

Gruppo Escursionisti Barberinesi



G.E.B. Gruppo Escursionisti Barberinesi

Corso B. Corsini, 61
50031 Barberino di Mugello FI
Tel. 328 5475574 (il venerdì dalle 21,30 alle 23,00)
P.iva: **90026660481**
e-mail: gebtrekking@gmail.com
web: www.geb.135.it

2014

APRILE MAGGIO GIUGNO

6 apr	Comacchio e Delta del Po
12 e 13 apr	Idro: 3 metri sopra il lago (ALP)
25, 26 e 27 apr	Sentiero verdeazzurro in 3 tappe: Chiavari - Framura
11 mag	Via degli Dei: Monte di Fò - Galliano
17 e 18 mag	Raduno regionale Gruppi Trekking
17 e 18 mag	Castello di Gaino: Cresta sud ovest-arramp/equitaz. (ALP)
25 mag	Monte Prana - grotta all'Onda
31/5 e 1/6	I Groppi di Camporaghena
8 giu	Castiglion de' Pepoli: il giro dei laghi
21 e 22 giu	Trekking e mare: melodia di Cala Violina
27, 28 e 29 giu	COGLIANS: La più alta vetta delle Alpi Carniche (ALP)

Notiziario del Gruppo Escursionisti Barberinesi

N. 2 Anno 8

Publicazione trimestrale

Coordinamento redazionale:

Stefania Mazzoli

Salvatore Bombaci

Elisabetta Ercoli

e-mail redazione:

mazzoli.stefy@gmail.com

SI RICORDA:

Gli itinerari sono suscettibili di variazioni non dipendenti da ns. volontà

I trasporti avvengono perlopiù con mezzi propri calcolando un rimborso all'autista, in caso di escursione in pullman occorre prenotarsi nei tempi previsti dal programma, versando l'importo richiesto in acconto o a saldo.

Ritrovo per escursioni: Piazza Cavour per uscite con le auto e parcheggio Turlaccio per il Pullman, salvo diversa indicazione.

E' richiesta tessera UISP/Lega Montagna+

Tessera del G.E.B.

TESSERAMENTO 2013/2014

Validità tessera 01/09 - 31/08

6 aprile 2014

Comacchio e delta del Po

Mattino: *Visita guidata alla salina.* Partenza dalla stazione di Pesca Foce.

All'interno della salina sarà possibile osservare gli uccelli migratori e stanziali caratteristici degli acquitrini del polesine.

Localizzazione: dalla SS 309 Romea, venendo da Comacchio, all'altezza del Lido degli Estensi, si segue la piccola indicazione **Saline**. Dopo aver costeggiato l'argine del **Canale Logonovo**, per poco più di 1 km si arriva ai resti della **Torre Rossa**. Da qui sono visibili le saline, che si estendono a ridosso del **Casone Pegoraro**, a sud-ovest della valle Campo. Le saline si estendono per 600 ettari e si articolano in fitti intrecci di canali, specchi d'acqua, con chiuse ed impianti di derivazione delle acque ed alcuni casoni dismessi lungo il perimetro. Fin dai tempi più remoti qui veniva estratto il sale e tale attività fu causa di numerose guerre con Ravenna e Venezia.

L'estrazione del sale è stata interrotta nel 1984, non ritenendola più un'attività remunerativa. Da quel momento è divenuta una zona umida salmastra di notevole valore naturalistico, dove nidificano molti uccelli di palude e dove, da alcuni anni a questa parte, sostano anche i fenicotteri rosa. Nelle vasche di decantazione, prive di acqua, la superficie è una crosta di sale, dove, nelle fratture, si sviluppano **piccoli crostacei e insetti**.

La Salina è patrimonio dello Stato. E' in corso di definizione la sua concessione al Comune di Comacchio.

I Casoni: L'organizzazione della pesca nelle Valli di Comacchio si fonda, da sempre, sui casoni: siti di attività lavorative e fino a pochi anni orsono alloggi dei vallanti nelle permanenze in valle. Capanne erette con pali e rivestite di materiale vegetale, chiamato **grisola**, un insieme di fasci di canna palustre, legati tra loro con la **paviera** (fibra di giunco o carice). Solo a partire dal 1600 si iniziò a costruirli in muratura e con più vani. Sono caratterizzati da un'altezza modesta e da porte e finestre ridotte.

La loro funzione era doppia:

1. **Stazioni di pesca:** vi risiedeva il vallante che si dedicava all'attività. Era sempre presente un camino per il riscaldamento e per cuocere il cibo, quasi esclusivamente costituito da pesce e polenta. Ogni abitazione possedeva in genere una **Tabarra**, un magazzino-laboratorio per la costruzione e manutenzione degli attrezzi da pesca e dei manufatti di uso corrente, quasi sempre caratterizzati da oggetti in grisola, adoperati per i lavorieri.

