

PROGRAMMA DI MASSIMA: GIOVEDI 13/8: PARTENZA DA GALLICANO (parcheggio scuole-cimitero) ORE 6,00 CON BUS PRIVATO. ARRIVO A BRESSANONE, SALITA IN CABNOVIA A VALCROCE (m 2.050)- SALITA AL RIFUGIO CITTA' DI BRESSANONE (m 2.447) IN ca. 1h40'. Cena e pernottamento.

VENERDI' 14/8: COLAZIONE E PARTENZA PER IL RIF. GENOVA (m 2.306). PERCORSO DI ca. 5h30' CON DISLIVELLO SALITA DI ca. 500 m.- Cena e Pernottamento.

SABATO 15/8: COLAZIONE E PARTENZA PER IL RIF. PUEZ (m. 2.475). PERCORSO DI ca. 5h (o 6h CON LA VARIANTE VIA FERRATA)-DISLIVELLO SALITA ca. 850 m. CENA E PERNOTTAMENTO.

DOMENICA 16/8: COLAZIONE E PARTENZA PER IL PASSO GARDENA (m 2.121)-PERCORSO DI ca. 4h—DISLIVELLO SALITA ca. 100 m.. NEL PRIMO POMERIGGIO PARTENZA PER IL RIENTRO. ARRIVO PREVISTO INTORNO ORE 21/22,00.

COSTI: SOCI €=240 / NON SOCI €=275

PREZZI VALIDI PER UN NUMERO MINIMO DI 22 PARTECIPANTI

NUMERO MAX DI POSTI DISPONIBILI = 32

IL COSTO COMPRENDE: VIAGGIO A/R IN BUS PRIVATO-CABNOVIA-MEZZA PENSIONE NEI RIFUGI-CESTINO PRANZO VENERDI e SABATO. ASSICURAZIONE INFORTUNI PER I NON SOCI. NON COMPRESI: PRANZO DI GIOVEDI' E DOMENICA, CENA DI DOMENICA, EXTRA.

**ABBIGLIAMENTO DA ALTA MONTAGNA-SCARPONI ADATTI-
EVENTUALE KIT DA FERRATA-SACCO LETTO-ZAINO RIDOTTO
AL MINIMO PESO.**

ISCRIZIONI ENTRO 17/7 - CONFERMATE SOLO CON CAPARRA

€=100 presso: MAZZANTI Luigi 3315287819 -

o sede CAI a Barga-via di Mezzo 49 (venerdì 21>22,30)

**“SOCI”- PORTARE TESSERA CAI-RISCHIO DI
DOVER PAGARE LA DIFFERENZA NEI RIFUGI!!!**



**Club Alpino Italiano
BARGA**

**4 tappe - da rifugio a rifugio
Bressanone>passo Gardena**

gruppi Odle-Puez

13>16 agosto 2015

GIOVEDI' 13- Raggiunta Bressanone, con la cabinovia della Plose saliamo da S. Andrea in Monte fino a Valcroce (m 2.050). Con un buon sentiero risaliamo l'ampia dorsale sud-ovest della Cima della Plose (2486), con ampie vedute panoramiche, fino al rifugio Città di Bressanone (m 2.447) in ca. **1h40'**, dislivello in salita ca. 440 m.

Sistemazione in rifugio, uno sguardo ai dintorni, cena e pernottamento.

Rif. C. Bressanone

VENERDI' 14- Ore 7,30 colazione, ore 8,00 partenza. Il percorso odierno è abbastanza lungo come sviluppo, ma non troppo impegnativo, salvo attenzione in alcuni canali detritici. Si scende a lungo fino ai 1860 metri del passo Rodella, poi un

tratto quasi pianeggiante, prima della salita verso la Forcella di Putia (m 2.357), dalla quale si raggiunge poi il rifugio Genova (m 2.306), posto su ampi dossi in alta val di Funes, fra Odle, Sass da Putia e Odle di Eores. **Pranzo al sacco.**

Tempo medio della traversata ca. **5,30 ore**, dislivelli: salita m 500, discesa m 650. Cena e pernottamento in rifugio.

SABATO 15- ORE 7,30 COLAZIONE, ORE 8,00 PARTENZA.

Giornata più impegnativa, ma con sempre molto margine di tempo per godersi pienamente l'ambiente maestoso. Dai margini meridionali delle Odle, si passa al cuore del gruppo di Puez, sospesi fra Val Gardena, Val di Funes, Val Badia; sospesi sopra pascoli e boschi, in ambienti selvaggi ed affascinanti. In questo tratto è possibile una variante su **VIA FERRATA**, assai divertente, ma con adeguata attrezzatura! Punto più elevato di giornata Forcella della Roa (m 2.617) o Forcella Nives (m 2.737) per chi fa la ferrata. **Pranzo al sacco.**

Arrivo al rifugio Puez (m 2.475).

Tempi medi: ca. 5 ore percorso normale, una in più per la ferrata.

Dislivelli: salita ca. 850 m (1000 per ferrata), discesa 650 m (800 ferrata).

Cena e pernottamento in rifugio.

Rif. PUEZ

DOMENICA 16- Ore 7,30 colazione—ore 8,00 partenza.

Tappa abbastanza rilassante, in quanto abbreviata a Passo Gardena (m 2.121), punto di 'recupero' del Bus. Il percorso si presenta con brevi saliscendi, si svolge su ampi pianori della Gerdenacia e poi della Crespeina, con il suo piccolo laghetto. Percorso di ca. 4 ore, che permette di poter **pranzare eventualmente anche presso il rifugio** a passo Gardena. Dislivelli: salita 100m, discesa 500m.

P. Gardena

A passo GARDENA troviamo ad attenderci il Bus.

Nel primo pomeriggio partenza per il rientro.

le ODLE

Traversata: Barga-Marina di Pietrasanta (Barga-Mare)



La gita sarà una lunga camminata con partenza dal colle di Barga e attraversando le alpi Apuane ci porterà a far raffreddare i piedi nel Mar Tirreno in località Marina di Pietra Santa.

1°Giorno

Partenza ore 6.00 dal piazzale del fosso a Barga (m. 410); da qui scendiamo a Fornaci di Barga (m. 156) percorrendo il tracciato della vecchia strada di collegamento tra le due località, attraversiamo il paese e raggiungiamo il ponte di Bolognana, questo ci permette di spostarci sulla sponda destra del fiume Serchio e raggiungere l'omonimo paese. Salendo un percorso misto tra sentieri e strade arriviamo a Cardoso (m. 394), paese che si adagia sulla dorsale orientale del M. Penna. Da qui saliamo alla croce di tale monte, punto panoramico sulla valle del Serchio e sull'Appennino Tosco-Emiliano, e si prosegue per il valico di S. Luigi (m.869). Percorriamo poi il sentiero CAI 136 fino a foce Palodina per poi immetterci sul 135 fino a raggiungere il colle delle Baldorie (m.1119). Si prosegue ora per il sentiero N° 108 e, passando sul fianco sud-est del M. Croce, arriviamo alla foce delle Porchette da dove scendiamo per aggirare il M. Procinto ed arrivare al rifugio Forte dei Marmi, nostra tappa per il pernottamento.

Tempo di percorrenza: 10 ore circa soste escluse.

Dislivelli approssimativi: in salita 1200m; 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 al paese di Capriglia (m 343). Da qui dovremo percorrere circa quattro chilometri per raggiungere Pietrasanta dove ci attende l'ultimo tratto di percorso su strada asfaltata che ci condurrà fino a Marina di Pietrasanta.

