

# 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 imbrocheremo 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**