2. **Stazioni di appostamento:** erano spesso provviste di **torre con guardiola** (come il casone Foce), che serviva per la sorveglianza da parte delle guardie vallive, contro la pesca illecita, praticata dai fiocinini (pescatori di frodo che si servivano delle fiocina). Oltre ai casoni c'erano le **Cavane**, cioè capanne per il ricovero delle barche. L'organizzazione e la dislocazione dei casoni avveniva in base alla suddivisione dei quattro comprensori vallivi, alla loro estensione, alla manodopera impiegata in ognuno e alla quantità di pescato.

In ogni quartiere c'era in genere un casone principale e alcuni minori. Oggi sono visitabili due casoni di appostamento (Foce e Coccalino) e tre di pesca: il casone Foce, sede del ristorante Bettolino di Foce, il casone Serilla, che era uno dei maggiori, provvisto di tabarra e cavanna, e un casone minore, il Pegoraro. Attualmente sono attive cinque stazioni di pesca e sette case di vigilanza.

Lunghezza del percorso circa Km 7 e durata h 2,30

6 aprile 2014

Comacchio e delta del Po

Dalle 13 alle 16 - Pranzo libero e visita al centro di Comacchio: Palazzo Bellini, Vecchio Ospedale San Camillo, Ponte dei trepponti, Santuario di S. Maria in Aula, Torre dell'orologio, ecc..

Ore 16 - Visita con guida **all'antica manifattura dei marinati** per vedere la lavorazione della marinatura dell'anguilla.

Durata circa un'ora.

L'antica Manifattura dei Marinati rappresenta un pezzo importante della storia di Comacchio, perché ha rimesso in moto l'intero ciclo di lavorazione delle anguille e delle acquadelle.

E' una **fabbrica** attiva per alcuni mesi l'anno.

È un **museo** perché propone un percorso storico testimoniale.

La storia e la **lavorazione dell'anguilla** sono per la città lagunare uno degli elementi caratterizzanti, per questo con il recupero del grandioso complesso della fabbrica del marinato, incastonato nel centro storico di Comacchio, è nata, o meglio rinata, la *fabbrica dei p e s c i*.

Le anguille, pescate nelle Valli salmastre che circondano la città, da secoli vengono lavorate e conservate secondo un procedimento di marinatura rimasto inalterato nel tempo. In passato questa attività veniva svolta da una miriade di famiglie che, per conto dell'Azienda Valli, provvedevano alla marinatura. Nei primi decenni del '900 anche la lavorazione rientrò fra le prerogative dell'Azienda, unitamente alla coltura ittica, alla vigilanza, all'amministrazione interna e alla commercializzazione del pescato.

Un'attività che si è protratta consecutivamente per oltre sessant'anni coinvolgendo, nel periodo deputato alla lavorazione, un gran numero di maestranze.

- Oggi la Manifattura dei Marinati si articola su oltre milleseicento metri: presenta la **Sala dei Fuochi**, il cuore dell'intero complesso, in cui sono conservati dodici camini intervallati da nicchie, in cui avveniva, e avviene tutt'oggi la lavorazione **dell' "Anguilla marinata delle Valli di Comacchio"**;

- la **Calata** o Fossa, dove approdavano le barche colme di anguilla e pesci destinati alla marinatura.

Nel suo stato originario, è conservata inoltre la **Sala degli aceti**: con i tini e le botti.

La Manifattura è oggi sede del **Museo dell'Anguilla** un museo da non perdere se si vuole capire il profondo legame dei Comacchiesi con i prodotti delle proprie acque.

E' un' **esperienza** che lascia percepire i gesti della vita quotidiana del **passato**, trascorsa accanto ai fuochi e tra il vociare delle donne che scelgono la giusta salamoia, dosando aceto, acqua, sale e foglie di alloro.

UNA CURIOSITA'

Il sistema di cattura dell'anguilla è sostanzialmente lo stesso del passato: si chiama **lavoriero** ed è un manufatto a forma di V, costituito da pali e griglie, nel quale vengono bloccate le anguille mentre tentano di muoversi dalla valle e spingersi a mare per la riproduzione.

Gita da effettuare in pullman

12 e 13 aprile 2014

Idro: 3 metri sopra il lago

Sabato 12 aprile

Note tecniche: Nuova ferrata di bassa difficoltà (per lo più F con qualche tratto PD-) che collega i piccoli centri di Vesta e Baitoni, posti sulla riva orientale del Lago di Idro. Consta in pratica in una lunga traversata con lievi saliscendi, che segue la riva orientale del Lago di Idro.

descrizione itinerario:

Il primo tratto è forse il più difficoltoso dell'intero percorso e comprende una discesa verticale su fondo terroso e instabile, caratteristica questa che caratterizza la quasi totalità della via.

Si prosegue ora iniziando il lungo traverso verso nord portandosi nei pressi del bordo del lago, con piacevoli scorci panoramici sui paesi e le montagne circostanti. Si supera una passerella affrontando subito dopo un muretto verticale abbondantemente dotato di gradini (passaggio facile ma molto spettacolare).