Tempo di percorrenza: 9 ore circa soste escluse.

Dislivelli approssimativi: in salita 200m. ; in discesa 1048m.

Quota di partecipazione: **€55.00 soci; €67.00 non soci.** La quota comprende: **trattamento di mezza pensione (bevande escluse), pranzo al sacco per il II° giorno e rientro con autobus privato.**

Partenza per il rientro da Marina di Pietrasanta ore 19.00.

Note:

Il programma potrà subire variazioni a discrezione dell'organizzazione. 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 al rifugio) o sacco a pelo. Preparare lo zaino con molta attenzione, prendere solo il necessario.

Iscrizione obbligatoria entro venerdì 4

Settembre con versamento di €20.00

Per informazioni e iscrizioni: sede CAI via di mezzo 49 aperta tutti i venerdì dalle ore 21 alle ore 22,30.

Informazioni: Italo Equi Cell. 3479746495

DOMENICA

23 agosto 2015 CAI BARGA

Orrido di Barga

Ritrovo:

**Fornaci di Barga
dietro la farmacia**

ore 7,30

anello esterno

parte bassa

PROGRAMMA: Con mezzi propri raggiungiamo loc. Ponte della Lucernola (poco oltre Ponte a Gaio, al km 16/V). A piedi percorreremo il sentiero 016b della Forestale, che risale nella faggeta fino all'ex caserma forestale Casentini. Scendiamo successivamente lungo l'orlo del fianco destro orografico dell'Orrido (sent. 013), con belle viste (speriamo di poter ammirare anche il volo dell'aquila, che qui nidifica), ma anche con qualche tratto esposto cui prestare attenzione; questo percorso richiede ca. 4 ore di cammino. Per il **PRANZO AL SACCO** potremo andare al Centro Visite di Ponte a Gaio, attrezzato con area pic-nic e con anche una piccola trattoria. Nel pomeriggio potremo inoltrarci lungo la parte bassa del Rio Pelago, quella in pratica turistica, che consente di avere l'idea dell'Orrido, dovuta alla vicinanza delle alte pareti che fiancheggiano il torrente, il punto più lontano raggiungibile è loc. Piscina, che richiede ca. 2 ore di cammino, ma è possibile tornare indietro in qualsiasi momento. Necessari per questa seconda parte casco (fornito dalla sezione) e calzature adeguate, allacciate e con suole scolpite, tenendo conto che sarà inevitabile bagnarle.

INFO/ISCRIZIONI: **BIANCHESSI PIETRO** 3401270553-**GUBBAY JON** 3388133453 o sede CAI a Barga via di Mezzo 49, aperta il venerdì dalle 21.00 alle 22.30. I Non Soci dovranno fornire nome, cognome e data di nascita e pagare la quota di €=6,00 per la copertura assicurativa infortuni, entro venerdì 21/08.



Venerdì 30 Gennaio 2015

Sez. CAI Barga - Via di Mezzo, 49

SERATA DI PROIEZIONI FOTOGRAFICHE

i Soci Luca e Katia Presentano:

Impressioni e Curiosità dell'altro Mondo

Bhutan – Sikkim - Kolkata



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI BARGA 'VAL DI SERCHIO'

VIA DI MEZZO, 49 BARGA (LU) 55051 E-MAIL info@caibarga.it



Monte Serra - Loc. BUTI

Ferrata di Sant'Antone

Domenica 26 aprile 2015

Descrizione ferrata:

La Via Ferrata Sant'Antone percorre un gruppo di rocce affioranti del Monte Serra (m 917) che fa parte del gruppo dei Monti Pisani. Si trova nel territorio del comune di Buti in provincia di Pisa. Il percorso si sviluppa in senso longitudinale da Sud-Est a Nord-Ovest ad una quota relativamente.

Non tratta in inganno la modesta quota, nei fatti è una ferrata impegnativa con passaggi tecnici, particolarmente esposta e con diversi tratti da percorre in aderenza tanto da mettere a dura prova l'escursionista anche esperto. Deve essere affrontata con un buon allenamento sia mentale che fisico.

Ulteriori possibilità a fine gita:

Una volta completata la Ferrata, se ce ne sarà il tempo e se saranno presenti altri Istruttori del CAI, potranno essere fatte delle prove di arrampicata libera nella palestra di roccia con cui si interseca la Ferrata stessa.

Informazioni organizzative

Ritrovo	Piazza della Stazione Mologno
Orario ritrovo	8:00
Orario partenza	8:15
Orario rientro previsto	18:00
Viaggio	Tramite auto proprie
Iscrizione	Venerdì 24 Aprile
OBBLIGATORIA entro	
Posti disponibili	18 (soggetti a selezione)
Pranzo	Al sacco

Informazioni Tecniche

Class.: EEA - Ferrata di Alta Difficoltà Tecnica e Fisica	
Dislivello (positivo)	126 m. (quota attacco 410 m. s.l.m.)
Tempo di percorrenza (indicativo)	2 ore (escluso soste)

Info/Iscrizioni:

-Giovanni Fazzi: 335 72 55 763

-Stefano Simonelli: 348 39 39 557

-Sede sez.CAI Barga aperta il venerdì ore 21:00/22:30

-e-mail info@caibarga.it

Quota di partecipazione

Soci	0
Non soci	6,00 € (assicurazione: da versare al momento dell'iscrizione o comunque entro il 24/04)

I NON soci devono fornire nome, cognome, data di nascita.

Equipaggiamento obbligatorio:

kit da ferrata con dissipatore omologato (No auto-costruiti), casco, imbraco, guanti, scarpe da trekking, abbigliamento adeguato e chi le ha scarpette da arrampicata.

ANELLO DI CALA VIOLINA

un viaggio sulla costa maremmana

CAI BARGA

1 Marzo

Partenza: ORE 7.15

**FORNACI DI BARGA
PIAZZA IV NOVEMBRE**

Punto di partenza e arrivo: Puntone di Scarlino (GR)

Lunghezza percorso: 13 Km circa - **Dislivello:** 300 m circa - **Ore di marcia:** 5

Difficoltà: E con tratti ripidi di salite e discese

Attrezzatura: necessari scarponi da trekking - consigliati bastoncini

Viaggio in pullman per Follonica. Partenza a piedi nei pressi del Puntone di Scarlino (70 m). Pecorrendo un ampio sentiero (strada "cessa" fuoco), immersi nella fitta macchia mediterranea, si sale fino a raggiungere prima Poggio La Guardia (215 m) e poco dopo il Poggio Sentinella (216 mslm), con a tratti ampi scorci panoramici sul litorale.

Da qui seguendo ancora la "cessa", percorrendo lunghi tratti di discese, raggiungiamo lo stradone sterrato (70 mslm) che porta direttamente a Cala Violina, ignorando tale deviazione si prosegue di nuovo in salita fino a Poggio Carpineta (141 mslm) per giungere poi nei pressi di Torre Civette e quindi immettersi sul sentiero che percorre il litorale.

