

Informazioni di Gennaio 2019



IL VALICO

Gruppo escursionistico, culturale, ricreativo
c/o S.M.S. Rifredi, Via Vittorio Emanuele II n. 303 - 50134 FIRENZE
Telefono/Fax 055 414748 Cellulare 339 8093153
e-mail: trekkingilvalico@gmail.com
www.ilvalico.it
facebook: trekking il valico

LETTERA DEL PRESIDENTE

Il 2019 sarà un anno molto importante per la nostra Associazione che festeggia i suoi 70 anni di vita e per questo mi chiedo:

vale di più sentirsi solo un tesserato o sentirsi socio?

Mi riferisco ovviamente ad un soggetto "Il Valico".

A tale riguardo vorrei fare una netta e fondamentale distinzione dei termini: sentirsi semplicemente un tesserato vuol dire sminuire il valore intrinseco dell'adesione al Valico, sfruttandone i benefici in maniera passiva ed egoistica, senza curarsi della parte più importante che è quella sociale, morale e culturale dell'appartenenza al Sodalizio. Per contro il sentirsi SOCIO è come valorizzare l'adesione, sentirsi partecipe di una realtà, impegnarsi per la realizzazione di un comune obiettivo, che poi sono i valori stessi del nostro Statuto Sociale. Essere socio vuole significare, inoltre, rendersi disponibile e presente in ogni occasione utile al Gruppo, arricchire con competenza gli eventuali approfondimenti, con l'umiltà di porsi accanto a chi è chiamato a ricoprire un qualche incarico, assicurando non solo suggerimenti utili, magari frutto di esperienze personali, ma sempre con un rinnovato entusiasmo.

In sostanza vorrei "Il Valico" di SOCI e non di tesserati.

Se così fosse, sicuramente, avremmo adesioni motivate e convinte tali da non farci mai dimenticare il senso vero della nostra appartenenza. Questo ci aiuterebbe a far sì che la nostra Associazione continui ad esistere anche in futuro.

Per concludere, sono più che convinto che in gruppo riusciremo a fare molte cose, ma solamente se tutti ci sentiremo e ci comporteremo coerentemente da SOCI e non da semplici tesserati.

**Il Presidente
Roberto Mazzola**

VENERDI' 11 GENNAIO 2019

ORE 21,00

SERATA DEL TESSERAMENTO

PRESSO LO CHALET DELL' S.M.S. RIFREDI

Tessera VALICO adulti	Euro 15,00
Tessera FIE (per adulti e ragazzi)	Euro 20,00
Tessera VALICO ragazzi (fino a 16 anni)	Gratuita

**DURANTE LA SERATA VERRANNO PREMIATI
I VINCITORI DEL CONCORSO FOTOGRAFICO**

ALCUNE REGOLE DA RISPETTARE

L'iscrizione alla gita deve essere fatta entro il **GIOVEDI** precedente, se non indicato diversamente.

L'iscrizione telefonica, possibile solo per i Soci, implica il dovuto pagamento della quota anche in caso non ci si presenti all'escursione.

Durante le camminate si devono **SEMPRE** indossare gli **SCARPONI da TREKKING** (non scarpe da ginnastica) ed abbigliamento adeguato. Le scarpe da ginnastica o simili servono solo per il viaggio in bus.

Si consiglia l'uso di almeno un bastoncino da trekking o simile.

