



Sez. CAI Barga  
12/13 Settembre 2009

## Traversata

### Barga – Mare

Barga – Marina di Pietrasanta

Lunga traversata di due giorni in cui si raggiungerà da Barga la località di Marina di Pietrasanta attraversando le Alpi Apuane.

#### 1° Giorno

Partenza alle ore 6.00 dal piazzale del fosso a Barga (m 410); da qui raggiungiamo Fornaci di Barga (m 156) e, passando attraverso Bolognana, si giunge a Cardoso (m 394) tramite un

percorso misto tra sentieri e strade. Da qui si prosegue per la croce del monte Penna, punto panoramico da cui è possibile osservare la valle del Serchio e dal quale si ha un ottimo scorcio dell'Appennino tosco-emiliano, e per il valico di S. Luigi (m 869). Procederemo poi per il sentiero CAI 135 e successivamente per il sentiero CAI 108 fino a raggiungere la Foce delle Porchette (m 982) passando dal Colle delle Baldorie (m 1119). Aggirando il monte Procinto raggiungeremo il rifugio Forte dei Marmi (m 868), meta per il pernottamento.

Tempo di percorrenza: 10 ore circa soste escluse  
Dislivelli approssimativi: in salita 1130m ; in discesa 672m

#### 2° Giorno

Dopo il pernottamento ripartiremo dal rifugio Forte dei Marmi (m 868) per giungere fino alla foce di S. Rocchino (m 801, sentiero CAI 121) e proseguire per il sentiero CAI 107 fino a raggiungere la cresta del M Gabberi da dove imboccheremo una deviazione del sentiero che ci condurrà all'abitato di Senari (m 720). Percorreremo poi un tratto di strada asfaltata per ricollegarci al sentiero CAI 3 che ci porterà fino a Capezzano (m 343). Da qui dovremo percorrere circa quattro chilometri per raggiungere Pietrasanta dove ci attende l'ultimo tratto di percorso su strada asfaltata, il viale Apua, che ci condurrà fino a Marina di Pietrasanta.

Tempo di percorrenza: 9 ore circa soste escluse  
Dislivelli approssimativi: in salita 179m ; in discesa 1047m.

Il rientro alla stazione di Fornaci di Barga è previsto tramite mezzi pubblici: circolare più treno

Quota di partecipazione: €42.00 soci; €44.00 non soci

**La quota comprende: trattamento di mezza pensione (bevande escluse), pranzo al sacco per il giorno successivo. Non sono comprese le spese dei mezzi pubblici utilizzati per il rientro.**

#### NOTE PER L'ESCURSIONE

- Il suddetto programma potrà subire variazioni a discrezione degli organizzatori di gita;
- Data la lunghezza del percorso è **richiesta un'adeguata preparazione fisica**;
- Per il pernottamento al rifugio è **obbligatorio il sacco letto, lenzuoli monouso** (acquistabili anche presso il rifugio stesso) **o sacco a pelo**;
- **Preparare lo zaino con molta attenzione** portando via solo lo stretto necessario.

#### ISCRIZIONE OBBLIGATORIA ENTRO VENERDI' 4 SETTEMBRE

Per informazioni e iscrizioni : sede CAI Sez. Barga Via di Mezzo 49 aperta tutti i venerdì dalle ore 21 alle ore 22.30  
Per informazioni : Italo Equi cell. 3479746495