Percorriamo questo splendido tratto di costa incontrando delle bellissime calette incastonate nella vegetazione. La più famosa e frequentata è Cala Violina, che deve il nome alla sua bianca sabbia granitica che, quando è calpestata, risuona melodiosamente come un violino. Cala Martina invece ha un aspetto più selvaggio, ma altrettanto affascinante. Da qui Garibaldi nel 1849 riuscì a fuggire su una barca da pesca ed arrivò dopo 2 giorni a La Spezia. In successione si raggiungono: Cala Civetta, Punta le Canne, Cala Violina, Punta Martina, quindi Punta Francese, Cala le Donne, Cala di Terra Rossa fino all'antico pontile di carico ed al recente porto turistico di Portiglioni, dove ci attenderà il pullman. PRANZO AL SACCO LUNGO IL PERCORSO. **Rientro in tarda serata**

Info Iscrizioni: SANTI ANNALISA 320/7257325 – DI RICCIO FRANCA 347/6649298

COSTO ISCRIZIONE € 30 (pagamento anticipato)

L'iscrizione sarà confermata solo al momento del pagamento

I non soci dovranno comunicare nome, cognome e data di nascita per l'attivazione

dell'assicurazione entro il venerdì precedente – costo € 6.00 – pena l'esclusione dall'attività

**Domenica 4 ottobre
Mologno stazione FFSS ore 7,00**

CHIANTI

CHIANTI Mercatale-Badia Passignano-Greve

PROGRAMMA: Con **BUS** privato fino a Mercatale val di Pesa (loc. 4 strade). Imbocchiamo via della Fornace, fra cipressi, viti ed olivi fino al podere Cava, si sale leggermente fra oliveti, si prosegue su ondulato ed ombroso stradello fino ad incrociare una carraeccia fino al podere Casacce (1h15'); un successivo passaggio fra vigneti ci conduce sulla strada bianca, che unisce il borgo di S. Maria Macerata al magnifico complesso della Badia a Passignano (1h), **PRANZO AL SACCO**, visita, caffè etc. Riprendiamo il cammino, purtroppo lungo strada asfaltata secondaria, in leggera salita (1h), poi per tratturi fra i vigneti (fatt. Montefili-forse un assaggio) ed incantevoli paesaggi, poi ancora un tratto asfaltato fino al bel borgo fortificato di Montefioralle (1h10'), risalente all'anno 1000. Un'ultima discesa su strada ci conduce alle porte di Greve in Chianti (20'); raggiungiamo la tipica piazza triangolare con percorso pedonale, visita per degustazioni e shopping.

Partenza da Greve intorno alle ore 16,30/17,00, arrivo ca. ore 19,00/19,30.
Percorso privo di difficoltà, dislivello in salita ca. 400m; tempo totale ca. 4h45'.

Prenotazioni con pagamento anticipato (€=20) entro Martedì 29 settembre.

INFO/ISCRIZIONI: FANTOZZI WALTER 3403208681-ROSIELLO CORRADO

3472508525 o sede CAI a Barga via di Mezzo 49, aperta il venerdì dalle 21.00 alle 22.30. MAX. 34 posti. I Non Soci dovranno fornire nome, cognome e data di nascita e versare inoltre la quota di €=5,00 per la copertura assicurativa infortuni, sempre entro martedì 29/09.

CAI BARGA

DOMENICA

29 marzo 2015

Chieva-Trassilico-Chieva

**Ritrovo:
Stazione FFSS
MOLOGNO
ORE 8,30**

PROGRAMMA: Con mezzi propri raggiungiamo località "Camperano" nei pressi di Chieva (330m 20'). Da suddetta località ci incamminiamo, dopo 200 metri lasciamo la strada per Chieva, ci dirigiamo verso un torrente, lo attraversiamo con attenzione e saliamo lungo una strada forestale nei castagneti fino a raggiungere Vispereglia (685m 1h), antico villaggio di montanari posta su un colle panoramico ormai da decenni abbandonato e in stato di rovina. Da qui ci dirigiamo verso Col di Luco con un sentiero a tratti un po' deteriorato ma senza grossi problemi (740m 1h30').

Breve visita al borgo, anche questo posto su un colle che domina la Val di Turrite e raggiungibile con una mulattiera, che noi percorreremo fino a raggiungere Gallatoio (900m 40'), primo nucleo di case abitato dove "ci arriva la strada".

Continuiamo a salire e in 10' siamo a S.Pellegrinetto (950m) e, nei pressi della caratteristica e panoramica chiesa, ci fermeremo per il **PRANZO AL SACCO**.

Ripartiti ci incamminiamo lungo la strada carrozzabile per Campolemisi fino ad incrociare il sentiero CAI 135 in Loc. La Margine. (975m 30').

Ci dirigiamo verso Foce Pompanella (930m 1h), da qui per strada forestale scendiamo attraverso castagneti a Trassilico (700m 50').

Breve visita al paese e pausa per un caffè; si riparte verso Chieva passando davanti alla chiesetta di S. Ansano posta fuori dal paese in un posto fantastico; con una mulattiera passando nei pressi di vecchie case abbandonate scendiamo a Chieva (450m 40').

Da qui scendiamo ancora fino a raggiungere il luogo di partenza in 20'.

TEMPO DI PERCORSO TOTALE ca. 6,00/6,30 ore – DISLIVELLO ca. 800 m.

INFO/ISCRIZIONI: CARZOLI PIERANGELO 3331658146 o sede CAI a Barga via di Mezzo 49, aperta il venerdì dalle 21.00 alle 22.30. I Non Soci dovranno fornire nome, cognome e data di nascita e pagare la quota di €=6,00 per la copertura assicurativa infortuni, entro venerdì 27/03.



Venerdì 16 Gennaio 2015 – ore 21,00

presso la sede sociale – Via di Mezzo, 49

sarà ospite

GIUSEPPE ALFIO CIABATTI

per la presentazione del libro

"Alpi Apuane – *ferrovie e sentieri*"

Appassionato di ferrovie e in particolare di quelle secondarie, oltre che di storia e archeologia industriale, è alpinista, sci alpinista ed escursionista ed è sempre alla ricerca di itinerari che abbiano qualcosa da raccontare.

Ingresso libero a tutti gli interessati

VIAGGIO CON BUS PRIVATO — PARTENZA DA GALLICANO
(PARCHEGGIO SCUOLE-CIMITERO) - **ORE 5,30 VENERDI' 13/3/15.**
MEZZA PENSIONE+WELLNESS- ALBERGO DOLOMITI.*** (passo Lavazè)
NON COMPRESI: Pranzi di venerdì-sabato-domenica/cena di domenica.

COSTI: SOCI €=190 / NON SOCI €=210 (per assicurazione)

PRENOTAZIONI entro 27/2 con caparra €=100 a: Mazzanti Luigi 3315287819

Angelini Francesco 3387632210 - Ciambelli Edoardo 3473231278

Programma di massima:

Venerdì: Viaggio in Bus (con le dovute soste e pranzo) fino a passo Lavazè; breve ciaspolata o sci nei dintorni, sistemazione in albergo, cena e pernottamento.

Sabato: colazione e partenza per una escursione più lunga, passo Pampeago e la Pala di Santa (2488).Rientro in albergo, sauna o altro, Cena e pernottamento.

Domenica: colazione, escursione a passo Oclini e/o Malga Ora.

Nel pomeriggio partenza per il rientro, previsto intorno alle ore 21,30/22,00.

CENTRO FONDO LAVAZE' è un punto di riferimento per chi ama lo sci nordico. Gli oltre **80 km di piste preparate** da un gruppo di tecnici professionisti ed i numerosi itinerari soddisfano tutte le esigenze. Affascinanti panorami, boschi, ampie radure, tramonti emozionanti per trascorrere piacevoli giornate di sport e relax. Sette nuovi tracciati per CIASPOLE e passeggiate.