13 GENNAIO 2019

FIESOLE: IL SENTIERO DI STILICONE

Referente: Mazzola

Cellulare: 339 8093153

PARTENZA ORE 09,30 da FIESOLE

RITROVO DAVANTI AL MUSEO ARCHEOLOGICO

Per Fiesole bus n. 7 con partenza da Via La Pira FIRENZE

Difficoltà': E / F Dislivello: + 300 - 300 Tempo: ore 4 circa

Questo itinerario, da Fiesole all'Olmo, nasce da un'idea di Paolo Sorbi, fondatore e Presidente fino al 2015 del Gruppo Escursionistico "Il Crinale" dell'Olmo. Alcuni volontari del gruppo, con la collaborazione del Comune di Fiesole, lo hanno creato con lo scopo di aprire un collegamento tra Fiesole e l'Olmo da percorrere a piedi. Attraverso la verde campagna fiesolana, dimora di celebri artisti, caratterizzata da vigne e oliveti, torri di avvistamento e chiese medievali, in un territorio abitato fin dall'età etrusca. Il percorso si chiama Sentiero di Stilicone, in onore del generale romano che sconfisse l'esercito del barbaro ostrogoto Radagaiso nel 406 d.C a Monte Reggi, dove passeremo, impedendo in questo modo la distruzione di Firenze e l'invasione dell'Italia Centrale. Si narra che fu una battaglia sanguinosa, vinta grazie all'abilità e preparazione di Stilicone. L'itinerario utilizza in parte questi antichi tracciati anche all'interno della città di Fiesole; si distingue a livello naturalistico per una vegetazione variegata e la presenza di numerose specie di orchidee spontanee. Si parte da Fiesole nei pressi dell'ingresso del Teatro Romano, dietro la Cattedrale, dove troviamo il cartello dedicato al sentiero associato al segnavia CAI 10. Si attraversa la parte vecchia della città in direzione Est verso Borgunto, ma sempre mantenendosi al di sotto della provinciale e senza scendere verso Pian del Mugnone. Appena lasciate le ultime case basta seguire la segnaletica CAI, rinnovata e coerente per tutto il percorso. Passeremo per 3 deliziose frazioni: Saletta, Monterecci, Acquinvogliolo ed infine raggiungeremo i bei prati dell'Olmo.

Notizie sull'Assemblea dei Soci di Giovedì 22 Novembre 2018

L'Assemblea del Valico ha approvato la relazione del Presidente ed ha deciso di mantenere il costo della tessera invariato per il 2019.

L'Assemblea ha confermato, inoltre, che i nuovi soci sono esentati dal pagamento della tessera per l'iscrizione al Gruppo per il primo anno, naturalmente dovranno obbligatoriamente associarsi alla FIE così da essere assicurati.

Nella riunione del Consiglio tenutasi Giovedì 29 novembre 2018 sono state decise le cariche sociali per il periodo 2019 - 2020:

Presidente:	Roberto Mazzola
Vicepresidente:	Giuliana Matassi
Segreteria:	Marzia Matteini, Doretta Patrizia
Amministrazione:	Mery Cellai
Attrezzature:	Massimo Maestrini

Attività editoriale:	<u>Responsabile Carlo Bellandi</u> Adriano Balestri, Roberto Mazzola, Silvano Torelli
-----------------------------	---

Gruppo escursionistico:	<u>Responsabile Roberto Mazzola</u> Giancarlo Agnolotti, Antonio Cantatore, Graziano Cianferoni
--------------------------------	---

Gruppo turistico culturale:	<u>Responsabile Arte e Cultura</u> <u>Giuliana Matassi</u> Mery Cellai, Graziano Cianferoni <u>Responsabile attività musicali</u> <u>Matteo Sansone</u> Carlo Bellandi
------------------------------------	---

CORSO DI FOTOGRAFIA BASE

tenuto da Paolo Rocco

22 GENNAIO 2019: 1a LEZIONE

Introduzione al corso:

Visione diapositive

La macchina fotografica:

Compatte, Bridge, Reflex, Mirrorless

Il sensore: aps, full frame

Iso, tempo, diaframma, esposimetro (istogramma)

Obbiettivi: fissi, zoom, (lunghezza focale, max apertura)

Come settare la fotocamera: jpg, raw, spazio colore, ecc.

29 GENNAIO 2019: 2a LEZIONE

Principi di composizione fotografica:

Il colore monocromia

Cenni sull'uso del flash

Studio sulla luce direzione e qualità

Eliminare errori comuni

Esempi pratici con diapositive

3 FEBBRAIO 2019: 3a LEZIONE

Uscita Fotografica di gruppo:

L'uscita fotografica esterna della durata di circa mezza giornata è finalizzata a mettere in pratica le tecniche di ripresa precedentemente spiegate.

Le fotografie scattate durante questa sessione serviranno per le due lezioni successive, una dedicata alla post produzione e l'altra alla realizzazione di una slide show. Un modo per confrontarsi con gli altri iscritti alla mia presenza, disponibile per consigli e chiarimenti.