A questo punto il percorso perde interesse, addentrandosi nel bosco e svolgendosi sempre su tracce di sentiero dal fondo instabile, ove il cavo ha funzione essenzialmente di corrimano. Dopo circa 1h 45' si sbuca su una stradina nei pressi della località Baitoni; volendo tornare immediatamente si prende a destra il "sentiero dei contrabbandieri", ma è consigliabile proseguire brevemente e poi scendere a sx su ripido ma breve sentiero alla pittoresca spiaggetta di Porto Camarelle.

Come detto, il ritorno avviene sul "sentiero dei contrabbandieri", parzialmente attrezzato con cavo corrimano, che percorre ad una quota superiore lo stesso versante della ferrata. Lasciato a sx il "sentiero dei tralicci", in ultimo, seguendo le chiare indicazioni della segnaletica, si scende a dx tornando sul sentiero percorso all'andata, a pochi minuti dall'auto (circa 1h 20')

Pernottamento all'Hotel Gabriella a Crone al costo per mezza pensione di € 50,00

Domenica 13 aprile

AVVICINAMENTO

Dall'abitato di Casto. Si attraversa il centro di quest'ultimo in direzione di Lodrino-Bs, raggiunto il quale si sale, come da indicazioni, per la località Pineta fino al parcheggio della trattoria "La Genzianella". Vi è anche la possibilità di proseguire ancora brevemente in auto trovando altra possibilità di parcheggio, sulla destra, presso un tornante riconoscibile dalla presenza di un tavolo e panche in legno.

Lasciata l'auto, si seguono gli indicatori bianco-verdi, già presenti lungo la strada asfaltata, in direzione del passo Cavada. Dopo circa 10 minuti, giunti sopra il grande vallo paramassi a tutela di frana secolare, si devia a sinistra e si segue il nuovo sentiero per altri 15 minuti, in direzione del massiccio roccioso, per giungere all'attacco della ferrata.

La relazione della ferrata CASPAI la trovate sul sito vieferrate.it (zona Lombardia - prealpi Bresciane).

Rimborso totale auto circa € 110,00

25, 26 e 27 aprile

Sentiero verdeazzurro in tre tappe

Il mare in montagna, la montagna al mare. La morfologia del suolo ligure è un continuo susseguirsi di rilievi e coste rocciose, monti e scogliere. Se per una volta si tralascia la Liguria più turistica, quella del mare, delle baie e delle piccole insenature, si scopre una regione dai tratti spiccatamente montani. Per conoscere le diverse sfumature, una rete di sentieri segue l'andamento di un territorio lungo e arcuato, sospeso tra l'azzurro del cielo, il verde dei monti e il blu del mare. La riviera di Levante è tagliata anche da un interessante percorso, il **Sentiero Verdeazzurro** che **mette in comunicazione il capoluogo, Genova, con uno dei centri più prestigiosi del golfo del Poeti, Portovenere**. Tra città e borghi, oliveti e macchia mediterranea si attraversa un tratto di litorale che cela il passato, le tradizioni e le genti di una regione che si lascia scoprire di passo in passo. Trattati a trapiombo sul mare si accompagnano a camminate sulle spiagge, agevolati inoltre da una capillare rete ferroviaria che permette di accorciare i tempi di percorrenza tra una tappa e l'altra, o di tornare senza fatica al punto di partenza.

Il nostro itinerario inizia da Chiavari direzione Sestri Levante.

Percorso 1 giorno :

Chiavari - Lavagna – S. Giulia – Cavi – S. Anna – Sestri L.

Dislivello: 380 m in salita e in discesa Difficoltà: T/E

Ore di marcia: 4.00 h totali .

È questo l'ultimo tratto del Sentiero Verdeazzurro che transita tra creuze e stradine lastriate, in previsione di affrontare la parte più accidentata della Riviera di Levante. Partiamo da Chiavari e percorriamo il lungomare fino a Lavagna. Qui ci dirigiamo verso il centro storico e risaliamo le colline ad est del paese, fino allo stupendo belvedere di S. Giulia. In seguito scendiamo verso Cavi, la frazione balneare di Lavagna, e con una breve digressione arriviamo a S. Anna, dove sorge una cappella diroccata su uno sperone roccioso panoramico sul Golfo del Tigullio. Da qui scendiamo velocemente verso Sestri Levante, una delle mete più gettonate del levante ligure.

Un consiglio: chi volesse spezzare in due tronconi la traversata può fermarsi a Cavi di Lavagna e da qui prendere il treno o il bus per Lavagna.

Percorso 2 giorno :

Sestri L. – Punta Manara – Riva Trigoso – Punta Baffe – Moneglia

Dislivello: 620 m in salita e in discesa Difficoltà: E

Ore di marcia: 5.15 h totali .