Albergo Dolomiti *** (dalle ore 17 alle 19,00 centro Wellness gratuito)
passo Lavazé (m 1.808)

- Sauna finlandese
- Cascata cervicale e getti laterali
- Percorso Kneipp
- Idromassaggio
- Zona Relax

Club Alpino Italiano-BARGA

13-14-15 marzo

Ciaspole e/o sci di Fondo

Passo Lavazé (CAVALESE)

Val di Fiemme

Percorso previsto per Sabato

Da Lavazè (1808) a passo Pampeago (1996) e quindi lungo la spalla est della Pala di Santa (2488). Dislivello per il percorso totale ca. 750m per 6,5 km da percorrere in ca. 3h30' (solo andata). Chi non fosse in grado di effettuare tutto il percorso, potrà sempre sostare nella zona di passo Pampeago, e magari utilizzare per la restante salita la seggiovia presente, che arriva poco sotto la cima (2315m). L'escursione non presenta difficoltà particolari.

Attenzione solo sulla cima, il versante meridionale precipita a valle! La Pala di Santa è un grosso cupolone ad est di passso Lavazè e sud-ovest del Latemar. Dalla cima il panorama è davvero ampio, dal Latemar al Lagorai, dallo Sciliar all'Adamello-Brenta.

A Passo Lavazé troviamo i fantasiosi **snowpark** attrezzati con piste per i **tubby** (ciambelle di gomma), per snowbike, monosci, slittini, bob e risalita con tapis roulant.

Nella zona del Passo esistono alcune piste per Ciaspole e numerosi percorsi per il Fondo. Per le uscite del Venerdì pomeriggio e Domenica mattina, valuteremo sul posto, secondo i consigli locali. Sembra interessante la vicina area di Passo Oclini e Malga Ora per le Ciaspole. Mentre per chi vorrà dedicarsi allo Sci di Fondo, presso il locale Centro del Fondo avrà di che farsi consigliare o magari qualcuno potrà prendere qualche lezione!

IL DIVERTIMENTO SEMBRA QUINDI ASSICURATO!

Attrezzatura individuale necessaria: SCARPONI INVERNALI, CIASPOLE e/o SCI DA FONDO, BASTONCINI, GHETTE, ZAINO, TELO TERMICO, TORCIA, ABBIGLIAMENTO ADEGUATO ALLA STAGIONE INVERNALE. EVENTUALI RAMPONI e PICCOZZA.

Terzo giorno

Colazione presso Hotel Villnerhof:
partenza prevista dall'albergo ore
9:00.

Partenza da Egna per direzione
Trento: visita delle piazze principali
della città e del corso cittadino.
Sosta per pranzo libero da decidere
insieme.

Partenza da Trento per direzione
Rovereto: visita delle piazze principali
della città e del corso cittadino;
possibilità di visita al grappificio
Marzadro con annesso percorso
degustativo.

Raggiungimento delle auto: sistemazione
dei bagagli e delle biciclette per rientro
in Toscana.

Cena libera da decidere insieme durante
il viaggio di rientro.

Totale km percorsi in bici circa 180 (da
Brennero a Rovereto).

Info/Iscrizioni: MAZZANTI LUIGI 3315287819
BENEDETTI ALESSANDRO 3271988224

Da Gallicano a Rovereto con auto adatte al trasporto bici

Da Rovereto transfer con shuttle a Brennero.

Biciclette adattate al trasporto dei propri bagagli.

Obbligo del casco. Consigliato Un Cambio Invernale.

Iscrizioni entro il 15/05—massimo 10 partecipanti, conferma
solo dopo caparra di €=100.

AI partecipanti omaggio di un completo da bici.

COSTI: soci CAI €=210—Non soci €=230 (comprensivo di assicurazione infortuni CAI per i tre giorni)

La quota comprende Viaggio, Transfer, due mezze pensioni.

Previsti ca. 60 km per ogni giorno, prevalentemente in discesa!!

**Nei primi due giorni pedalera con noi Riccardo Lucatti, segretario
sezione FIAB di Trento.**

CAI BARGA

22-23-24 maggio

Ciclopista del sole

pedalata turistico-sportiva
eno-cultural-gastronomica

Brennero>Rovereto

Primo giorno

Ritrovo dei partecipanti alle ore 04:30 presso parcheggio plesso scolastico Gallicano (LU) per sistemazione bagagli e biciclette.

Viaggio verso Rovereto con le auto messe a disposizione dai Direttori Gita: arrivo previsto a Rovereto circa ore 9:00. Durante il viaggio possibilità di sosta all'Autogrill per colazione e bisogni fisiologici.

Giunti a Rovereto parcheggio auto e trasferimento su apposito shuttle per viaggio verso Brennero: Arrivo previsto a Brennero circa ore 11:00.

Preparazione bici e raggiungimento dell'imbocco della Ciclopista del sole direzione Vipiteno: possibilità di breve visita di Brennero.

Prima sosta Vipiteno, con visita del paese e pranzo libero; successiva visita a Castel Tasso con possibilità di accedere all'interno del castello per visita guidata (non compresa nel prezzo); Partenza da Vipiteno verso l'Abbazia di Novacella con attraversamento degli abitati di Fuldres-Fortezza: sosta presso il complesso monastico con possibilità di merenda con prodotti tipici presso la cantina dell'abbazia (non compresa nel prezzo).

Partenza da Novacella per raggiungimento della cittadina di Bressanone, probabilmente la più bella ed interessante del Tirolo: sosta e visita del centro cittadino con visione dei principali monumenti. Partenza per Bressanone per raggiungimento del paese di Chiusa: sistemazione in albergo tre stelle con possibilità di accesso all'area Wellness (chiusura ore 19:00) o, in alternativa, visita del paese.

Cena e pernottamento in camera doppia/tripla a seconda del numero di partecipanti. La struttura prescelta è l'Hotel Brunnerhof ed il trattamento è di Mezza Pensione con bevande ai pasti escluse.

Totale km percorsi circa 60 (da Brennero).

Secondo giorno

Colazione presso Hotel Brunnerhof: partenza prevista dall'albergo ore 9:00.

Partenza da Chiusa per direzione Bolzano: visita delle piazze principali della città e del corso cittadino.

Partenza da Bolzano per effettuazione variante ciclabile Appiano-Caldaro: raggiungimento dei paesi di Appiano e Caldaro con visita degli stessi. Sosta per pranzo libero da decidere insieme.


Raggiungimento del lago di Caldaro con possibilità di bagno (se le condizioni meteo lo permettono): sosta e riposo. Partenza con direzione Termeno, patria del vino Gewurztraminer: sosta con visita del paese e possibilità di degustazione presso una delle numerose cantine della zona.

Partenza da Termeno per raggiungimento del paese di Egna: sistemazione in albergo tre stelle e visita del paese. Cena, pernottamento in camere doppie.

La struttura prescelta è l'Hotel VillnerHof ed il trattamento è di Mezza Pensione con bevande ai pasti escluse. Totale km percorsi circa 60 km (da Chiusa).

escursione al monte Ravino

DOMENICA

26 luglio 2015

Ritrovo:

FFSS MOLOGNO

ore 6,30

**ferrata alla
Penna di Civago**

CAI BARGA

PROGRAMMA: Con auto proprie, via Chiozza-Passo Radici-Piandelagotti -Civago, ci portiamo poco oltre Case di Civago (m 1045-ca. 1h20'). Dal parcheggio inizia la ripida salita per raggiungere l'attacco della ferrata (ca. 40'). Preparazione ed inizio salita lungo la Ferrata. **KIT DA FERRATA OMOLOGATO OBBLIGATORIO!!** La via è breve (ca. 1 ora per persone pratiche, che in gruppo si allunga inevitabilmente), ma molto impegnativa, con due passaggi chiave, che richiedono abilità e/o forza di braccia; **NON ADATTA A TUTTI**, per cui ci sarà una 'preselezione' a discrezione dei capogita, senza per questo che eventuali esclusi ci rimangano male, ed anche per limitare il numero dei partecipanti a max. 6/7. Usciti tutti dal tratto attrezzato, una breve salita nel bosco ci porta sul sentiero CAI n° 607, che seguiamo fino a Monte Ravino (m 1.882) e poi a Passo della Volpe. Da qui con i sentieri CAI 681 e 631, si scende a Case di Dolo ed in breve alle auto.

