua" e del "Pisari del Cociar".



Sabato 1: Partenza dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 6:30 e arrivo al parcheggio di Alone alle 10:30. Da qui partono le ferrate che decideremo di affrontare. Per maggiori dettagli consultare: www.vieferrate.it.../lombardia/54-prealpi-bresciane/61-casto.html. A fine giornata rientro in albergo a Casto, cena e pernottamento.

Difficoltà: EEA difficile

Domenica 2: Dopo colazione lasceremo l'albergo e ci sposteremo con le auto fino ad uno spiazzo con tettoia sopra l'abitato di Comero (circa 30 minuti). Dal parcheggio seguiamo le indicazioni per la ferrata di Nasego che in 20 minuti ci portano all'attacco. La ferrata si sviluppa in cinque sezioni ben distinte fra loro, di difficoltà media, con alcuni tratti difficili. La ferrata è mediamente esposta e varia nei suoi passaggi alternando pareti, traversi, cenge, tratti in cresta con diversi livelli di difficoltà.

Difficoltà: EEA moderatamente difficile 3/5

Tempo (totale): 4 h 30'

Dislivello (ferrata): 400 m

Dislivello (itinerario): 550 m

Lunghezza: 3 km

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita in ottimo stato e abbigliamento adeguato. **Riservata** ad escursionista esperto con buona condizione fisica. Indispensabile che i partecipanti debbano essere equipaggiati con materiale omologato: casco, imbrago, kit da ferrata, 2 cordini, 2 moschettoni a ghiera, guanti.

Direzione gita: IS CNSASA Alessandro Aiazzi, tel. 328 366 5980, e-mail: aleaia@libero.it
ASE Silvia Sarri, tel. 329 611 6104, e.mail: silviasarri54@gmail.com

IL CRINALE DELL'ALPE TRE POTENZE

Splendida e lunga escursione che, attraversando le sorgenti dell'**Orrido di Botri**, ci porterà a percorrere il crinale che dalla **Foce di Campolino** arriva a **Foce a Giovo**. Partiremo dal Col della Piastra, ex rifugio Casentini, imboccando il sent. 14 che, attraverso una stupenda faggeta e il guado di due torrenti (facendo attenzione), ci farà giungere a **Fontana di Troghi**, dove, con il sent. 12, inizia la salita per Foce di Campolino. Terminata la faggeta attraverseremo un antico circo glaciale molto suggestivo e percorreremo una ripida salita fino alla Foce di Campolino dove



ci fermeremo per la sosta pranzo. Lascieremo il sent. CAI e imboccheremo il sentiero di cresta, non segnato ma di semplice percorrenza, punteremo al Poggio alle Porche e dopo alcuni saliscendi raggiungiamo l'**Alpe Tre Potenze** godendo di una splendida veduta a tutto campo. Scenderemo al **Passo d'Annibale** e tramite il sent. 519 immerso in una bella distesa di mirtili arriveremo a Foce a Giovo con un panorama stupendo sulle cime del **Rondinaio Lombardo**, **Rondinaio** e **Giovo**. Da qui imboccando la strada della Duchessa e il sentiero CAI 16 passeremo dal rifugio Casentini, chiedendo poi l'anello rientrando al Col della Piastra dove godremo di meritato ristoro al **rifugio Ospedaletto**.

Partenza: dal parcheggio davanti al Carrefour di Calenzano ore 6:30 con arrivo previsto all'ex rifugio Casentini ore 8:40.

Itinerario: ad anello per la lunghezza di 16 km. Ex rifugio Casentini (1460 m), sent. 14, Fontana a Troghi (1300 m), sent. 12, Foce di Campolino (1839 m), sent. di crinale, Poggio alle Porche (1869 m), Alpe Tre Potenze (1935 m), sent. 519, Passo d'Annibale (1794 m), Foce a Giovo (1716 m), sent. 16, ex rifugio "Casentini" (1460 m).

Tempo: 7 h circa

Difficoltà: EE

Dislivello: 1354 m

Ritorno: da ex rifugio Casentini partenza ore 17:00 arrivo ore 19:15 a Calenzano.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita in ottimo stato e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati. Riservata ad escursionista esperto con buona condizione fisica in grado di affrontare i dislivelli, i sentieri esposti, il terreno ripido soprattutto in discesa e i passaggi su roccia friabile.

Direzione gita:

Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

L'ABETONE

Terza delle 4 uscite del **progetto OLO**: Ancora una volta l'Abetone, la montagna dietro l'angolo, farà da cornice ad una uscita fresca ed ombrosa.

Note: gita alla quale, per livello di difficoltà e lunghezza dell'itinerario, possono partecipare tutti ovvero anche persone con problemi motori (portatori di handicap o anziani) e famiglie con bambini (in carrozzina, passeggino, sulle spalle o a piedi). Le informazioni di dettaglio su questa gita (ritrovo, orari, ecc...) saranno fornite non appena possibile. Seguite il sito o i canali social sezionali.



Direzione gita:

Fabrizio Tinti, tel. 333 752 7835, e-mail: fabrizio.tinti1953@gmail.com

Silvia Spanò, tel. 393 910 8463, e-mail: silviaspano58@gmail.com

CAMMINA NEI PARCHI

Si tratta di una giornata nazionale che Club Alpino Italiano e Federparchi organizzano per evidenziare la funzione di tutela e di volano per un'economia sostenibile rivestita dai Parchi. Ulteriori informazioni saranno fornite non appena disponibili.



IL NEGOZIO TECNICO A FIRENZE
ALPINISMO, ARRAMPICATA, TREKKING

VIA MARAGLIANO 30 (ang. via Pacini)
Tel./fax 055.3245074
www.climbfirenze.com

LA GARFAGNANA E L'EREMO DI CALOMINI

La **Garfagnana**, detta anche **Alta Via del Serchio** è un'area storico-geografica della Provincia di **Lucca**, compresa tra le **Alpi Apuane** e la catena principale dell'**Appennino Tosco-Emiliano**. Il territorio offre un'ampia varietà di paesaggi, a partire da una fascia montana, impervia e incontaminata, rocciosa, prativa e dal declino più dolce e ricca di sentieri storici-culturali. L'itinerario che proponiamo è un percorso ad anello (adatto per mountain bike e e-bike) che ci permetterà di percorrere vie storiche attraversando borghi medievali con sosta all'**Eremo di Calomini** luogo di meditazione e preghiera a strapiombo sulla **Valle della Turrite**.



Partenza: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere Galliciano alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: Galliciano - (186 m) - percorso fluviale Alessandro Valentini - (220 m) - Trassilico - (722 m) - Chieva di Sopra - (427 m) - Lago di Trombacco (459 m) - Vergemoli (619 m) - Eremo di Calomini - (550 m) - Sent. Rio Folle - (500 m) - Galliciano (186 m).

Distanza: 35 km

Dislivello: 900 m

Tempo: 5 h 30'

Difficoltà: MC/BC

Ritorno: Da Galliciano alle ore 15.00 circa con rientro a Sesto in circa 2 h 30'.

Note: Pranzo a sacco. Se concordato nei pressi dell'eremo di Calomini è possibile fare sosta per uno spuntino tipico. **Indispensabili:** **bici meccanicamente efficiente e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.**

Gita in collaborazione con le Sezioni CAI di Firenze e Scandicci.

Direttore: Stefano Landeschi, tel: 338 294 6947, e-mail: stefano1landeschi@gmail.com

MONTE FREDDONE CON ASCESA DALLA CRESTA EST

Sulla cima del **Monte Freddone** salendo la bella e abbastanza impegnativa cresta Est. Una volta parcheggiate le auto sulla strada del Cipollaio, poco dopo il bivio per Arni, imbrocceremo il sent. 128 percorrendolo per circa 1 h per poi abbandonarlo e iniziare il tratto della cresta. All'inizio il bosco di faggi si alterna a facili roccette, poi il pendio si farà ripido alternato tra paleo e roccia. Proseguiamo lungo il tratto finale con alcuni passaggi divertenti e abbastanza impegnativi, raggiungendo così la cima del Monte Freddone dove,



nonostante la quota relativamente bassa, godremo di una vista unica a 360° stando per il pranzo a sacco. La discesa sarà per la “via normale”, con alcuni tratti ripidi e scivolosi, arrivando al sent. 11 e proseguendo in direzione del **borgo di Puntato** passando dalla Torbiera di Fociomboli. Prima di arrivare alla chiesina del piccolo borgo prendiamo a sx il sent. 128 che ci riporterà alle auto, con la possibilità di una breve deviazione per sosta ristoratrice al **rifugio La Quiete**.

Partenza: dal parcheggio davanti al Carrefour di Calenzano ore 6:30, arrivo previsto ore 8:30.