Con la tappa in questione abbandoniamo la parte più antropizzata della Riviera di Levante per affrontare quella più selvaggia ed affascinante, fatta di promontori che si allungano verso il mare, che il sentiero in questione attraversa nei tratti più panoramici. Meno celebri delle Cinque Terre e del promontorio di Portofino, questa zona è comunque battuta da migliaia di escursionisti ogni anno. Il primo promontorio affrontato dal Verdeazzurro è quello di Punta Manara, una sorta di isola rocciosa staccata dall'Appennino Ligure, divisa dai torrenti Petronio e Gromolo. Saliamo a Punta Manara, vero e proprio balcone panoramico sul mare, e scendiamo in direzione di Riva, frazione di Sestri L. nota per la presenza dei cantieri navali. Aggirati quest'ultimi si prosegue per Moneglia, passando per Punta Baffe, altro stupendo promontorio a picco sul mare.

Un consiglio: chi volesse spezzare in due tronconi la traversata può fermarsi a Riva Trigoso e da qui prendere il treno o il bus per Sestri Levante

25, 26 e 27 aprile

Sentiero verdeazzurro in tre tappe

Percorso 3 giorno:

Moneglia – Lemeglio – Deiva Marina – Casa Serra – Framura (frazioni Costa – Roma – Anzo)

Dislivello: 710 m in salita e in discesa **Difficoltà:** E

Ore di marcia: 4 h totali .

Da Moneglia a Framura il Verdeazzurro percorre uno dei tratti di litorale meno conosciuti e allo stesso tempo più belli della costa ligure. Qui l'Appennino Ligure si tuffa direttamente in mare grazie ad una dorsale montuosa che si stacca dal Monte Zatta e si allunga fino a Portovenere. Si tratta di una parte secondaria dell'Appennino che condiziona pesantemente il paesaggio costiero: a partire da Moneglia la linea di crinale si avvicina sempre di più al mare, formando valli sempre meno ampie sul lato marittimo, dove sorgono i maggiori centri balneari della costa. Moneglia ha alle sue spalle l'ampio solco vallivo del Torrente Bisagno (porta lo stesso nome del celebre corso d'acqua genovese), dove sono sparse numerose frazioni. Deiva Marina, il primo paese in provincia di La Spezia, presenta una valle più stretta ed affascinante per la presenza di rocce dal colore rossastro. Framura non ha una vera e propria piana alluvionale, in quanto i torrenti hanno corsi così brevi da non permettere il deposito di detriti in direzione mare. Le frazioni che compongono il paese, pur affacciandosi sulla costa, sono disseminate a quote comprese tra i 100 e i 300 metri. Anche le vie di comunicazioni sono condizionate dalle asperità del territorio, con la Via Aurelia che da Riva Trigoso sale fino al Passo del Bracco e scende verso la Val di Vara. Da questa strada si staccano a pettine le vie di collegamento ai centri rivieraschi. Unica alternativa una strada a senso unico alternato che ricalca il tracciato della ferrovia dismessa a binario unico Genova – La Spezia. Questa strada collega Riva Trigoso con Moneglia e Deiva Marina, ma non Framura, essendo la galleria chiusa e pericolante. Altra valida alternativa è la ferrovia che collega agevolmente i singoli centri costieri con tempi piuttosto contenuti.

Un consiglio: chi volesse spezzare in due tronconi la traversata può fermarsi a Deiva Marina e da qui prendere il treno per Framura.

Gita da effettuare in Pullman.

Costo totale gita € 190,00

Acconto all'iscrizione € 100,00

La quota comprende: pullmann a disposizione 3 giorni; 2 giorni in mezza pensione in hotel 3 stelle a Sestri Levante.

11 maggio 2014

La Via degli Dei: Monte di Fo' - Galliano

L'itinerario della Via degli Dei unisce in circa 130 km Bologna a Firenze, ripercorrendo un'antica viabilità storica utilizzata fin da epoche romane per unire la città di Felsina (Bologna) con Fiesole - Firenze. Ribattezzata "*Flaminia Militare*", è caratteristica per i **selciati di origine romana** che troviamo in diversi tratti del percorso.

Per chi vuole percorrere tutto l'itinerario, si parte da Piazza Maggiore per salire a San Luca per poi seguire il lungo Reno fino a Sasso Marconi e qui ci si inerpica per quel paesaggio unico che è il Contrafforte Pliocenico. Infine si giunge a Firenze con una spettacolare vista dall'alto da Fiesole.

QUINTA TAPPA:

Monte di Fò (780 m) - Monte Gazzaro (1125 m) - Passo dell'Osteria Bruciata (820 m) - Galliano (200 m)

Tempo di percorrenza: ore 6

Dislivello salita: 350 m

Dislivello discesa: 930 m

ITINERARIO:

Lasciemo le auto necessarie per il ritorno sopra a Galliano, presso Loc. Cerreto.

Da Monte di Fò occorre risalire alla località Apparita (15 minuti). Di fronte ad un piccolo Bar si diparte sulla destra il percorso della GEA: Dopo 30-40 minuti nel bosco si raggiunge il crinale incontrando il sentiero 00 del CAI-Firenze che proviene dalla Futa e sale verso il Gazzaro. Mantenere sempre il crinale fino a raggiungere la croce bianca dell'anticima del Monte Gazzaro (1125 m): splendido panorama sulla valle del Santerno e sul Mugello.