EVENTUALI accompagnatori possono raggiungere l'uscita della ferrata con i sentieri 605 e 631A, in ca. 1h15', in tempo per vedere chi sale e proseguire quindi insieme per l'escursione successiva. **PRANZO AL SACCO** per tutti.

INFO/ISCRIZIONI: FANTOZZI WALTER 3403208681-DI RICCIO FRANCA 3476649298 o sede CAI a Barga via di Mezzo 49, aperta il venerdì dalle 21.00 alle 22.30. **I Non Soci (SOLO PER L'ESCURSIONE)** dovranno fornire nome, cognome e data di nascita e pagare la quota di €=6,00 per la copertura assicurativa infortuni, entro venerdì 24/07. Chi usa auto altrui contribuisce alle spese.

CARZOLA

DOMENICA

20 settembre 2015

**Ponte Merletti-Campanice-m. CORCHIA-
rif. Del Freo-Isola Santa**

Ritrovo:

FF.SS. MOLOGNO

ore 7,30

PROGRAMMA: Con mezzi propri lungo la strada d'Arni fino a loc. Ponte Merletti, (m 810-45' / lasceremo un mezzo ad I. Santa). A piedi lungo l'antica mulattiera, poi per sentiero fino alla restaurata chiesetta ed i ruderi delle case di Campanice (ex villaggio di cavatori), con bella vista sui torrioni del m. Corchia; proseguiamo la salita fino ad immetterci sulla sterrata che sale al Valico di Fociomboli (m 1280-2h). Seguiamo ora la strada di cava del retrocorchia, dalla cava (fortunatamente dismessa), saliamo quindi per tracce alla cima del m. Corchia (m 1677-1h30'). **PRANZO AL SACCO** sulla cima. Iniziamo quindi la discesa verso il rifugio Del Freo, nell'ampia conca di Mosceta, lungo il sentiero che percorre la cresta sud, con ampie viste sulla costa (1h15'). Breve pausa al rifugio, quindi per sentiero CAI n° 9 proseguiamo la lunga discesa fino al tipico villaggio di Isola Santa, sull'omonimo lago (1h30'). Pausa relax sul lago o presso il locale bar, mentre provvederemo anche al recupero delle auto a Ponte Merletti, rientro.

Escursione impegnativa per lunghezza e dislivello: tempo totale ca. 6h/6h30' - **Dislivello salita ca. 900m—discesa ca. 1150m.**

INFO/ISCRIZIONI: CARZOLI PIERANGELO 3331658146-FANTOZZI WALTER 3403208681- o sede CAI a Barga via di Mezzo 49, aperta il venerdì dalle 21.00 alle 22.30.

I Non Soci dovranno fornire nome, cognome e data di nascita e versare la quota di €=6,00 per la copertura assicurativa infortuni, **entro venerdì 18/09.**

CORSO DI ALPINISMO SU NEVE E GHIACCIO AG1



Presentazione
VENERDÌ 4 DICEMBRE
ORE 21:00

presso la
PALESTRA EGO
S. Alessio - Lucca

Per informazioni
WWW.SCUOLACAILUCCA.IT

Luca Dini +39 329 864 107 7

Bruno Barsuglia +39 335 185 516 0

Massimo Tardelli +39 347 640 391 7



PIEVE S. LORENZO - EQUI TERME

CAI BARGA

17 maggio
partenza da Mologno ore 8.00

Questa gita è in sostituzione della gita in programma EQUI TERME - VINCA - EQUI TERME perchè non ci sono le condizioni di sicurezza per percorrere agevolmente il sentiero attrezzato Zaccagna.

Ritrovo a Mologno (stazione fs) ore 8:00. Con mezzi propri raggiungiamo Pieve S.Lorenzo (45km, 1h, 350m). Lasciamo le auto nel parcheggio della stazione FS e ci incamminiamo lungo il sentiero 181 in direzione di Argigliano da qui continuiamo per strada forestale nel primo tratto, poi per sentiero fine a raggiungere il paese di Ugliancaldo (738m, 1h30').

Facciamo una visita al caratteristico borgo disteso su un crinale da cui si gode una vista eccezionale.

Adesso imbocchiamo il sentiero 176 che dal centro del paese ci conduce a Equi Terme per una lunga mulattiera nel primo tratto un po' disagevole per via del fondo "smosso", che attraversa antichi castagneti con svariate giravolte in 1h20' (272m).

Arrivati ad Equi Terme indicativamente verso le 12;30 - 13:00 un po' di relax consumeremo il pranzo al sacco e abbiamo tempo libero fino alle 14;30 ora in cui apriranno al pubblico le famose grotte, che noi visiteremo con visita guidata, e a seguire ci sarà la visita alla tecchia archeologica.

- Entrambe le visite hanno il costo di €12
- solo la grotta €8,50 (tempo visita 50')
- solo tecchia €5 (tempo visita 45')

Dovremmo fare in tempo per essere alla stazione FS per le 16;46 ora in cui transita il treno che ci riporterà a Pieve S.Lorenzo al costo di €1,50 dove ritroveremo le auto lasciate al mattino.

TEMPO DI PERCORRENZA 3h ca. DISLIVELLO SALITA E DISCESA 400m

Gita senza particolari difficoltà con l'occasione di visitare le grotte e la tecchia di Equi Terme.

Info Iscrizioni entro venerdì 15 :

CARZOLI PIERANGELO 3331658146 - CARZOLI LEONARDO 3771089402



Club Alpino Italiano
BARGA
venerdì 17 aprile 2015
INVITA a

GALLICANO
per un incontro con
BRUNO GIOVANNETTI
sull'attività di Montagna in Perù

Avventura e Solidarietà

saranno le componenti del documentario di **BRUNO GIOVANNETTI**

realizzato nell'ambito

della sua collaborazione

con l'organizzazione

OPERAZIONE MATO GROSSO

dal titolo

Le più belle montagne
del Perù offriranno lo scenario
di un'avventura geografica ma anche umana,
fatta di **scalate** alle più belle vette andine, indimenticabili **trekking**
e lunghe traversate in **mountain bike** sulle strade degli Incas

GALLICANO - SALA CIAF
PIAZZA SAN GIOVANNI - ORE 21,00

INGRESSO
LIBERO A TUTTI



SICURI *in* MONTAGNA

Progetto del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico



Domenica 18 gennaio 2015

**La Sez. CAI Barga in collaborazione con il
Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico**

**Organizza una giornata propedeutica per conoscere le
tecniche di base per camminare con piccozza e ramponi**

Materiali :



Piccozza,



Ramponi,



Scarponi Ramponabili,



Ghette e Abbigliamento Invernale

**Orario di ritrovo partecipanti 7.30, luogo di destinazione e ritrovo
verranno comunicati Venerdì 16 in modo da poter scegliere il posto più
adatto in base alle condizioni di neve; a tale scopo all'iscrizione è richiesto
di lasciare un numero telefonico .**