Itinerario: ad anello per la lunghezza di 12 km. Strada del Cipollaio (780 m), sent. 128, inizio sentiero di cresta (1070 m), Monte Freddone (1479 m), sentiero via normale, sent. 11, Torbiera di Fociomboli (1030 m), incrocio sent. 128, rifugio La Quiete (940 m), sent. 128 fino alle auto.

Tempo: 6 h circa

Difficoltà: EE

Dislivello: 1135 m

Ritorno: dalla strada del Cipollaio partenza ore 16:00, arrivo a Calenzano ore 18:00.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita in ottimo stato e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati. Riservata ad escursionista esperto con buona condizione fisica in grado di affrontare i dislivelli, i sentieri esposti, il terreno ripido soprattutto in discesa e i passaggi su roccia friabile.

Direzione gita:

Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

SENTIERO ITALIA

Si tratta di una giornata nazionale che il Club Alpino Italiano organizza dedicata al “Sentiero Italia CAI”: un evento diffuso, che prevede appuntamenti escursionistici curati dai Gruppi regionali e dalle Sezioni del Cai. Ulteriori informazioni saranno fornite non appena disponibili.

LA GALLERIA DEL GRANDUCA

Nel 1766 il gentiluomo senese Francesco Bindi Sergardi decise di bonificare circa 150 ettari di terreno, in parte di sua proprietà, che nella stagione invernale si allagavano generando un lago denominato **Pian del Lago** che rendeva impossibile la coltivazione dei terreni e causava anche focolai di malaria. Il progetto di ingegneria idraulica prevedeva la costruzione di un tunnel-canale sotterraneo che doveva portare l'acqua del lago verso il **torrente Rigo** e successivamente al **fiume Merse**. L'opera



terminò nel 1774 con risultati non completamente soddisfacenti, ma le finanze del Bindi si erano prosciugate per cui capì l'importanza del progetto interviene il **Granduca Pietro Leopoldo 1° di Lorena**, facendo allungare il tunnel di 197 metri, portando la lunghezza totale a 2173 metri e terminando i lavori nel 1781. Il merito dell'impresa ora perfettamente funzionante fu attribuita al granduca dimenticando il vero ideatore.

Partenza: dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 7.30 con arrivo previsto a Pian del Lago alle ore 9.00.

Itinerario: San Leonardo al Lago - La Colonna - ingresso Galleria - Eremo di Lecceto - San Leonardo al Lago.

Tempo: 5h

Difficoltà: E

Ritorno: da Pian del Lago alle 17.00 con arrivo previsto a Sesto F.no alle ore 18.30.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco, scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita:

AE Silvio Bacci cell. 3335662468 silvio.bacci@gmail.com

Paolo Corti cell. 3334582413 cortipaolo01@gmail.com

I MONTI SIBILLINI E LA CASCATA DELLE MARMORE

Quattro giorni di trekking nel **Parco Nazionale dei Monti Sibillini** con vista dell'altopiano di Castelluccio di Norcia per la splendida fioritura della lenticchia...e non solo. I Monti Sibillini sono il quarto massiccio montuoso per altezza dell'Appennino continentale (dopo Gran Sasso, Maiella e Velino-Sirente); si trovano nell'Appennino umbromarchigiano, lungo lo spartiacque primario dell'Appennino centra-



le, a cavallo tra **Marche** e **Umbria**, e precisamente tra le province di Ascoli Piceno, Fermo, Macerata e Perugia. Il territorio dei Monti Sibillini ricade nell'omonimo Parco Nazionale dei Monti Sibillini con una lunghezza da Nord a Sud di circa 40 km, costituiti prevalentemente da rocce calcaree, formatesi sui fondali di mari caldi, presentano numerose cime che superano i 2000 m di altitudine, come la maggiore del gruppo, il **monte Vettore** (2476 m s.l.m.), il **monte Priora** (o pizzo della Regina), il **monte Bove** e il **monte Sibilla**.

Giovedì 4: Partenza dal parcheggio davanti al Carrefour (Via E. Cherzani) a Calenzano alle ore 6.30 in auto proprie a costi condivisi (oppure in bus se il numero dei partecipanti lo consente) con destinazione Forca Canapine per la partenza del primo trek.

Itinerario: Monte Utero e Pantani di Accumoli (m. 1808). Percorso ad anello della lunghezza di 10 km con partenza da Forca Canapine in direzione dei Pantani di Accumoli e Monte dei Signori. Da qui si ridiscende ad una sella per poi, usciti dalla faggeta, salire verso la vetta del Monte Utero con una bella vista a 360° sui Sibillini, sul Gran Sasso, sulla Majella e sul Sirente-Velino. Rientro ad anello da Forca dei Copelli con vari animali allo stato brado al pascolo.

Tempo: 4 h 30'

Difficoltà: E

Dislivello: 450 m

Venerdì 5: Monte Vettore (2476 m) e/o Monte Redentore (2448 m) con percorso ad anello della lunghezza di 11 km.

Itinerario: Partenza da Forca di Presta verso il Monte Vettore (2052 m) per proseguire verso il bivacco Tito Zilioli dove l'itinerario si biforca e alcuni proseguiranno per la vetta del Monte Vettore (il più alto dei Sibillini) e altri affronteranno la cresta del Monte Redentore (**percorso per Escursionisti Esperti**). Il gruppo si ritroverà poi al bivacco Tito Zilioli per rientrare insieme a Forca

di Presta dallo stesso sentiero dell'andata, dalla strada, durante il viaggio di rientro verso l'albergo, potremo godere la bellissima vista della fioritura della lenticchia di Castelluccio di Norcia.

Tempo: 6 h 00'

Difficoltà: E/EE

Dislivello: 1000 m

Sabato 6: Monte Bove (2169 m) con percorso ad anello della lunghezza di 14 km.

Itinerario: Partenza da Frontignano di Ussita in decisa salita verso il Rifugio Cornaccione e poi verso il Monte Bico (dove troveremo una nutrita colonia di cavalli allo stato brado e soprattutto tanti camosci appenninici). Continueremo ancora in salita fino alla vetta del Monte Bove Sud (2169 m) per poi proseguire su tutta la splendida cresta della conca glaciale fino a Monte Bove Nord (2112 m) per iniziare poi la lunga discesa verso il Rifugio Cristo delle Nevi e quindi chiudere ad anello a Frontignano di Ussita.

Tempo: 7 h 00'

Difficoltà: EE

Dislivello: 1033 m

Domenica 7: La Cascata delle Marmore, [itinerario Turistico](#).

Itinerario: La cascata delle Marmore è formata dal fiume Velino e dal Nera, affluenti del Tevere, nei pressi di Terni, quasi allo sbocco della Valnerina. A flusso controllato, è la più alta cascata artificiale d'Europa e tra le più alte del mondo, potendo contare su un dislivello complessivo di 165 m suddiviso in tre salti.

Rientro al parcheggio di partenza a Calenzano.

Ritorno: Dalla Cascata delle Marmore alle ore 16.00 con arrivo previsto a Calenzano alle ore 19.00.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita in ottimo stato e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati. Riservata ad escursionista esperto con buona condizione fisica in grado di affrontare i dislivelli, i sentieri esposti, il terreno ripido soprattutto in discesa e i passaggi su roccia friabile.

Direzione gita:

Claudio Bini, tel. 339 441 6351, e-mail: bincla1958@gmail.com

Marina Macaluso, tel. 333 101 0698, e-mail: marina.macaluso@gmail.com

TABACCHERIA RICEVITORIA RICCI GIANNI e MARCO

LOTTO - SUPERENALOTTO - BOLLO AUTO
RICARICHE TELEFONICHE
ARTICOLI PER FUMATORI E DA REGALO

Via Carlo del Prete 41/r - Firenze
Tel. 055.7604861

IL CRINALE DEL PRATOMAGNO

Il **Pratomagno** è una dorsale che si innalza tra il **Valdarno superiore** e il **Casentino**, la sua cima più alta (**monte Pianellaccio**) raggiunge quota 1592 m che si trova vicino alla più conosciuta **Croce di Pratomagno** (1591 m). L'itinerario di questa ciclo-escursione, adatto a mountain bike (anche e-bike), ad anello, parte dalla **Trappola**, piccolo borgo di **Loro Ciuffenna**. Saliremo di quota su strada asfaltata fino a raggiungere il **varco dei Gioghi** e oltrepassato il foro saremo nella valle del casentino,



fino a raggiungere il ristorante da Giocondo. Da qui proseguiremo la salita su sentiero **Hirkler Ring** per raggiungere il crinale e la croce. In sali-scendi continueremo a pedalare sullo "00" fino ad arrivare alla spada nella roccia. In prossimità del **monte Lori** abbandoneremo il crinale per imboccare il sentiero CAI 49 per poi entrare in strada forestale ed infine raggiungeremo il punto di partenza alla Trappola tramite la strada panoramica.