Dalla croce del Monte Gazzaro si continua a salire sempre seguendo il segnale bianco-rosso del sentiero 00 del CAI. Raggiunto un crinale strapiombante verso il Mugello, inizia la discesa di circa un centinaio di metri molto ripida (prestare molta attenzione specie in caso di pioggia).

Seguire ancora la segnaletica 00 bianco-rosso e/o giallo che - specie nelle zone in cui prevale il prato - sembra sparire. Si raggiunge così in lieve discesa un grande avvallamento pratoso la cui estremità altro non è che il famoso Passo dell'Osteria Bruciata (valico tra Valle del Santerno ed il Mugello).

Dalla stele triangolare della "Bruciata" parte verso il Mugello una bella carrareccia che con lievi saliscendi si dirige verso Sant'Agata (sentiero CAI 46). Dopo aver aggirato il Monte Calvi, sulla sinistra, imboccheremo un sentiero che ci condurrà a Lavacchio e poi, per strada bianca, a Spazzavento.

Proseguiremo fino a ritrovare le auto lasciate la mattina.

17 e 18 maggio

Raduno regionale gruppi trekking

PISA

17 e 18 maggio

Castello di Gaino - Cresta Sud Ovest

Sabato 17

Attenzione: chi volesse prenotare passeggiate a cavallo o lezioni di equitazione dovrà farlo subito all'arrivo.

Punto di partenza: Agriturismo Scuderia Castello (270 mt)

Versante di salita: SW

Dislivello di salita: 550 mt

Tempo di salita: 4 ore

Tempo totale anello: 5 – 5,30 ore

Difficoltà: EE –AR –IV+ - AD+

Introduzione:

Splendido scoglio di calcare, il Monte Castello di Gaino a NW presenta argentee pareti a precipizio sul Lago di Garda, mentre a S declivia boscoso sul pianoro ove sorge Gaino, dal quale le affilate creste che lo disegnano da E a W appaiono in tutta la loro bellezza. Tra i due versanti, il più interessante alpinisticamente è quello W, costituito da un verticale avancorpo alla cui base è stata realizzata una palestra di arrampicata, seguito da un tratto più adagiato caratterizzato dalla presenza di due bei torrioni, oltre i quali la linea torna ad impennarsi, irta di pinnacoli e speroncini, sino all'anticima di quota 848 dove sembra placarsi, per poi scendere leggermente e proseguire pressoché orizzontale fino ad un'ultima rampa che ne scolpisce la vetta dopo aver superato un dislivello di oltre 500 metri e uno sviluppo di 700. Un itinerario, il presente, lungo e selvaggio, poco o nulla attrezzato e segnalato con radi bolli arancio-stinto che spesso si confondono coi licheni, ma che sa regalare un'arrampicata facile, di soddisfazione in ambiente spettacolare avendo sempre sotto gli occhi l'azzurra distesa del Lago di Garda.

Cena e pernottamento presso la Scuderia Castello (www.scuderiacastello.it)
Costo mezza pensione € 55,00

Domenica 18 maggio

Arrampicata alla falesia di Gaino

Rimborso totale auto € 100,00

25 maggio 2014

Monte Prana - Grotta all'Onda

Casoli (m. 403) – Grotta all'Onda - Foce del Crocione o del Termine (m. 978) - M.Prana (m. 1221) – Casoli

1° Percorso: Casoli – Grotta all'Onda - Foce del Crocione – Baita Barsi circa 3 ore –
dislivello mt 634

ritorno: Baita Barsi – Casoli 1h35'

2° Percorso: Casoli – vetta M. Prana: circa ore 3,30 -

dislivello mt 875

ritorno:M. Prana - Casoli: 1h 45'

Tempo di percorrenza: (anello completo) 5h30'

DIFFICOLTA':E (il percorso non presenta alcuna difficoltà. Attenzione ovviamente in caso di ghiaccio o neve)

SENTIERI PERCORSI:CAI 2, 101, 104, 112

Il Prana è la vetta apuana più meridionale, degrada stancamente verso la Piana di Lucca, prima che le nostre montagne lascino il posto alle dolci colline lucchesi; è quindi un balcone panoramico di prim'ordine, non avendo nessun ostacolo di fronte. Visto da Camaiole il Prana è caratterizzato da una lunghissima cresta che degrada fino al M. Pedone (m. 1074) ed assume una forma piuttosto curiosa, come un grosso animale addormentato.