**Informazioni e iscrizioni : I.A. Italo Equi Tel. 3479746495 Sez. CAI
Barga via di mezzo 49 Aperta il venerdì dalle ore 21.00 alle 22.30 .
Iscrizione obbligatoria per tutti
I non soci dovranno versare una quota di 10€**

CAI BARGA
DOMENICA

19 aprile 2015

Interregionale a Ligonchio

**Ritrovo: MOLOGNO
STAZIONE FF.SS.
ORE 7,15**

CON MEZZI PROPRI (via Passo Pradarena) ANDIAMO AL RITROVO DELLE SEZIONI TOSCANE ED EMILIANO-ROMAGNOLE A LIGONCHIO, presso il rifugio dell'Aquila (ca. 55km-1h20') DOVE SONO PROGRAMMATE DUE DIVERSE ESCURSIONI GUIDATA nel gruppo del m. Cusna, a partire dalle ore 9,00:

1) escursione di ca. 4 ore dal rif. Dell'Aquila a Presa Alta (dislivello 350m-12km), con Daniela Friggeri operatrice TAM: il suggestivo sentiero 635 risale la gola dell'Ozola, poi verso il ponte sul Rio Rimale; proseguiamo su forestale fino a Presa Alta punto panoramico sugli SCHIOCCHI, pranzo al sacco presso l'invaso (m 1.230). Ritorno per 635 e 633, fino a S. Rocco, poi al rifugio (ore 15,30ca).

2) escursione FOTOGRAFICA guidata dal fotografo Andrea Greci: da Casalino ai Prati di Sara (dislivello ca. 700m-6 km-ca. 4h). Dal suggestivo borgo di Casalino, per mulattiera fra bei castagneti e faggete, saliamo ai Prati di Sara, spettacolare area, ricca di pozze d'acqua dove si specchia la mole del m. Cusna; ritorno per lo stesso itinerario. Presso il Rifugio è allestita una MOSTRA FOTOGRAFICA dello stesso Andrea Greci.

Per una migliore organizzazione sarà Necessario fornire entro lunedì 13/4 il numero di partecipanti ad ogni tipo di escursione. E' previsto anche il pagamento di una quota di 5,00 € a partecipante, comprensiva di MERENDA fornita dall'organizzazione.

INFO/ISCRIZIONI: FANTOZZI WALTER 3403208681 o sede CAI a Barga via di Mezzo 49, aperta il venerdì dalle 21.00 alle 22.30. I Non Soci dovranno fornire nome, cognome e data di nascita e pagare anche la quota di €=5,00 per la copertura assicurativa infortuni. Chi è intenzionato a partecipare lo dica entro LUNEDI' 13/04.

CAI BARGA e
Parco Alpi Apuane

Invitano tutti
gli interessati
ad un incontro con i Biologi

dr.sa PAOLA FAZZI e

dr. MARCO LUCCHESI:

venerdì 27 marzo

ore 21,15

Stanze della Memoria
Barga-via di Mezzo 70

le Alpi Apuane:
un nuovo territorio
per il LUPO

Ingresso libero



IN MATTINATA POSSIBILE PASSEGGIATA

NEI DINTORNI DI RENAO

RITROVO ORE 8,30 A BARGA GIARDINO

A RENAO
POSSIBILE
PRANZO PRESSO
"IL MOSTRICO"
(con Prenotazione
entro giovedì 22)

Info/Iscrizioni per passeggiata e/o pranzo: CARZOLI PIERANGELO 3331658146

MONDINATA SOCIALE 2015

DOMENICA
25 OTTOBRE

RENAIO
EX SCUOLA

DALLE ORE 14,30

ALLA SCOPERTA DELL'ALTA VAL DI NON

un viaggio fra canyon e castelli

CAI BARGA

27-28 GIUGNO

1° GIORNO: partenza ore 5.00 da Fornaci di Barga loc. "DUE STRADE". Viaggio in pullman fino a raggiungere la val di Non in provincia di Trento, con precisione l'abitato di Sanzeno, da dove partiremo a piedi per la passeggiata (3 km - 1 ore circa) al **SANTUARIO DI SAN ROMEDIO** uno dei più caratteristici eremi d'Europa. Il santuario sorge sulla vetta di uno sperone di roccia alto più di 70 metri. Qui San Romedio visse come eremita per molti anni, secondo quanto dice la leggenda in compagnia solo di un orso trentino. Il Santuario di San Romedio è formato da cinque piccole chiesette sovrapposte, tutte costruite su uno sperone di roccia e unite tra loro da una lunga scalinata di 131 gradini. Il sentiero che conduce al Santuario di San Romedio si sviluppa in parte nella roccia e in parte su passerella di legno. E' una delle più caratteristiche passeggiate in Trentino, alla portata di tutti. Alcuni scorci visti da questo "tunnel" aperto sullo strapiombo sono veramente da non perdere e danno la sensazione di essere parte della roccia madre. Visita al santuario. Proseguiamo la passeggiata (4 km – 1 ora circa) su strade forestali e sentieri fino a raggiungere i laghetti di Coredo e Tavon in località Palù ed infine il paese di Coredo dove potremo visitare l'antica "**SEGHERIA VENEZIANA**" ed il museo del legno. Pranzo al sacco lungo il percorso. Trasferimento in pullman a Malosco. Cena, pernottamento e colazione in hotel.

2° GIORNO: partenza a piedi dall'hotel, fino a raggiungere la borgata di Fondo dove si trova il **CANYON RIO SASS**, una forra scavata dal flusso dell'acqua del torrente che attraversa il paese, percorribile lungo passerelle a sbalzo e scalinate. Partendo dalla piazza del paese, una guida esperta ci accompagnerà, muniti di caschetto e mantella nei meandri di questo canyon creato dal torrente Rio Sass attraverso l'erosione della roccia. Oltre ai vari fenomeni creati nella roccia attraverso il movimento dell'acqua, tra il susseguirsi di curve e controcurve, è suggestivo notare la presenza anche di una flora di alghe rosse e verdi, muschi e felci. La visita avrà una durata di circa 2 ore. Pranzo veloce in hotel a base di prodotti tipici. Nel pomeriggio, imboccata la via di ritorno, ci fermeremo a Vigo di Ton per visitare il **CASTELLO DI THUN** che fu costruito nella metà del XIII sec. e fu la sede della potente famiglia dei Thun, che nelle valli di Non e di Sole possedeva altre prestigiose residenze. Il castello è situato in cima ad una collina in bellissima posizione panoramica. E' un esempio tra i più interessanti di architettura castellana trentina, la struttura civile-militare è tipicamente gotica ed è circondato da un complesso sistema di fortificazioni. Rientro a casa in tarda serata.

Info Iscrizioni: SANTI ANNALISA 320/7257325 – DI RICCIO FRANCA 347/6649298

COSTO € 130.00

L'iscrizione sarà confermata solo al versamento della caparra (€ 80,00) – iscrizioni entro 15 maggio

I non soci dovranno comunicare i dati per l'attivazione dell'assicurazione – costo € 12.00 – pena l'esclusione dall'attività

La quota comprende viaggio in pullman e pernottamento con trattamento di pensione completa in wellness hotel 3 stelle. Esclusi pranzo del sabato, cena della domenica ed ingressi.