Partenza: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere il borgo della Trappola (Loro Ciuffenna, AR) alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: Trappola (878 m) – Incrocio con strada panoramica (1138 m) – Varco dei Gorghi (1444) – Ristorante da Giocondo (1394 m) – Croce di Pratomagno (1591 m) – Spada nella roccia (1344 m) - Incrocio con strada panoramica (1093) - Trappola (878 m).

Distanza: 32 km

Dislivello: 1000 m

Tempo: 6 h

Difficoltà: TC-MC (con tratti BC)/MC (con tratti BC e uno molto breve OC)

Ritorno: Dalla Trappola alle ore 15.30 con rientro a Sesto dopo circa 1 h.

Note: Pranzo a sacco. Se concordato per il pranzo si potrebbe fare una piccola deviazione da cima Bottigliana e arrivare al rifugio del conforto. **Indispensabili:** **bici meccanicamente efficiente e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.**

Gita INTERSEZIONALE con la Sezione di Valdarno superiore, in collaborazione con quelle di Firenze e Scandicci.

Direttore: Massimo Bellacci (CAI Valdarno superiore), tel: 334 136 8486, e-mail: massimo.bellacci@alice.it. **Referenti per CAI Sesto Fiorentino:**

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

Stefano Landeschi, tel: 338 294 6947, e-mail: stefano1landeschi@gmail.com.

MONTE CEVEDALE

Il Cevedale (3769 m) è una vetta situata nel Parco Nazionale dello Stelvio e delimita il confine tra Lombardia e Trentino-Alto Adige. La via normale, che sale alla vetta principale dal versante lombardo dalla Valfurva, è un percorso di ghiacciaio abbastanza facile e può costituire una prima esperienza o una prima volta per provare un escursionismo avanzato su neve e ghiaccio. Infatti, come accompagnatori avremo una guida alpina e istruttori di alpinismo sezionali.



Mercoledì 10: partenza dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 6.00 per Santa Caterina Valfurva (Albergo dei Forni).

Itinerario: Albergo dei Forni (2176 m) - Rifugio Pizzini (2706 m) - Rifugio Casati (3269 m).

Tempo: 3 h 30'

Difficoltà: EE

Dislivello: 1200 m (positivo)

Giovedì 11: dal Rifugio Casati si arriva alla vetta del Monte Cevedale e si rientra a S. Caterina

Itinerario andata: Rifugio Casati (3269 m) - Monte Cevedale (3769 m)

Tempo: 2 h 30'

Difficoltà: Alpinistica (poco difficile)

Dislivello: 600 m (positivo)

Eventuale (facoltativa) traversata alla Zufallspitze (3757 m) della durata di 45'

Itinerario ritorno: Zufallspitze (3757 m) - Rifugio Casati (3269 m) – Albergo dei Forni (2176 m)

Tempo: 4 h 30'

Dislivello: 1800 m (negativo)

Ritorno: partenza da S. Caterina Valfurva nel pomeriggio e arrivo a Calenzano in serata.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Riservata ad escursionista esperto con buona condizione fisica.

Trattasi di un percorso di alta montagna da percorrere con progressione in cordata indispensabile con scarponi ramponabili, piccozza, ramponi, imbraco, moschettoni, ecc...

Queste informazioni sono preliminari, il programma definitivo verrà fornito il prima possibile. Può essere considerato lo svolgimento in 3 giorni invece di 2. La data è soggetta alle condizioni ghiaccio sull'itinerario.

Direzione gita:

Andrea Giorgetti, tel. 335 695 2117, e-mail: doctor.george@tin.it
con il supporto tecnico della Scuola di alpinismo Vero Masoni.

L'ALBA SULLA "REGINA DELLE APUANE"

Meraviglioso week-end con trek del sabato a percorrere i sentieri di **Fosco Maraini** per salire, a seguire, al **rifugio Rossi** dalla **Borra Canala** e godere dello spettacolare tramonto su quasi tutte le principali vette Apuane. Cena, pernottamento e risveglio "notturno" con caffè caldo per iniziare la salita, sotto lo sguardo vigile dei mufloni e lampade frontali accese, in direzione vetta della **Pania della Croce** per la Via Normale. Giunti alla grande croce sulla sommità, con le prime flebili luci, potremo sederci e rilassarci. Rimarremo estremamente gratificati dalla visione a 360° di gran parte delle vette Apuane che solo l'alba sulla "Regina delle Apuane" può riservare. Il primo raggio di sole della giornata è un regalo della natura che con esso abbraccia la sua terra ed abbraccia anche noi. Dopo questo uragano di emozioni e il sole già alto, rientriamo al rifugio Rossi per la colazione, dopo la quale ripartiremo in direzione della **Pania Secca** per effettuare la salita, e la delicata discesa, prima di rientrare al Piglionico.



Sabato 13: Partenza dal parcheggio davanti al Carrefour a Calenzano alle ore 7.30 in auto proprie a costi condivisi con destinazione Piglionico per la partenza del primo trek (pranzo a sacco).

Itinerario: Sentiero Fosco Maraini - Borra Canala e rifugio Rossi. Percorso della lunghezza di 9 km con partenza dalla Foce del Piglionico e inizio del sentiero Fosco Maraini verso Pasquigliora dove l'alpinista/scrittore risiedeva e dove vedremo la sua casa museo. Una volta rientrati alla Foce del Piglionico inizia la salita verso la Borra Canala, conclusa la quale si arriva al rifugio Rossi per ammirare uno splendido tramonto sulle vette apuane. Cena e "breve" pernottamento.

Tempo: 5 h 00' soste escluse

Difficoltà: EE

Dislivello: 926 m positivo e 458 m negativo.

Domenica 14: Pania della Croce e Pania Secca con percorso della lunghezza di 9 km.

Itinerario: Partenza dal rifugio Rossi alle ore 3.30 circa con lampade frontali accese e salita alla Pania della Croce dalla Via Normale (Vallone dell'Inferno) per godersi la meraviglia dell'alba, con la vetta della Pania che si "tuffa" nel Mar Tirreno e tutte le vette apuane che, piano piano, vengono illuminate dal sole. Si ridiscende al rifugio Rossi per la colazione. Prima di rientrare alle auto, dal Rossi saliremo sulla vetta della bella e non banale Pania Secca, per poi rientrare al parcheggio del Piglionico.

Tempo: 5 h 00' soste escluse

Difficoltà: EE

Dislivello: 533 m positivo e 1012 m negativo.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita in ottimo stato e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati. Riservata ad escursionista esperto con buona condizione fisica in grado di affrontare i dislivelli, i sentieri esposti, il terreno ripido soprattutto in discesa e i passaggi su roccia friabile. I Direttori di gita possono variare in parte (o annullare) l'escursione per motivi di sicurezza del gruppo, riferibili soprattutto alle condizioni meteo in loco. I posti a disposizione al rifugio sono 20.

Direzione gita: Claudio Bini, tel. 339 441 6351, e-mail: bincla1958@gmail.com
Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com

MARMAROLE TOUR

Un giro ad anello sotto le **Marmarole** di quattro giorni con zaino in spalla in percorsi poco frequentati all'interno del selvaggio gruppo dolomitico delle Marmarole. Situate nella parte nord della provincia di **Belluno** nel mezzo delle località più importanti del **Cadore**, le Marmarole sono caratterizzate da un susseguirsi di picchi, gole e pascoli di considerevole bellezza. L'ambiente di queste montagne offre un condensato di natura selvaggia raramente riscontrabile in altri gruppi dolomitici più famosi. Lungo il nostro cammino passeremo per rifugi alpini, forcelle e punti panoramici e



potremo godere appieno della vista delle vette più importanti e famose di queste zone: l'**Antelao**, il **Monte Pelmo**, tutto il gruppo del **Sorapis** e tanto altro. Per questo trekking da rifugio a rifugio è bene possedere una buona resistenza per superare in un solo giorno dislivelli di quasi mille metri portando lo zaino in spalla. Effettuando l'anello come proposto non è necessaria attrezzatura da alpinismo né da ferrata, è sufficiente una certa sicurezza su ghiaioni, sentieri stretti e poco agevoli e tratti attrezzati con corda.

Giovedì 1: Trasferimento in auto da Sesto Fiorentino ad Auronzo di Cadore che avrà una durata di 5 ore circa. Salita in funivia fino al rifugio Monte Agudo (1573 m, con possibilità di pranzo veloce). Il percorso a piedi, della lunghezza di 9 km, prevederà la salita fino alla Forcella Bassa e successivamente al Col dei Buoi prima e quindi all'omonimo Piano dopo (1780 m). Saliremo ancora fino al rifugio Ciareido (1969 m) e quindi, seguendo il percorso dell'AV5, arriveremo al rifugio Baion (1828 m), dove pernosteremo.