Ma veniamo alla nostra escursione che inizia da **Casoli (m.403)**, il paese più abitato dell'alto camaiolese, posto sulla dorsale che collega il Gabberi con il Matanna. Casoli è raggiungibile da Camaiole, seguendo le indicazioni per Casoli/Lombrici. Attraversiamo prima i paesi di Vado e Lombrici, passiamo dalla località Candalla fino a che la strada non inizia a salire in maniera più decisa. Non possiamo non ammirare la straordinaria varietà di paesaggi che caratterizza questo angolo di Apuane, dove mancano le colline che si interpongono tra le vette e la pianura: qui infatti il Prana e il Gabberi si ergono "senza tante storie" direttamente dalla conca camaiolese. Il sentiero inizia poco dopo l'abitato di **Casoli, il paese dei Graffiti** (è possibile lasciare la macchina in alcuni spazi presenti al lato della strada), imboccando sulla destra una evidente mulattiera ben conservata. Percorriamo in un primo tratto di leggera discesa i sentieri **CAI 2 e 112** che viaggiano insieme. Dopo pochi minuti di cammino, all'altezza di una **mestaina** recentemente restaurata, troviamo un bivio: giriamo a sinistra seguendo il sentiero **n. 2** che sale blandamente fino ad incontrare un ponticello che ci permette di attraversare un torrente ricco di acqua. La colonna sonora di questa parte del cammino è data dal rumore dell'acqua di cui la zona è particolarmente ricca; è proprio grazie a questa ricchezza che a **Candalla**, sul fondovalle del **Rio Lombricese** (questo il nome del torrente), sono presenti numerosi mulini, oggi in parte restaurati. Ma torniamo al nostro itinerario, oltrepassato il ponticello, il sentiero, sempre lastricato, inizia a salire con alcune svolte in maniera più decisa. Incontriamo balze calcaree che appaiono improvvisamente nel fitto bosco, che emana dolci profumi mediterranei. Dopo 40 min. circa prendere il sentiero sulla sinistra che, camminando sul cemento di un acquedotto, ci condurrà alla **Grotta all'Onda (mt 717)** in 15 minuti; torniamo indietro pochi metri e prendiamo il sentiero alto che ritorna, costeggiando il fianco del monte senza dislivello, sul sentiero principale che abbiamo abbandonato più in basso. Arriviamo quindi dopo quasi due ore di cammino alla **Foce del Crocione o del Termine (m. 978)**, posta sulla cresta che divide la vallata della Turrice di Pascoso dal Camaiolese. Alla nostra vista, ormai abituata al crepuscolo del bosco, si apre il panorama degli **Appennini e delle Panie**.

25 maggio 2014

Monte Prana - Grotta all'Onda

Poco prima della Foce dobbiamo girare a destra, prendendo il sentiero n. **101** che attraversa dolci praterie. Non lontano ammiriamo la sagoma del **Piglione**, bella montagna caratterizzata da una lunghissima cresta, sulle cui pendici intravediamo i casolari di **Rianchiani e Ritrogoli**, vecchi paesi di pastori.

Continuiamo lungo il sentiero 101 sfiorando le case di **Campo all'Orzo** e passando vicino al "**quasi rudere della sua chiesetta**"; siamo ormai sotto la mole del **Prana**. Arriviamo quindi alla **Focetta di San Vincenzo** (mt 912). In questo punto siamo in mezzo ad un vero e proprio "svincolo" di sentieri: chi non se la sente di arrivare sulla vetta del Prana può andare a riposarsi alla **Baita Barsi** (mt 853) e aspettare gli altri lì. Gli altri dovranno continuare a dritto, abbandonando alla nostra sinistra il 101 (all'altezza del cancello di una staccionata) e prendendo invece il **104** che inizia a salire in maniera decisa il versante est del Prana caratterizzato da un carsismo esasperato. Il sentiero attraversa praterie sommatali e roccette affioranti e ci permette di giungere tranquillamente in vetta, dove è posta una **grande croce messa dagli Amici della Montagna di Camaiore**. Sono passate circa tre ore e mezzo da quando siamo partiti da Casoli. Il panorama è favoloso, in certe giornate limpide sono visibili perfino le Alpi Marittime, la Corsica, l'Elba, la Gorgona, la Capraia ed il Monte Amiata. Bella vista ovviamente su tutta la Piana di Lucca, su Pisa, Livorno e tutta la costa.

Faremo la sosta pranzo sui prati della vetta del Prana.

Dopo una sosta ristoratrice ripartiamo alla volta di Casoli tornando al bivio di sentieri nominato in precedenza. Qui, sulla sinistra si stacca il sentiero **112** che noi imbocchiamo e che ci offre la possibilità di fare un giro ad anello. Questo sentiero è molto interessante perché ci permette di ammirare moltissime cascate e cascatelle del torrente che scende dalle pendici del Prana. Continuiamo facendoci cullare dal rumore dell'acqua ed attraversando per mezzo di due ponticelli altri torrenti che scorrono in un vero e proprio orrido.

Arriviamo quindi alla mestaina citata all'inizio (dove c'è il bivio col sentiero n. 2) e continuiamo fino alle auto.