Il programma potrà subire variazioni in base agli orari di apertura dei siti visitati e delle condizioni meteo

CAI BARGA

VIA DI MEZZO 49-BARGA

**Venerdì 6 febbraio
ore 21,15-Sede sociale**

**i Soci Maria Chiara e Maurizio
ci racconteranno per immagini
il loro recente viaggio**

**Penisola Valdes
e Patagonia**

**Ingresso libero a
tutti gli intersati**



GITA ALLA PIRAMIDE ETRUSCA E MONUMENTI RUPESTRI DI S. CECILIA - BOMARZO (VT) - 7 GIUGNO 2015

Partenza ore 06,00 da P.zza IV Novembre – Fornaci di Barga con bus privato.

Costo gita: Soci CAI € 35,00 – Non soci € 40,00

Prenotazione entro Mercoledì 03/06/2015.

Uno strano altare sacrificale? Una piramide Maya? Una ziggurat mesopotamica nel bel mezzo dell'Italia centrale? Nei pressi di Bomarzo (VT) si trova un enorme e particolare masso (8X16 metri) tufaceo. Viene chiamato "Piramide di Bomarzo" anche se in realtà è una piramide tronca, qualcuno la chiama anche "sasso del predicatore" perché ricorda un pulpito. Il masso è stato sapientemente lavorato tanto da ricavarne una scalinata di 26 gradini che conducono prima a due altari intermedi e poi all'altare principale posto nella parte sommitale. La zona dove si trova la piramide è denominata "Tacchiolo" e come quella poco distante di "Santa Cecilia" (che visiteremo) è ricca di reperti ed insediamenti appartenenti al periodo etrusco ma anche protostorico. Percorrendo i sentieri che si snodano nei boschi circostanti ci si imbatte quindi anche in abitazioni rupestri scavate dentro enormi rocce megalitiche, altari, luoghi di culto, tagliate etrusche. Nel nostro trekking saremo accompagnati dal sig. Salvatore Fosci, "l'uomo della Piramide", a cui dobbiamo il merito della riscoperta dell'intero sito, avendo ripulito, gratuitamente, le emergenze archeologiche invase dalla macchia e dai rovi. Il nostro trekking, sempre accompagnati da Salvatore, continua per il torrente Castello e la Torre di Chia. Sul greto del torrente giungiamo ad un'immensa "piazza" fluviale dove le acque hanno scavato, con lavoro millenario, l'alveo con forme bizzarre a seconda del flusso più o meno intenso. Sono presenti infatti vasche, vaschette, canali, salti, tuffi di roccia dove possenti onde sussultorie di piene hanno lasciato l'impronta del loro negativo. Sotto la cascata maggiore un cartello ricorda che le immagini del luogo furono le "quinte" del film "IL VANGELO SECONDO MATTEO" del grande Pasolini che elesse a propria abitazione la Torre di Chia asserendo di aver scoperto il luogo più bello del mondo.

Si consiglia un abbigliamento comodo e scarpe da trekking. **PRANZO AL SACCO.**

INFO-ISCRIZIONI: Franca Di Riccio cell. 3476649298 o presso sede CAI BARGA – Via di Mezzo, 49 – Barga (Lu) – Tutti i venerdì dalle 21,00 alle 22,30 .

La gita verrà effettuata solo con un minimo di 20 partecipanti.

CAI BARGA

DOMENICA

12 luglio 2015

P.Pradarena) m. La Nuda

**Variante da Sabato 11:
Monte Cavalbianco -
notte in tenda**

**Ritrovi:
Stazione FFSS
MOLOGNO
ORE 18,00
sabato 11/7
Passo Pradarena
ore 9,00
Domenica 12/7**

PROGRAMMA: La gita **COMPLETA** prevede di raggiungere il Passo di Pradarena (m 1575) nel tardo pomeriggio di **SABATO 11**, muniti di tenda ed accessori per la notte (materassino, sacco piuma); salire verso la cima del m. Cavalbianco (m 1855) in ca. 45', piazzare le tende ed accendere il fuoco per la grigliata (cui ognuno avrà contribuito alla spesa). Nel frattempo, oltre il cibo, potremo goderci l'ampio panorama ed il suggestivo tramonto; poi, volendo, guardare le stelle prima di dormire. Per i più audaci, una precoce sveglia, consentirà di ammirare anche l'alba. Smontiamo il campo e scendiamo al rifugio Carpe Diem, per toilette e colazione, in attesa dei partecipanti all'escursione domenicale al monte La Nuda (m 1895).
L'escursione della DOMENICA: dal Passo di Pradarena (ore 9,00), con il sentiero 0-0, verso ovest, quasi sempre lungo la linea di crinale, arriviamo al m. Ischia (m 1723), poi a Cima Belfiore (m 1875) ed infine al monte La Nuda; il sentiero è piacevole e generalmente privo di difficoltà (salvo un piccolo passaggio fra rocette ed un breve tratto esposto), con ampi panorami sui due versanti.
PRANZO AL SACCO. Il ritorno avviene lungo lo stesso percorso dell'andata.

TEMPO TOTALE di cammino ca. 5/6 ore-Dislivello ca. 450 metri

INFO/ISCRIZIONI: BIANCHESSI PIETRO 3401270553-GUBBAY JON 3388133453 o sede CAI a Barga via di Mezzo 49, aperta il venerdì dalle 21.00 alle 22.30. I Non Soci dovranno fornire nome, cognome e data di nascita e pagare la quota di €=6,00 per la copertura assicurativa infortuni, entro venerdì 10/07. Anche chi intende partire SABATO 11, dovrà iscriversi entro venerdì 10, per meglio organizzare gli acquisti per la grigliata sul monte Cavalbianco. **GRAZIE**

Per chi vuole, al mattino:

ritrovo Vetriano ore 9,45

visita al Teatrino (€=5,0),

poi breve camminata (10,40)

fino a Colognora,

visita museo Castagno.

club Alpino Italiano - BARGA

PRANZO SOCIALE

Ristorante "IL GUERRIERO"
Vetriano

Prenotazioni entro giovedì 12/11 a

Carzoli P. 3331658146-Di Riccio F. 3476649298

MENU'

Antipasti misti

Tortelli al Ragù

Spaghetti alla
Guerriero

Grigliato misto
carni alla brace

2 Contorni

Dolce - Caffé

Vini-acqua

accompagnamento
MUSICALE

Prezzo: €=28

DOMENICA 15 Novembre

ore 13,00 - Pranzo

CAI BARGA DOMENICA

Anello di monte

ROMECCCHIO

Appennino

30 agosto 2015

**Ritrovo:
BARGA-Giardino
ore 8,00**

CON MEZZI PROPRI RAGGIUNGIAmo LOC. LA VETRICIA (m 1300-30'). Con il sentiero CAI n° 20 saliamo in loc. Caciaia, poi con la variante 0-0 al passo del Terzino (m 1.720). Ci inoltriamo quindi sul versante emiliano, scendendo verso le colorate torbiere della Porticciola (Lagacci della Porticciola), proseguendo oltre fino al Borrellone di Montalto. Nel cuore del bel bosco proseguiamo fino alla piccola, ma incantevole torbiera di CROCETTE. Continuiamo quindi fino alla sorgente 'del pastore' e poi verso il bosco di SASSORSO; lo si attraversa lungamente, fino a raggiungere il Passo del Saltello (m 1600), dopo potremo goderci il meritato PRANZO AL SACCO, fra praterie e boschetti.

Per il ritorno a La Vettricia, seguiremo l'ombrosa strada forestale, per ca. 1h 30'. TEMPO TOTALE di cammino 5 ORE ca. - Dislivello in salita/discesa ca. 600 m.