Tempo: 4 h

Difficoltà: EE

Dislivello: 400 m positivo e 200 m negativo

Venerdì 2: Il percorso sarà 12 km di lunghezza. Dopo la partenza dal rifugio Baion, saliremo verso l'omonima forcella seguendo il sentiero 262 lungo la AV5, per proseguire poi su un sentiero esposto e impegnativo (tratti attrezzati) che ci permetterà di raggiungere il rifugio Chiggiato (1911 m). A questo punto lasceremo l'AV5 e, seguendo una inizialmente ripida discesa e quindi un piacevole percorso lungo la val d'Oten, arriveremo alla Capanna degli Alpini (1395 m), destinazione finale della giornata.

Tempo: 5 h

Difficoltà: EE

Dislivello: 500 m positivo e 800 m negativo

Sabato 3: Il percorso sarà della lunghezza di 7 km. Dal rifugio Capanna degli Alpini, dopo una

breve deviazione per vedere la Cascata delle Pile (1546 m), risaliremo un bellissimo sentiero con vista sulla Val d'Oten e sui monti Antelao e Pelmo fino ad arrivare al rifugio Galassi. Da qui, se la giornata lo permetterà, sarà possibile fare una variante per avvicinarsi a quel che resta del ghiacciaio dell'Antelao. Successivamente, tornando sul percorso del Marmarole Runde (sent. 227, AV5 e AV4), arriveremo al rifugio San Marco (1823 m) meta finale della giornata.

Tempo: 3 h (senza varianti)

Difficoltà: EE

Dislivello: 800 m positivo e 300 m negativo, senza varianti cascata delle Pile e ghiacciaio Antelao.

Domenica 4: Percorso previsto con 11 km di lunghezza. Partendo dal rifugio San Marco, seguendo ben tre Alte Vie (3, 4 e 5), lungo sentieri selvaggi con viste magnifiche, saliremo fino a raggiungere Forcella Grande (2255 m, quota massima del nostro percorso). Da qui inizieremo la lunga discesa lungo la val de San Vido costeggiando l'imponente Torre dei Sabbioni e il Corno del Doge da un lato e il Sorapiss dall'altro. In questo tratto, clima permettendo, la vista si aprirà fino alle Tre Cime di Lavaredo. La discesa continuerà all'interno della Riserva Naturale di Somadida fino alla val d'Ansei, dove raggiungeremo la statale. Ci trasferiremo quindi ad Auronzo, dove recuperate le auto, faremo ritorno a Sesto Fiorentino.

Tempo: 5 h

Difficoltà: EE

Dislivello: 500 m positivo e 1150 m negativo

Note: Si tratta di informazioni indicative e preliminari, il programma definitivo verrà fornito il prima possibile.

Direzione gita: Francesco Piantini, tel: 347 320 6739, e-mail: francesco.piantini@gmail.com

ESCURSIONISMO

domenica 1 - venerdì 6 settembre

“IL SENTIERO ROMA”: UN'ALTA VIA SUL GRANITO

Il **Sentiero Roma**, è un trekking di alta quota, lungo 54 km, che si svolge prevalentemente ai 2500 metri, nel tratto delle **Alpi Retiche** situato tra **Engadina** e **Val Masino-Val Malenco**. Inizia in **Val Chiavenna** (Novate Mezzola) e termina in **Val Malenco** (Torre Santa Maria). Noto anche come **Alta via del Granito**, l'itinerario si svolge sul versante Sud di grandi montagne, come il Pizzo Badile, il Cengalo, la Cima di Zocca, la Cima di Castello e l'imponente Monte Disgrazia, che formano il confine con la Svizzera. Si tratta della prima alta via ideata e realizzata in Italia



su progetto della sezione di Milano del CAI del 1928. Per percorrerlo occorrono diverse giornate di cammino, dai 3 ai 5 giorni in base all'itinerario che si desidera seguire. Noi proponiamo la variante Val Masino che comprende le due tappe centrali più impegnative e famose tra il rifugio **Gianetti** e il rifugio **Ponti**. Non mancheremo di visitare, sulla via di rientro, la Val di Mello che a cavallo degli anni '70 e '80 vide svilupparsi in Italia il free climbing sulle sue vertiginose pareti di

granito. Percorso impegnativo soprattutto per l'impegno psico-fisico legato ai dislivelli, all'alta quota, all'esposizione e alle lunghe tappe da portare a termine con lo zaino in spalla.

Domenica 1

Partenza dal parcheggio del Carrefour di Calenzano alle ore 7 per Bagni di Masino con mezzi propri con arrivo previsto alle ore 12.30.

Itinerario: Bagni di Masino (1170 m) – Rifugio Omio (2100 m)

Tempo: 3 h

Difficoltà: EE

Dislivello: 900 m in salita, 0 m in discesa

Lunedì 2

Itinerario: Rifugio Omio (2100 m) – Passo del Barbacan (2598 m) - Rifugio Gianetti (2534 m)

Tempo: 4 h

Difficoltà: EE

Dislivello: in salita 500 m, in discesa 100 m

Martedì 3:

Itinerario: Rifugio Gianetti (2534 m) – Bivacco Molteni-Valsecchi (2560 m) – Passo Qualido (2670 m) – Passo dell'Averta (2540 m) – Rifugio Allievi-Bonacossa (2385 m)

Tempo: 7 h

Difficoltà: EE

Dislivello: in salita 700 m in discesa 850 m

Mercoledì 4

Itinerario: Rifugio Allievi-Bonacossa (2385 m) – Passo Val Torrone (2518 m) – Bivacco Manzi-Pirotta (2538 m) – Valico Cameraccio (2950 m) – Bivacco Kima (2700 m) Bocchetta Roma (2850 m) – Rifugio Ponti (2559 m).

Tempo: 8 h

Difficoltà: EE

Dislivello: in salita 820 m, in discesa 650 m

Giovedì 5

Itinerario: Rifugio Ponti (2559 m) – Valle di Pedra Rossa (2100 m) - Sentiero Life – Baita dell'Averta (2252 m) – Passo della Romilla (2546 m) - Baita quota 2075 – Belvedere (1618 m) – Cascina Piana (1092 m) in Val di Mello.

Tempo: 7 h

Difficoltà: EE

Dislivello: in salita 600 m, in discesa 2000

Venerdì 6

Itinerario: Cascina Piana (1092 m) – San Martino (927 m)

Tempo: 2 h

Difficoltà: E

Note: esperienza di montagna e ottima condizione fisica per l'alta quota e l'esposizione; saccoletto e materiale tecnico (ramponcini, bastoncini, piccozza) in base alle condizioni del percorso.

Direzione gita:

Andrea Giorgetti, tel. 335 695 2117, e-mail: doctor.george@tin.it

Franco Lombardo, tel. 392 661 2694, e-mail: francolombardo1@virgilio.it

L'ALPE DI MONGHIDORO

Il territorio dell'**Alpe di Monghidoro** si colloca nell'alto corso del **Torrente Savena**, in contiguità al Sito di Interesse Comunitario **Monte dei Cucchi** – Pian di Balestra e in prossimità di **Monte Oggioli** (1290 m), massima cima dell'Alto Mugello, sul crinale tra le valli dell'Idice e del Savena, spartiacque appenninico al confine con la Toscana. L'itinerario ad anello, adatto per mountain bike (anche e-bike), partirà dal **Lago di Castel dell'Alpi** verso il **Passo Turchino** e poi, proseguirà per l'**Alpe di Monghidoro** da dove si gode di una stupenda vista panoramica. Ri-



entreremo al punto di partenza attraversando bellissimi boschi lungo divertenti sentieri.

Partenza: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere il Lago Di Castel dell'Alpi (San Benedetto Val di Sambro, Bologna) alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: Lago Di Castel dell'Alpi (671 m) - Valdirosa - (868 m) – Passo Turchino - (1131 m) - Alpe di Monghidoro (1241 m) – Pre della Radeccia (998 m) - Alpe di Monghidoro (1241 m) – Ca' dei Brescandoli (779 m) - Lago Di Castel dell'Alpi - (671 m).

Distanza: 28 km

Dislivello: 1150 m

Tempo: 6 h

Difficoltà: MC/BC

Ritorno: Dal Lago Di Castel dell'Alpi alle ore 15.30 circa con rientro a Sesto in circa 1 h.

Note: Pranzo a sacco. Eventuale merenda a fine giro. **Indispensabili:** bici meccanicamente efficienti e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.

Gita INTERSEZIONALE con le Sezioni CAI di Castelfranco Modena, in collaborazione con quelle di Firenze e Scandicci.

Direttore: Giuseppe Cavazzoni (CAI Castelfranco Modena), tel: 335 575 1535, e-mail: gcav5663@gmail.com

Referente per CAI Sesto Fiorentino:

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com.