RIMBORSO TOTALE AUTO € 50,00

31 maggio 1 giugno

I Groppi di Camporaghena

Sabato

Partendo dal Passo del Cerreto (1261 m) si prende il sentiero CAI 00 sino al Passo dell'Ospedalaccio (1271 m), proseguendo sullo stesso in ripida e faticosa salita si arriva al Monte Alto (1856 m). Da qui lo 00 prosegue sulla dorsale dei I Groppi di Camporaghena. Sul percorso troviamo un breve salto in discesa, attrezzato con cavo, che non presenta difficoltà oggettive. Arriviamo alla Punta Buffanaro (1878 m) dove è possibile sostare per il pranzo. Proseguendo sullo 00 in discesa ci dirigiamo in direzione del Rifugio Città di Sarzana (1580 m) nostro arrivo. (Poco prima del rifugio è possibile effettuare una piccola deviazione sul Monte Acuto (1756 m) e "panorameggiare" sul passo del Lagastrello.

Dislivello salita: 600 circa

Dislivello discesa: 300 circa

Ore di cammino: 6 ore

Pernottamento al rifugio Città di sarzana

Domenica

Partendo dal Rifugio prendiamo il sentiero CAI 673 che con salita graduale ci porta alla forcella sotto il versante nord del Monte Acuto (1750 m). Da qui prendiamo il sentiero 671. Dopo un breve salto in salita attrezzato ma senza difficoltà il sentiero prosegue in costante salita sino all'Alpe di Succiso (2017 m). Dalla cima in leggera discesa andiamo a prendere il sentiero 675 che in ripida discesa iniziale ci porta al Passo di Pietra Tagliata (1700 m) e poi alle sorgenti del Secchia (1450 m). Il sentiero riprende in discesa con n° 671 che ci riporta al passo dell'Ospedalaccio. Da qui con lo stesso sentiero del 1° giorno arriviamo al passo del Cerreto.

Dislivello salita: 450 circa

Dislivello discesa: 750 circa

RIMBORSO TOTALE AUTO € 80,00

8 giugno 2014

Castiglione de' Pepoli: il giro dei laghi

PERCORSO DA PROVARE

SARA' DISPONIBILE TRA BREVE LA RELAZIONE PRESSO LA
SEDE DEL GEB

21 e 22 giugno

Trekking e mare: melodia di Cala Violina

Sabato 21

Anello Puntone di Scarlino-Cala Violina

Lunghezza percorso: 13 Km.

Tempo di percorrenza: 4,30 ore più soste

Dislivello: 400 mt. circa

Difficoltà: E

Trascorriamo questa giornata camminando nell'area naturale protetta "Costiere di Scarlino" che comprende il sistema collinare costiero posto tra il padule di Scarlino a nord e la pianura di Pian d'Alma a sud. La nostra escursione ha inizio dal Puntone di Scarlino, dove lasciamo le auto. Percorrendo un ampio sentiero immersi nel verde della macchia mediterranea si sale dolcemente fino a raggiungere prima Poggio La Guardia e poco dopo Poggio Sentinella con, a tratti, ampi scorci sulla costa, che si presenta intatta nella sua bellezza naturale. Proseguiamo in discesa fino a Poggio Carpineta e raggiungiamo Torre Civette nei pressi della foce dell'Alma e quindi ci immettiamo nel sentiero parallelo al mare. Percorriamo questo splendido tratto di costa incontrando delle bellissime calette incastonate nella vegetazione, tra cui Cala Civetta, Cala Violina, Cala Martina. La più famosa e frequentata è Cala Violina, che deve il nome alla sua bianca sabbia granitica che, quando è calpestate, risuona melodiosamente come un violino. Cala Martina invece ha un aspetto più selvaggio, ma altrettanto affascinante, con davanti un mare cristallino ed alle spalle una rigogliosa macchia mediterranea che la rende quasi invisibile. Da qui Garibaldi nel 1849 riuscì a fuggire su una barca da pesca ed arrivò dopo 2 giorni a La Spezia. A ricordo di questo episodio storico è stato eretto un bel monumento.

Proseguiamo quindi la nostra escursione raggiungendo l'antico pontile di carico ed il recente porto turistico di Portigliani, per poi arrivare al punto di partenza e recuperare le auto. Ora non ci resta che raggiungere il nostro punto tappa, dove ci aspetta un meritato riposo per prepararci alla "faticosa giornata" della domenica.

Domenica 22

"A baco" sulla spiaggia!!!

Rimborso totale auto € 55,00

27, 28 e 29 giugno

COGLIANS: La più alta vetta delle Alpi Carniche

Il **Monte Coglians** (*Coliàns* in [friulano](#), *Hohe Warte* in [tedesco](#)), con i suoi 2.780 metri, è la vetta più alta del [Friuli-Venezia Giulia](#) e delle [Alpi Carniche](#).

