



BARGA-MARE

22-23 Settembre 2018



PRIMO GIORNO SABATO 22 SETTEMBRE 2018

Partenza da Barga piazzale del Fosso ore 6.30.

Da Barga (410m), percorrendo la vecchia via comunale scendiamo a Fornaci di Barga (156m), da dove attraversato il fiume Serchio iniziamo a salire da Bolognana verso il paese di Cardoso (394m). Per sentiero ripido arriviamo alla Croce del Monte Penna e risaliamo al valico di S. Luigi (869m). Percorriamo il sentiero 136 fino alla foce Palodina (1059m), da qui inizia un sali e scendi sulla lunga dorsale alberata che porta al colle delle Baldorie o foce del Termine (1119m) massima quota della traversata. Iniziamo a scendere, attraversando, i pendii del M. Croce fino alla foce delle Porchette (982m) caratteristico valico tra l'alta valle della Turrite e la Versilia, entrati nel versante marino delle Apuane, una discesa ci conduce a fonte Moscoso, da dove una leggera salita ci permette di aggirare il gruppo del M. Procinto passando alla base della Bimba, ultimo pittoresco avancorpo del gruppo, e quindi raggiungiamo il rifugio Forte dei Marmi (865m), posto tappa della traversata.

Tempo di percorrenza 10 ORE soste escluse.

Dislivello in salita 1200 metri circa in discesa 670 metri circa

SECONDO GIORNO DOMENICA 23 SETTEMBRE 2018

Partenza dal Rifugio Forte dei Marmi ore 8.00

Dal rifugio Forte dei marmi(865m), situato in posizione amena, con splendida vista del M. Procinto con i suoi caratteristici "bimbi" e le strapiombanti pareti del m. Nona, puntiamo decisamente verso sud, percorrendo un sentiero a mezzacosta sotto le pendici del M. Matanna. Arrivati alla foce del Grattaculo (867m) procediamo in leggera discesa fino al valico di S. Rocchino (801m) importante via di comunicazione tra Casoli e la valle del Vezza. Proseguiamo 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). Per strada Asfaltata fino a S. Anna di Stazzema (per chi lo desidera è possibile fare una visita al Sacratio). Proseguiremo su sentiero numero 4 che di conduce in Val di Castello. Per strada asfaltata raggiungiamo il centro di Pietrasanta. Attraversato il sottopasso della Ferrovia raggiungiamo il Viale Apua che in circa 4 Km. Ci conduce all spiaggia.

Tempo di percorrenza 8 ORE soste escluse.

Dislivello in salita 200 metri circa in discesa 1100 metri circa

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. La quota potrà subire variazioni in base ai partecipanti per coprire i costi del Pulman.

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

Iscrizione obbligatoria entro Venerdì 14 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 Angelini Guido 3476180321**



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI BARGA - "VAL DI SERCHIO"

Via di Mezzo, 49 Barga (LU) 55051 e-mail info@caibarga.it
Aperti il venerdì dalle 21.00 alle 22.30