CRINALE DEL PRATOMAGNO DA MONTE LORI

Interessante escursione alla **Croce del Pratomagno** passando da **Monte Lori**, versante del Valdarno. Parcheggiate le auto in località **Monte di Loro**, prendiamo il sent. 00, passeremo sotto il Monte Lori attraversando un faggeta. Poi inizieremo a percorrere il sentiero di crinale che una volta veniva utilizzato per la transumanza, con una breve deviazione passeremo dalla famosa “**spada nella roccia**”, della quale non si hanno notizie storiche ma, una leggenda la attribuisce a un nobile cavaliere accorso in difesa



della popolazione rifugiata sul Pratomagno durante l’invasione dei Goti di Totila nel VI secolo d.C. Riprenderemo il sent. 00 arrivando alla loc. “**Pozza Nera**”, antico snodo fondamentale per la transumanza dal Casentino alla Maremma, come testimonia il monumento riportante la figura di San Michele Arcangelo, protettore dei pastori transumanti. Con continuo saliscendi, finalmente arriveremo alla maestosa **Croce del Pratomagno**, dove ci aspetta uno splendido panorama a 360°, qui faremo la sosta pranzo e, con percorso inverso, ritorneremo al punto di partenza. Sulla strada di ritorno ci sarà la possibilità di fare una sosta ristoratrice alla **Chiassaia** con la famosa ottima schiacciata.

Partenza: dal parcheggio davanti al Carrefour di Calenzano ore 7:30, arrivo previsto a Monte di Loro ore 9:00.

Itinerario: ad anello (il ritorno ripercorre l’andata) per la lunghezza di 16 km. Parcheggio Monte di Loro (1220 m), “spada nella roccia” (1350 m), Pozza Nera (1510 m), Croce del Pratomagno (1591 m), parcheggio Monte di Loro (1220 m).

Tempo: 5 h 30’

Difficoltà: E

Dislivello: 608 m

Ritorno: da Monte di Loro ore 17:00, arrivo previsto a Calenzano ore 19:00.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita: Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com

FERRATA E CRESTA DEL MONTE ALTO E SUCCISO

Dal **passo del Cerreto**, punto di confine fra Toscana ed Emilia, si apre una mezzaluna di montagne che si ergono intorno ai 2000 metri. Abbiamo davanti la cresta del **Monte Alto** (1904 m) da cui avremo un'impareggiabile vista sulla **Lunigiana** fino al Mar Tirreno e le Apuane, a nord le creste rocciose di collegamento col **Monte Succiso** (2017 m), e a sud il complesso della **Nuda** con la sua caratteristica conca glaciale. Sentiero impegnativo, da fare solo se le condizioni meteo e del terreno lo consentono. È necessario passo fermo, assoluta assenza di vertigini o paura dell'esposizione.



Partenza: dal Parcheggio Carrefour Calenzano alle ore 6.30 e arrivo al Passo del Cerreto alle 9.
Itinerario: ad anello della lunghezza di 13 km. Dal Passo del Cerreto si prende il sentiero 00 che da dietro il ristorante, sale dolcemente nel bosco passando dall'area prativa dell'Ospedalaccio ad un sentiero sempre più ripido che ci porterà alla cresta Est del Monte Alto, da 1300 a 1800 metri di altitudine in pochissima distanza. Si percorre la cresta fra tratti prativi, traversi esposti e rocce da superare in facile arrampicata senza protezioni. Dalla Cima del Monte Alto si prende il sentiero verso il passo di Pietra Tagliata superando tre gendarmi con altrettante ferrate. Le ferrate sono brevi, facili, ma decisamente esposte ed aeree. Dal Passo iniziamo a percorrere la cresta del Succiso, facile e panoramica fino a raggiungere la cima mt 2017 da dove si prosegue, sempre su cresta, verso la Sella Casarola e da qui si inizia la discesa sul ripido sentiero CAI 675, poi 671 per poi riprendere lo 00 da cui siamo partiti.

Tempo: 6 h 30'

Difficoltà: EEA

Dislivello: 1100 m

Rientro: dal passo Cerreto intorno alle 16.30 con rientro a Calenzano per le 19 circa.

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo al sacco. Scarpe con suola scolpita in ottimo stato e abbigliamento adeguato. **Riservata** ad escursionista esperto con buona condizione fisica. Indispensabile che i partecipanti debbano essere equipaggiati con materiale omologato: casco, imbrago, kit da ferrata, 2 cordini, 2 moschettoni a ghiera, guanti.

Direzione gita:

IS CNSASA - Alessandro Aiazzi cell 3283665980 - aleaia@libero.it

ASE - Silvia Sarri 3296116104 - silviasarri54@gmail.com

GIORNATE NAZIONALI DELL'ESCURSIONISMO

Un programma vasto e articolato che quest'anno si svolgerà ad Auronzo di Cadore (Belluno). Include tutte le discipline che fanno capo all'escursionismo CAI (compreso il ciclo) con diversi eventi collaterali. Ulteriori informazioni saranno fornite non appena disponibili.

MONTI FALCO E FALTERONA NELLE FORESTE CASENTINESI

La gita, adatta a sole mountain bike (anche e-bike), meglio se bi-ammortizzate, si svolge nella zona occidentale del **Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi**, Monte Falterona e Campigna, intorno alle cime più alte della zona: **Monte Falco** (1568 m) e **Monte Falterona** (1564 m). Per il primo raggiungeremo il punto panoramico sulla cima, mentre aggireremo il secondo, toccando però punti di interesse come il **Lago degli Idoli**, **Capo d'Arno** (sorgente dell'Arno) e la **Gorga Nera**. Nel versante romagnolo di notevole interesse è la **foresta di Campigna**.



Partiremo dal parcheggio della **Fonte del Borbotto** sopra **Castagno di Andrea**, fino al passo di **Piancancelli** per poi scendere nella foresta di **Campiglia**. Risaliremo al **Passo della Calla** e poi su ancora fino a raggiungere via crinale il Monte Falco, di seguito raggiungeremo in discesa il Lago degli Idoli. Dopo Capo D'Arno saliremo al **Passo delle Crocicchie** per infine rientrare al punto di partenza lungo un bel single track.

Partenza: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere il parcheggio della Fonte del Borbotto alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: Fonte del Borbotto (1189 m) – Passo di Piancancelli (1484 m) – Campigna (1099 m) – Passo della Calla (1300 m) – Monte Falco (1568 m) – Lago degli Idoli (1373 m) – Capo D'Arno (1368 m) – Passo delle Crocicchie (1409 m) - Fonte del Borbotto (1189 m).

Distanza: 25 km

Dislivello: 1100 m

Tempo: 6 h

Difficoltà: BC/BC

Ritorno: Dal parcheggio della Fonte del Borbotto alle ore 15.30 con arrivo previsto a Sesto F.no dopo circa 1 h 45'

Note: Pranzo a sacco. Eventuale merenda a fine giro a Castagno d'Andrea. **Indispensabili: bici meccanicamente efficiente e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.**

Gita in collaborazione con le Sezioni CAI di Firenze e Scandicci.

Direttore: Lorenzo Riganella (CAI Firenze), tel. 342 990 7421, e-mail: tengasiaiuticonquesto@gmail.com. **Referenti per CAI Sesto Fiorentino:**

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

Stefano Landeschi, tel: 338 294 6947, e-mail: stefano1landeschi@gmail.com.

PIANOSA, PER GLI ANTICHI PLANISIA DA PLANUS (“PIATTO”)

Visita alla scoperta di questa magnifica isola dell'**Arcipelago Toscano**: la storia dell'uomo e le meraviglie della natura. I muri a secco, gli ex coltivi, le diramazioni carcerarie dismesse. L'origine geologica dell'isola, la formazione dei suoi fossili, la residua macchia mediterranea, e ancora il mare cristallino e le coste ricche di colori e forme uniche... **Pianosa** deve il suo nome, (per gli antichi Planasia), alla caratteristica che più la contraddistingue, cioè il fatto di avere un territorio quasi totalmente pianeggiante. La sua maggiore



elevazione infatti raggiunge solo 29 metri slm. Le rocce sono di origine sedimentaria e alternano tratti di costa rocciosa a tratti sabbiosi. L'isola fa parte del Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano. Un'associazione ne protegge l'aspetto e la zona marina, rendendola un luogo piacevole per gite e viaggi. Sono vietate, in tutta la sua zona marittima, la pesca, l'immersione e l'ancoraggio. In un posto così bello ed esclusivo non vi è nulla da perdere, certamente i bagni dalla spiaggia di **Cala Giovanna** (unica dell'isola ove consentito!) dove, quando entri in acqua i pesci ti vengono incontro... resteranno nella memoria di ognuno di noi.