La via ferrata alpinistica per la **parete nord del Coglians** è un itinerario dalle caratteristiche tecnico-atletiche impegnative ed è davvero molto affascinante svolgendosi in ambiente aspro e severo. Richiede un notevole impegno psico-fisico poiché in alcuni tratti è sicuramente difficile ed in grande esposizione: passo sicuro e abitudine al vuoto sono indispensabili per affrontarla in sicurezza. L'ascensione è stata attrezzata con cura, soprattutto in maniera molto logica, evitando scale o pioli che faciliterebbero la progressione nei punti più ostici (non vi sono che poche staffe). Proprio agendo in questo modo essa è stata resa più selettiva ma senz'ombra di dubbio anche più bella ed appagante!.

27 giugno – Rifugio Tolazzi (mt 1350) – Rifugio Lambertenghi-Romanin (mt 1970)

Dislivello: + 620 m. **Tempo di percorrenza:** ore 2.00

Dal frequentato Rifugio Tolazzi prende il via questa corta e piacevole camminata, che risulta alla portata di tutti; lo scenario in cui si effettua è prevalentemente panoramico, (se si eccettua la parte iniziale, la quale si svolge dentro un'ombrosa abetaia), e sembra fare breccia tra un immenso portale, cinto su ambo i lati dai massicci della **Cima Lastrons** del lago e dal **Monte Capolago**, i quali appartengono al maestoso gruppo del **Coglians**. Ma la vera sorpresa è quanto appare alla fine, rivolgendo lo sguardo oltre il confine con l'Austria: **lo splendido bacino naturale del Lago di Volaia**, raggiungibile dopo un paio di minuti dal Rifugio Lambertenghi-Romanin, merita pienamente una visita, perché spettacoli come questo possono restare impressi indelebilmente nella memoria.

28 giugno - Rifugio Lambertenghi-Romanin (mt 1970) – Monte Coglians (mt 2780) – Rifugio Marinelli (mt 2111)

Dislivello: + 900m. – 750 m. **Tempo di percorrenza:** ore 6.00

Dal rifugio si valica il Passo Volaia e, seguendo il sentiero sud-orientale, si risale un canalone roccioso marginalmente ricoperto dalle vestigia di un piccolo ghiacciaio. Abbandonare il sentiero che conduce verso la forcella di sinistra (!!!) e risalire invece su ghiaie e sfasciumi verso destra sino ad individuare alla base della parete alcuni bolli blu e bianchi indicanti l'inizio della via (2250mt ca.) (panorama verso Nord, spalle alla parete, visibile in basso a sinistra il rifugio austriaco **Edward Piche Hutte sul lago Volaia**).

VIA FERRATA

29 giugno – Rifugio Marinelli (mt 2111) – Rifugio Tolazzi (mt 1350)

Dislivello: – 760 m. **Tempo di percorrenza:** ore 2.00

RIMBORSO TOTALE AUTO € 150,00

PROGRAMMA 2013

data	Descrizione
12 gen	Dislivello ZERO numero 2
26 gen	I Percorsi dell'Asfodelo: SCARPERIA - SANT'AGATA
2 feb	Ciaspolata all'Abetone
9 feb	Il rifugio di Castellina
15 e 16 feb	L'Altopiano di Asiago: ramponi, ciaspole e sci di fondo
23 feb	Anello di greve
9 mar	Il sentiero dei molini: Sorana - Pontito
23 mar	La Dogana - Boccadirio
30 mar	Tanto per cambiare.... BADOLO!!!!
6 apr	Comacchio e Delta del Po
12 e 13 apr	Idro: 3 metri sopra il lago (ALP)
25, 26 e 27 apr	Sentiero verdeazzurro in 3 tappe: Chiavari - Framura
11 mag	Via degli Dei: Monte di Fò - Galliano
17 e 18 mag	Raduno regionale Gruppi Trekking
17 e 18 mag	Castello di Gaino: Cresta sud ovest-arramp/equitaz. (ALP)
25 mag	Monte Prana - grotta all'Onda
31/5 e 1/6	I Groppi di Camporaghena
8 giu	Castiglion de' Pepoli: il giro dei laghi
21 e 22 giu	Trekking e mare: melodia di Cala Violina
27, 28 e 29 giu	COGLIANS: La più alta vetta delle Alpi Carniche (ALP)
5 e 6 lug	Anello delle Regine - Bivacco Lago Nero (uno o due giorni)
18, 19 e 20 lug	Intorno alle Pale di San Martino
25, 26 e 27 lug	Abruzzo... il centenario (ALP)
da 11 a 15 ago	Da Rifugio a Rifugio nel Parco delle Odle - Puez
5, 6 e 7 sett	Il magico Pelmo
13 e 14 sett	Il Parco dei 100 laghi: Rifugio Mariotti al Lago santo
28 sett	Cimone - Abetone: la traversata
3, 4 e 5 ott	Il Pizzo dei Tre Signori (ALP)
12 ott	Il Castello di Gargonza
19 ott	Faggiotto - Monte Beni - Covigliaio
26 ott	SBRUCIATATA dagli amici del GEV
9 nov	NONSOLOTREKKING....
23 nov	PRANZO SOCIALE