INFO/ISCRIZIONI: MOSCARDINI PIETRO 058375399 o sede CAI a Barga via di Mezzo 49, aperta il venerdì dalle 21.00 alle 22.30. I Non Soci dovranno fornire nome, cognome e data di nascita e pagare anche la quota di €=5,00 per la obbligatoria copertura assicurativa infortuni, entro VENERDI' 28/08.

7^ SCARPINATA NELL'APPENNINO BARGHIGIANO

18 luglio 2015

Trofeo Podistico Lucchese: il Sabato si..Vince

**C.O.N.I.
C.S.A.In.**

La manifestazione, **APERTA A TUTTI**, rientra nelle discipline della L.R.T. n° 35 del 09/07/2003 art. 1 e 4, che definisce questa attività come motoria e ricreativa.

Lungo il percorso ed all'arrivo funzioneranno posti di ristoro. Sarà garantita assistenza medica.

N° 3 percorsi di: 4,00 - 8,00 - 14,00 km

Quota di iscrizione € 3,00. Le iscrizioni e la partenza avranno luogo presso il rifugio Santi, località La Vetricia (m 1.300-com. di Barga)

PARTENZA ore 15,30

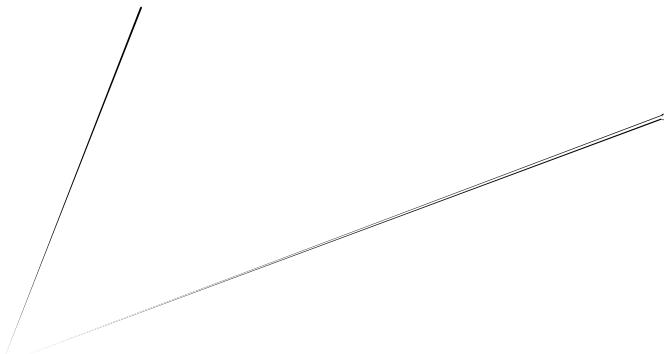
Presso il **rifugio G. Santi** (tel.: 3490674853) sarà possibile usufruire di una cena a prezzo vantaggioso.

**PREMI AI GRUPPI
PIU' NUMEROSI**
**A tutti i partecipanti un
Omaggio 'utile' ed una
"calamita" della scarpinata**

L'organizzazione declina ogni responsabilità per quanto possa accadere a persone e cose prima, durante e dopo la manifestazione.

La Vetricia è raggiungibile dal centro di Barga-Giardino seguendo le indicazioni per RENAO (m 1013-10,5 km), proseguire con indicazioni La Vetricia-rif. Santi (m 1308— 3,8 km).

Profilo altimetrico dei percorsi



4 km-dislivello sal/disc=180m

8 km-dislivello sal/disc=350m

14 km-dislivello sal/disc=450m

CAI BARGA

**DOMENICA
31 maggio 2015
SOLO PER SOCI**

**Ritrovo: BARGA
parcheggio scuole medie
viale C. Biondi-ore 8,30**

GIORNATA NAZIONALE DEI SENTIERI INTERVENTI SU SENT. N° 20 + 28

LA SEZIONE PARTECIPA ALLA GIORNATA NAZIONALE DEDICATA ALLA MANUTENZIONE DEI SENTIERI C.A.I.—ATTIVITA' RISERVATA AI SOCI CAI (per motivi di sicurezza-in questa attività non è prevista la usuale assicurazione infortuni per i Non soci). GLI INTERVENTI DI RIPRISTINO PERCORSO E SEGNALETICA SONO QUEST'ANNO DEDICATI ALLA PARTE ALTA DEL SENT. N° 20 (La Vetricia>Passo Porticciola), PER PROSEGUIRE LUNGO IL SENT. N° 28 (traverseto) FINO A BAITA MORENA (pausa pranzo) e QUINDI LA VETRICIA.

GLI INTERESSATI A PARTECIPARE, DOVRANNO MUNIRSI DI ABBIGLIAMENTO ADATTO (c'è da sporcarsi), GUANTI, EVENTUALI PICCOLI ATTREZZI PERSONALI. LE CASSETTE PER Pittura E QUANTO ALTRO NECESSARIO SARANNO FORNITI DALLA SEZIONE. PER LA PAUSA PRANZO E' PREVISTA UNA PICCOLA GRIGLIATA PRESSO LA BAITA MORENA, A CURA (come predisposizione) DI EVENTUALI VOLONTARI/IE. PER MEGLIO ORGANIZZARE LA GIORNATA, FORNIRE LA PROPRIA DISPONIBILITA' ENTRO VENERDI' 29 MAGGIO, PRESSO LA SEZIONE O TELEFONICAMENTE A CARZOLI PIERANGELO 3331658146.

Grazie anticipate a tutti i volontari.



Alpe Tre Potenze

domenica 18 ottobre 2015

L'Alpe Tre Potenze (1.940 m s.l.m.) è una montagna dell'Appennino Tosco-Emiliano, la cui vetta sovrasta il Lago Nero ed il Lago Piatto. Dal punto di vista orografico costituisce la testata d'angolo fra la Valle del Sestaione, la Val Fegana e la Val di Luce, tra i monti Gomito e Femminamorta e la Foce di Campolino.

Con mezzi propri raggiungeremo il **Rifugio Casentini** dove lasceremo le auto. L'itinerario seguirà il sentiero CAI n.14 fino al **Rif. Fontana a Troghi** (1298 m s.l.m) dove proseguiremo per il sentiero CAI n.12 fino alla **Foce di Campolino** (1785 m s.l.m). Proseguiremo poi per il sentiero CAI n.100 costeggiando il Lago Nero fino a raggiungere il **Passo della Vecchia**, da dove seguendo il sentiero CAI n.00, percorreremo il crinale fino a raggiungere la vetta dell'**Alpe Tre Potenze** (1940 m s.l.m). Con vari sali scendi e sempre seguendo la cresta raggiungeremo la vetta del monte **Femmina Morta** (1881 m s.l.m) poi scenderemo a **Foce a Giovo** (1674 m s.l.m) dove tramite il sentiero CAI n.16 giungeremo al **Rif. Casentini al Mercatello** e poi sempre con il medesimo sentiero fino al rientro alle auto.

Informazioni organizzative

Ritrovo	Piazza della Chiesa Nuova Fornaci di Barga
Orario ritrovo	07:00 (già colazionati)
Orario partenza	07:10
Orario rientro previsto	18:00
Viaggio	Auto proprie
Termine iscrizione (obbligatoria)	Venerdì 16 ottobre
Pranzo	Al sacco

Informazioni tecniche

Itinerario senza particolari difficoltà tecniche ma lungo e con notevole dislivello. Necessaria buona forma fisica.

Dislivello (positivo)	mt. 1700 circa
Distanza (indicativa)	Km. 19,00 circa
Tempo di percorrenza (indicativo)	7 ore (escluso soste)

Quota partecipazione

Soci	nessuna
Non soci	6,00 € (assicurazione)

Per i NON soci è necessario fornire nome, cognome e data di nascita all'atto dell'iscrizione.

Equipaggiamento richiesto:

Obbligatoria lampada frontale.

Scarpe da trekking. Abbigliamento adeguato alla stagione e alle condizioni meteo.

Info/ Iscrizioni:

- Luca Bianchi: 347.1035178
- Massimo Tardelli: 347.6409317
- Sede sez.CAI Barga aperta il venerdì ore 21:00/22:30
- e-mail info@caibarga.it