Direzione gita:

Franco Checcucci 336 677828 checcucci.franco@gmail.com

Silvia Sarri 329 6116104 silviasarri54@gmail.com



IL NEGOZIO TECNICO A FIRENZE
ALPINISMO, ARRAMPICATA, TREKKING

VIA MARAGLIANO 30 (ang. via Pacini)
Tel./fax 055.3245074
www.climbfirenze.com

IL SENTIERO DELLA LIBERTÀ SULLE ORME DI FOSCO MARAINI

Piacevole itinerario nel parco culturale dedicato a **Fosco Maraini**, recentemente inaugurato. Partiremo dall'**Alpe di Sant'Antonio**, utilizzando il sent. CAI 133 e i nuovi sent. Casa Maraini, arriveremo alla residenza estiva di Fosco Maraini di **Pasquigliora**, oggi divenuta una casa museo grazie al comune di Molazzana, al CAI Toscana e soprattutto a Mieke, moglie di Fosco Maraini. Dopo una breve sosta, proseguendo sul **Sentiero della Libertà**, arriveremo al piccolo borgo di Colle Panestra. Dopo essere passati sotto le balze del monte Nome del Gesù e la



bella parete del monte **Bovaio**, giungeremo in località Trescola, questa era la casa dei partigiani dove "mamma Viola" accolse e accudì i ragazzi del gruppo Valanga. Raggiungeremo così la famosa "panchina" di Maraini dove ci attenderà uno stupendo affaccio sul gruppo delle **Panie**, il monte **Corchia**, il monte **Freddone** e la selvaggia vallata che scende verso **Puntato** e **Colle di Favilla**. Da qui raggiungeremo il **monte Rovaio** (1060 m), dove fu consumata una sanguinosa battaglia il 29 agosto 1944 fra i nazifascisti e il gruppo partigiano Valanga e durante la quale persero la vita 19 giovani partigiani. Col sent. 133a chiuderemo l'anello scendendo dal versante opposto fino a casa Maraini da dove, passando per una carrareccia, rientreremo all'Alpe di Sant'Antonio.

Partenza: da Calenzano di fronte al parcheggio Carrefour ore 8:00 con arrivo previsto all'Alpe di Sant'Antonio alle ore 10:00.

Itinerario: ad anello per la lunghezza di 9 km. Alpe di S. Antonio (780 m), sent. "casa Maraini", Pasquigliora (Casa Maraini 970 m), sent. della libertà, Colle Panestra (998 m), loc. Trescola (990 m), panchina Maraini (1050 m), Monte Rovaio (1060 m), Pasquigliora (970 m), Alpe di S. Antonio (780 m).

Tempo: 4 h

Difficoltà: E

Dislivello: 686 m

Ritorno: dall'Alpe S. Antonio alle ore 16:00 con arrivo previsto a Calenzano alle ore 18:00

Note: mezzi propri e costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati.

Direzione gita: Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com

MONTE GAZZARO E LA LEGGENDA DELL'OSTERIA BRUCIATA

Ciclo escursione adatta a mountain bike (anche e-bike) nel verde **Mugello**, vallata situata a nord di **Firenze** e corrispondente all'alto corso del fiume **Sieve**. Dal paese di **Galliano**, risaliremo la valle fino al **Passo della Futa**, dove si trova il cimitero militare germanico. Queste zone, infatti, durante l'ultimo conflitto mondiale, furono teatro di violenti scontri. Da qui proseguiremo in direzione del **Monte Gazzaro** per giungere, successivamente, al **Passo dell'Osteria Bruciata**. Questo luogo deve il suo particolare nome ad una leggenda piuttosto... "macabra". Ricalcando un tratto della **Via degli Dei**, ci attenderà, infine, il lungo e bel sentiero per **Sant'Agata**, per poi tornare al punto di partenza.

Partenza: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere Galliano (Firenze) alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: Galliano (280 m) - Valdirosa - (868 m) – Panna - (585 m) – Santa Lucia - (700 m) – Passo della Futa (900 m) - Paracchia - (893 m) – Passo dell'Osteria Bruciata (910 m) – Monte Alto (906 m) – Sant'Agata (355 m) – Galliano (280 m) .

Distanza: 38 km

Dislivello: 1200 m

Tempo: 6 h

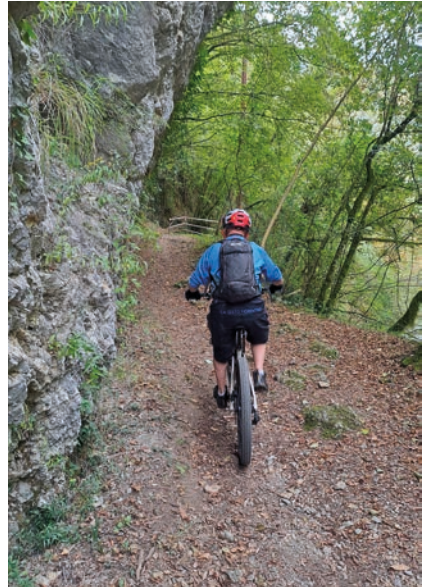
Difficoltà: MC/BC

Ritorno: Da Galliano alle ore 15.30 circa con rientro a Sesto in circa 45'.

Note: Pranzo a sacco. Eventuale merenda a fine giro. **Indispensabili:** bici meccanicamente efficienti e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivero-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.

Gita INTERSEZIONALE con le Sezioni CAI di Lucca, in collaborazione con quelle di Firenze e Scandicci.

Direttore: Alessandro Gamannossi, tel: 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com.



DI QUA E DI LÀ DAL FIUME: ANELLO DELLE CASCINE

Un facile e insolito percorso “metropolitano” che ci porta alla scoperta di inattese visuali del fiume e della natura circostante. La piacevole passeggiata si snoda lungo la pista che, costeggiando l’Arno, unisce il **parco delle Cascine** con il **parco dei Renai** a Signa con qualche divagazione di qua e di là dal fiume. Si parte dal Piazzale delle Cascine, si attraversa la passerella dell’Isolotto e si prosegue lungofiume fino al **viadotto dell’India-**



no, si traversa di nuovo il fiume e ci si incammina lungo la pista ciclopedonale fino alla stazione di **San Donnino** dove, nel 2022, è stata inaugurata la passerella ciclopedonale che attraversa l’Arno e collega la stazione ferroviaria di San Donnino con l’abitato di **Badia a Settimo**, nel territorio di Scandicci. Se ne approfitta per una deviazione per visitare l’antica **Badia di San Salvatore** a Settimo, situata a breve distanza. Dopo la visita si va a ritrovare la riva dell’Arno per ritornare alle Cascine e concludere la nostra passeggiata.

Difficoltà: T

Note: pranzo a sacco, mezzi propri.

Le informazioni di dettaglio su questa gita (ritrovo, orari ed eventuali costi) saranno fornite non appena possibile. Seguite il sito o i canali social sezionali.

Direzione gita: Tiziana Bellini (3388360874) tiziana.be@virgilio.it - Elisabetta Tombelli (3383806299) elitombelli@gmail.com

IL CHIANTI

Quarta e ultima delle 4 uscite del **progetto OLO**: Il profumo del mosto accompagnerà questa bella passeggiata tra i borghi di **Radda e Gaiole in Chianti**.

Note: gita alla quale, per livello di difficoltà e lunghezza dell’itinerario, possono partecipare tutti ovvero anche persone con problemi motori (portatori di handicap o anziani) e famiglie con bambini (in carrozzina, passeggiando, sulle spalle o a piedi).

Le informazioni di dettaglio su questa gita (ritrovo, orari, ecc...) saranno fornite non appena possibile.

Direzione gita:

Fabrizio Tinti, tel. 333 752 7835, e-mail: fabrizio.tinti1953@gmail.com

Silvia Spanò, tel. 393 910 8463, e-mail: silviaspano58@gmail.com



IL CAMMINO DI DON MILANI

Con l'occasione del centenario compiuto quest'anno (1923 – 2023) ecco una tre giorni dalla Scuola Popolare di S. Donato (Calenzano) alla Scuola di Barbiana (Vicchio). Il **Cammino di don Milani** unisce i due luoghi dove don Lorenzo Milani ha maturato la sua esperienza di sacerdote e maestro: **San Donato di Calenzano** e **Barbiana**. È un'esperienza aperta a tutti nella quale i soci del CAI (e non solo i soci) avranno modo di conoscere la vita di Don Milani attraverso il racconto e l'ascolto diretto delle testimonianze di coloro che furono suoi



allievi. Il percorso è alla portata di chiunque abbia un minimo di allenamento a camminare per diverse ore. Il Cammino si snoda lungo sentieri e percorsi di natura variabile, per lo più su sentieri collinari e medio-montani, con dislivelli e pendenze variabili, passando da facili tratti in pianura o mezzacosta ad alcuni tratti più impegnativi in salita, comunque limitati. Non sono presenti sentieri esposti né altre particolari difficoltà tecnico-escursionistiche. L'iniziativa è organizzata dalla sezione del CAI di Sesto Fiorentino in collaborazione con "Il Cammino di Don Lorenzo Milani" che supporta anche dal punto di vista logistico.

Venerdì 11: Calenzano – Monte Senario (distanza: 12 km)

Ore 9.30 ritrovo al piazzale della Chiesa di S. Donato a Calenzano. Incontro con gli allievi della Scuola Popolare (Gruppo Don Lorenzo Milani Calenzano). Dopo l'incontro, partenza con pulmino verso Monte Morello (località Ceppetto). Da Ceppetto, percorrendo sentieri di mezzacosta, raggiungiamo Pratolino, dove visiteremo il bellissimo Parco Mediceo di Pratolino (Vaglia). Poi attraverso un bel percorso collinare raggiungiamo la località Caselline e lungo un sentiero storico saliamo verso il Convento di Monte Senario.

Tempo: 4 h

Difficoltà: E

Dislivello: 440 m positivo

Note: pranzo a sacco; cena, pernottamento e colazione presso il convento.

Sabato 12: Monte Senario – Vicchio (distanza: 25 km)

Ore 8.00 Partenza a piedi. Lasciamo Monte Senario e tramite un tratto del sentiero delle Burraie, dal notevole valore naturalistico, raggiungiamo il sentiero CAI 00 sul crinale che ci permette di scorgere la vallata del Mugello. Percorriamo un bel tratto del crinale fino a riscontrare il sentiero che, poco prima del Monte Giovi, calerà sulle località Campestri e poi Cistio, per giungere al paese di Vicchio, percorrendo la piacevole ciclovia che costeggia il fiume Sieve. Incontro con gli allievi della scuola di Barbiana.

Tempo: 6 h
Difficoltà: E
Dislivello: 590 m positivo

Note: pranzo al sacco fornito dall'organizzazione. Cena, pernottamento e prima colazione presso la comunità Il Mulino (Vicchio) o altra struttura.

Domenica 13: Vicchio – Barbiana (distanza: 13 km)

Partenza ore 8.00. Partendo dalla località dove alloggiamo a Vicchio, e imboccando uno dei sentieri che percorrevano alcuni ragazzi per raggiungere la scuola, attraverso un bosco di castagni, raggiungeremo la località di San Martino a Scopeto per continuare verso il "Ponte di Lucianino" e salire a Barbiana con la chiesa di S. Andrea. Visita alla Scuola di Barbiana e illustrazione del percorso didattico (Fondazione Don Lorenzo Milani). Visita alla tomba di don Milani. Rientro a piedi fino al Lago Viola (3 Km sotto Barbiana). Il rientro a Calenzano sarà con dei pulmini.

Tempo: 4 h
Difficoltà: E
Dislivello: 330 m positivo

Note: pranzo a sacco, fornito dall'organizzazione.

Per i tutti i 3 giorni è necessario un buon equipaggiamento escursionistico, a partire dall'abbigliamento adeguato al periodo ed all'escursione. Indispensabili calzature da trekking. Utili i bastoncini. Zaino da giornata. Dovrebbe essere previsto il trasporto di una borsa per ciascun partecipante che comprende il materiale da pernottato (sacco letto o sacco a pelo, ecc...).

Il programma dettagliato e soprattutto gli aspetti logistici saranno resi noti più avanti. Seguite il sito o i canali social sezionali.

Direzione gita: Andrea Giorgetti, tel. 335 695 2117, e-mail: doctor.george@tin.it

CICLOESCURSIONISMO

sabato 19 ottobre

LA SVIZZERA (PESCIATINA) IN TOSCANA

A Nord di **Pescia**, nella **Valleriana**, c'è un territorio che si chiama **Svizzera Pesciatina**, un nome che deriva dalle molte somiglianze con i paesaggi alpini ispirato dal famoso storico ed economista svizzero **Jean Charles Léonard Simonde de Sismondi** che si innamorò di questo angolo di Toscana e qui decise di ritirarsi. Un itinerario ad anello, adatto a mountain bike (anche e-bike) e gravel, che inizia dal borgo di **S. Quirico** per addentrarsi, in salita, lungo territorio boschivo con vari punti panoramici e alpeggi. Oltrepasseremo la **Chiesa delle Madonne del Tamburino** e il **Rifugio Uso di Sotto** fino ad arrivare a quota 1000 dove godremo di bellissime vedute sui rilievi circostanti. Proseguiremo fino a **Croce a Veglia**, per poi lambire il borgo di **Pontito** e scendere a **Sorana**. Su asfalto pedaleremo verso **Castelvecchio** e quindi di nuovo a **S. Quirico**.



Partenza: da Sesto (punto e orario da definire) per raggiungere S. Quirico (Pescia) alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: S. Quirico (540 m), Chiesa delle Madonna del Tamburino (740 m), Rifugio Uso di Sotto (860 m), Croce a Veglia (906 m), Pontito (740 m), pressi Lanciole (680 m), Sorana (400 m), Castelvecchio (420 m), S. Quirico (540 m).

Distanza: 30 km

Dislivello: 850 m

Tempo: 6 h 30'

Difficoltà: MC/MC

Note: Pranzo a sacco. Eventuale merenda a fine giro (se possibile). **Indispensabili:** bici meccanicamente efficiente e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.

Gita in collaborazione con le Sezioni CAI di Firenze e Scandicci.

Direttore: Michele Balzanti (CAI Scandicci), tel. 366 461 6770, e-mail: mike.balzanti@gmail.com

Referenti per CAI Sesto Fiorentino:

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

Stefano Landeschi, tel. 338 294 6947, e-mail: stefano1landeschi@gmail.com.

ESCURSIONISMO

domenica 20 ottobre

GIORNATA INTERSEZIONALE D'AUTUNNO

Questa giornata, coordinata dal Gruppo Regionale in collaborazione con una o più Sezioni, richiama lo spirito intersezionale con la partecipazione ad un'escursione che esalti lo spettacolo della natura d'autunno. Ulteriori informazioni saranno fornite non appena disponibili.



RUNOUT
outdoor division
NUOVO SHOP

ALPINISMO, CLIMBING, BOULDERING,
TREKKING, SPLITBOARDING,
SNOWBOARDING, RUNNING E TRAIL

NOLEGGIO E VENDITA KIT
ARVA-PALA-SONDA, CIASPOLE, RAMPONI,
PICCOZZE, SPLITBOARD E SNOWBOARD

Sconti riservati ai soci

www.runout360.it info@runout360.it
- FB e Instagram Runout.360 Prato

RUNOUT SRL VIA DEL ROMITO 35 PRATO,
tel.0574546717 - a 8 min dall'uscita di Prato Est

MONTE AMIATA: FRA FOLIAGE, CASTAGNE E CULTURA

L'**Amiata** (dal latino "ad meata": alle sorgenti), gruppo montuoso di origine vulcanica, si colloca fra la **Val d'Orcia**, la **Maremma** e la **Val di Paglia**. La sua vetta, alta 1738 metri, è sormontata da una Croce monumentale alta 22 metri eretta nel 1910. È ricco di fiumi, Fiora, Vivo, Albegna e Paglia che alimentano l'Acquedotto del Fiora che rifornisce tutta la Toscana meridionale e il Lazio settentrionale. Il Monte Amiata è stato uno dei più importanti giacimenti al mondo di cinabro, il minerale da cui si ricava il mercurio. Le miniere sono state chiuse nel 1976 e da alcuni anni sono diventati un museo come il **Parco**



Museo Minerario di **Abbadia San Salvatore**. Essendo un rilievo isolato, in condizioni favorevoli, si può spaziare con lo sguardo per centinaia di chilometri e si possono individuare fra gli altri il massiccio del Gran Sasso, i Sibillini, il Terminillo, il Falterona, il Cimone, nonché il lago Trasimeno e quello di Bolsena, l'isola d'Elba, il Monte Argentario, la Corsica. I boschi dell'Amiata ricchi di faggi e castagni, in autunno, si tingono di giallo, arancione e rosso, regalandoci delle sfumature mozzafiato non soltanto nei sentieri, ma anche lungo le strade tortuose che risalgono il Monte e che ci portano in tanti spettacolari piccoli borghi.

Venerdì 25. Partenza alle ore 7.00 dal parcheggio di fronte al Carrefour a Calenzano; arrivo a Piano delle Macinaie alle 9.30.

Faremo un percorso ad anello lungo il sentiero 650, Rifugio Cantore, sent 682 rif. Amiatino, ancora sent 650 fino salire col 650V fino alla Vetta dell' Amiata, e scendere poi al punto di partenza. Riprenderemo le auto per raggiungere il nostro albergo in S. Fiora. Pranzo a sacco.

Tempo: 5h

Difficoltà: E

Dislivello: 760 m

Sabato 26. Trekking urbano a Santa Fiora, uno dei Borghi più belli d'Italia, per scoprire la ricchezza dei suoi monumenti medievali. Proseguiremo poi con un trek nei vicini sentieri per apprezzare i colori dell'autunno. Pranzo libero.

Lunghezza e dislivello da definire.

Difficoltà: E

Domenica 27. Trasferimento in auto Vivo d'Orcia, "città delle acque".

Percorso ad anello per scoprire cascate e sorgenti della zona. Pranzo libero.

Tempo: 3 h 30'

Difficoltà: E

Dislivello: 380 m

Da qui ci sposteremo, con i mezzi, a Seggiano e andremo a visitare il Giardino Daniel Spoerri (circa 2 h 30'), parco artistico che si estende su una superficie di 16 ha, dove vedremo 113 sculture sia di Spoerri che di altri artisti.

Rientro a Calenzano, con arrivo previsto entro le 21:30.

Note: secondo il numero di partecipanti la gita potrà essere effettuata con bus o mezzi propri e costi condivisi. Scarpe con suola scolpita e abbigliamento adeguato. Bastoncini sempre consigliati. Pranzo a sacco per venerdì. In caso di maltempo potremo usufruire delle vicine terme, per cui è consigliato portare anche il costume.

Direzione gita:

Silvia Sarri cell 3296116104 silviasarri54@gmail.com

Loretta Albavetti cell 3473541982 loretta.alba@gmail.com

CICLOESCURSIONISMO

domenica 10 novembre

BRUNELLO DI MONTALCINO TOUR

Un itinerario ad anello adatto per mountain bike (anche e-bike) nella meravigliosa **Val D'Orcia** e, nello specifico, nel cuore di un'area vinicola famosa in tutto il mondo: il **Brunello di Montalcino**. Partiremo da, appunto, Montalcino in direzione del borgo di **Lume Spento** scorgendo poi in lontananza la magnifica **Abbazia di Sant'Antimo**, dove ci fermeremo per una breve visita. Poche pedalate fino agli antichi borghi di **Castelnuovo dell'Abate** e **Sant'Angelo in Colle**. È un susseguirsi di vigneti, oliveti e boschi di leccio fino a raggiungere **Poggio al Vento** da dove si gode di un bell'affaccio. Dopo **Castel del Bosco** ci sarà un susseguirsi di attrazioni vitivinicole come Podere Gauggiole, Terre Nere, Podere Colombaio e Podere Bonacchi. Rientreremo a **Montalcino** dopo essere passati da **Capanna di Cencioni**,



Partenza: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere Montalcino alle ore 8.30, partenza prevista alle ore 9.00.

Itinerario: Montalcino (545 m) – Lume Spento (624 m) – Castelnuovo dell'Abate (366 m) - Sant'Angelo in Colle (429 m) – Castel del Bosco (350 m) – Montalcino (545 m).

Distanza: 56 km

Dislivello: 1300 m

Tempo: 6 h 30'

Difficoltà: MC/MC

Ritorno: Da Montalcino alle ore 15.30 con arrivo previsto a Sesto F.no dopo circa 2 h

Note: Pranzo a sacco. Eventuale merenda a fine giro. **Indispensabili: bici meccanicamente efficienti e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.**

Gita in collaborazione con le Sezioni CAI di Firenze e Scandicci.

Direttore:

Germano Fabris (CAI Scandicci), tel. 333 445 9234, e-mail: germano.fabris@gmail.com

Referenti per CAI Sesto Fiorentino:

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

Stefano Landeschi, tel: 338 294 6947, e-mail: stefano1landeschi@gmail.com.

ESCURSIONISMO

sabato 16 - domenica 17 novembre

SBALLOTTATA

Come consueto anche nel 2024 ci sarà l'edizione della Sballottata con l'obiettivo di passare due giorni insieme e di concludere le attività dell'anno con una cena conviviale ripercorrendo attraverso foto e video le escursioni che si sono svolte nell'anno.

Il programma dettagliato e gli aspetti logistici saranno resi noti più avanti. Seguite il sito o i canali social sezionali.

Direzione gita: Andrea Giorgetti, tel. 335 695 2117, e-mail: doctor.george@tin.it

TABACCHERIA RICEVITORIA RICCI GIANNI e MARCO

*LOTTO - SUPERENALOTTO - BOLLO AUTO
RICARICHE TELEFONICHE
ARTICOLI PER FUMATORI E DA REGALO*

Via Carlo del Prete 41/r - Firenze
Tel. 055.7604861

MASSA MARITTIMA FRA LAGHI E MINIERE

Questa ciclo-escursione ad anello si svolge principalmente nella parte Sud della Trail Area di **Massa Marittima**, meta di bikers da tutta Europa, nella zona di **Poggio Secco** e del trail noto come "Canyon". Adatta a mountain bike o e-bike (meglio se bi-ammortizzate) l'itinerario inizia e finisce nel paese di **Massa Marittima**, incantevole località, per permettere una girata turistica e, eventualmente, un ristoro a fine gita. Nel percorso sarà previsto anche di lambire le sponde del **Lago dell'Accesa** con sosta annessa.



Partenza: Da Sesto Fiorentino (punto e orario da definire) per raggiungere Massa Marittima alle ore 9.00, partenza prevista alle ore 9.30.

Itinerario: Massa Marittima (400 m) – Poggio ai Frati (380 m) – Fontemagnenza (257 m) – Poggio Tondo (307 m) – Torrente Zanco (118 m) – Vicino Poggio Tondo (292 m) – Miniera La Pesta (171 m) – Lago Dell'Accesa (156 m) – Poggio Salcerini (291 m) – Strada Provinciale 49 (158 m) - Massa Marittima (545 m).

Distanza: 31 km

Dislivello: 900 m circa

Tempo: 5 h 30'

Difficoltà: MC/BC

Ritorno: Da Massa Marittima alle ore 15.00 con arrivo previsto a Sesto F.no dopo circa 2 h.

Note: Pranzo a sacco. Eventuale merenda a fine giro. **Indispensabili:** bici meccanicamente efficienti e con copertoni adatti per il fuoristrada, casco obbligatorio omologato, vestiario stagionale adeguato, antivento-antipioggia, necessario kit per forature e altre riparazioni meccaniche.

Gita in collaborazione con le Sezioni CAI di Firenze e Scandicci.

Direttore: Germano Fabris (CAI Scandicci), tel. 333 445 9234, e-mail: germano.fabris@gmail.com

Referenti per CAI Sesto Fiorentino:

Alessandro Gamannossi, tel. 335 610 1914, e-mail: alegamannossi@gmail.com

Stefano Landeschi, tel. 338 294 6947, e-mail: stefano1landeschi@gmail.com.

MONTE MORELLO - PULIZIA SENTIERI

sabato 30 novembre

Mattinata dedicata alla pulizia e manutenzione dei sentieri del parco di Monte Morello.

Ritrovo: ore 8 presso la sede del CAI Sesto Fiorentino c/o Casa Guidi Via G. Veronelli 1/3

Attrezzi: i partecipanti sono pregati di portare l'attrezzatura più idonea (guanti, seghetto, forbici, pennati, accette, ecc...)

Coordinatori:

Paolo Corti, tel. 333 458 2413, e-mail: cortipaolo01@gmail.com



Prato Service s.n.c.

RIPARAZIONE ELETTRODOMESTICI

VENDITA RICAMBI E ACCESSORI

Via Bologna 195/1.2 - 59100 Prato (PO)

Tel. 0574.26702 - Fax 0574.39231

E-mail: assistenza@pratoservice.it - C.F./PIVA: 01567760978

ASSISTENZA AUTORIZZATA

Zona Prato, Calenzano e Sesto Fiorentino

IGNIS

 Whirlpool

 elica

 **INDESIT**

KitchenAid®

 **Scholtès**

 Hotpoint
ARISTON

 Bauknecht

RUNOUT

outdoor division

NUOVO SHOP

www.runout360.it info@runout360.it
- FB e Instagram Runout.360 Prato

ALPINISMO, CLIMBING, BOULDERING,
TREKKING, SPLITBOARDING,
SNOWBOARDING, RUNNING E TRAIL

NOLEGGIO E VENDITA KIT
ARVA-PALA-SONDA, CIASPOLE, RAMPONI,
PICCOZZE, SPLITBOARD E SNOWBOARD

Sconti riservati ai soci

RUNOUT SRL VIA DEL ROMITO 35 PRATO,
tel.0574546717 - a 8 min dall'uscita di Prato Est

BigMat
HOME OF BUILDERS

FOCARDI E CERBAI
EDILIZIA S.N.C.

Via della Querciola, 101 - 50019 SESTO FIORENTINO
Tel. 055.4216405 - Fax 055.4210249
www.focardiecerbai.it - info@focardiecerbai.it