5 FEBBRAIO 2019: 4a LEZIONE

Fotografia di ritratto

Fotografia di paesaggio

Programmi per la post produzione

Cenni sulla fotografia di reportage

Sviluppo del file raw, correzione colore

13 FEBBRAIO 2019: 5a LEZIONE

Realizzazione di un filmato con movie maker

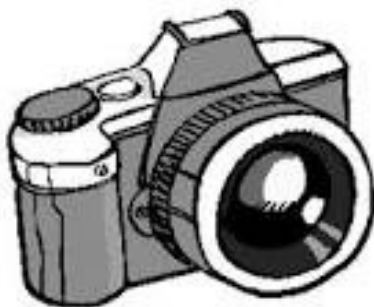
Come impostare una storia

Introduzione a movie maker

Il numero massimo dei partecipanti è di 20

**Le iscrizioni, iniziate l'8 novembre 2018,
termineranno giovedì 17 gennaio 2019
presso la nostra sede.**

Informazioni in sede ogni Giovedì: Roberto Mazzola cell. 339 8093153



In Piemonte, tra vigneti, tartufi, castelli e altro

Il 1° novembre alle sei del mattino siamo partiti sotto un diluvio e il 4, al rientro, il diluvio c'era stato sull'Autosole poco prima dell'arrivo a Novoli. Ma durante il soggiorno in Piemonte, tutto sommato, è andata meno peggio di quanto temevamo. E' piovigginato, il cielo è stato quasi sempre grigio, ma per l'escursione più impegnativa, al forte di Fenestrelle, sotto le vette già innevate che chiudono la Val Chisone, nel pomeriggio il cielo si è completamente rasserenato e siamo ripartiti soddisfatti di aver fatto tutto quello che prevedeva il programma. La visita al Forte è stata il pezzo "forte" della vacanza: straordinario nella sua imponenza e nella sua collocazione, con le mura che si allungano sulla montagna da circa 1100 a oltre 1800 mt. Si sale dal vasto cortile quadrato - dove gli edifici ospitavano gli ufficiali e dove c'è anche una chiesetta - agli alloggi per i soldati (che sembrano proprio delle carceri), ai depositi delle polveri da sparo e alle postazioni dei cannoni, fino all'ultimo posto di guardia, attraverso un sentiero acciottolato oppure una scala di quasi 4000 gradini che sale in galleria. Noi ne abbiamo percorso un tratto, poi siamo usciti sul sentiero, poiché sui gradini sconnessi, in un'oscurità quasi completa, ristagnava l'acqua e dal soffitto cadevano goccioloni freddi. Alcuni di noi si sono fermati presso una bella fontana in pietra, altri hanno continuato fino al primo posto di guardia, poco più su. Il panorama era bello, il sole si stava facendo strada, l'aria quasi tiepida. Insomma, si stava proprio bene. Poi siamo ridiscesi e abbiamo pranzato al ristorante del forte gestito dalla cooperativa che ha il complesso in gestione. Tutto molto buono e piacevole. Ma per i soldati destinati lassù la vita doveva essere terribile e molti morivano di freddo, di malattie e di fame, aspettando un nemico che non si è fatto mai vedere: il pensiero mi è andato immediatamente a "Il deserto dei Tartari" e alla fortezza Bastiani in cui la storia si svolge. L'altra esperienza interessante è stata la visita ai vigneti, che ricoprono interamente le morbide colline del Monferrato e delle Langhe. Peccato che il cielo grigio non ci abbia consentito di vederli nella loro veste giallo rossiccia tipica dell'autunno. Ci siamo fermati in un paio di paesini con imponenti castelli, tra cui quello di Grinzane Cavour, che è davvero pregevole nella sua struttura e nella sua posizione sulla sommità di un colle. Tenuto perfettamente sia all'esterno che nell'interno, è ricco di storia, non solo per i vini pregiati della zona, ma perché qui ha vissuto a lungo Camillo Benso conte di Cavour, al quale si devono tante migliorie nell'agricoltura del Piemonte, nonché la realizzazione dell'unificazione italiana. Molti hanno contestato e ancora lo fanno la sua politica, giudicandola indirizzata esclusivamente agli interessi del Piemonte e dei Savoia, ma se l'Italia non è diventata una vera nazione, a mio giudizio, la responsabilità non è stata di Cavour - che tra l'altro è morto nel giugno 1861, appena tre mesi dopo la proclamazione del Regno d'Italia - ma di tanti altri fattori precedenti e successivi al suo operato. Visitato il castello, c'è stata la sosta ad una cantina del borgo per la degustazione dei vini tipici, uno bianco e tre rossi. Tutti molto buoni, in particolare il pregiato e costoso Barolo, che come minimo deve essere invecchiato per tre anni. Io ero a stomaco quasi vuoto e dopo il secondo assaggio sentivo già indebolirsi le ginocchia... Poi via ad Alba per la mostra del tartufo bianco. Il paese era animatissimo e nell'aria si mescolavano odori di dolciumi e di tartufo. La nostra guida ci ha fatto fare un bel giro, ma tutti, per la verità, non vedevamo l'ora di entrare alla mostra per ammirare, degustare, comprare

Così ci siamo sparpagliati per gli stand, che rigurgitavano di tartufi di tutte le dimensioni, nocciole, cioccolata, miele, pasta al tartufo, formaggi al tartufo, creme al tartufo e vino, vino, vino... Avevamo fissato di ritrovarci nella piazza principale del paese dopo due ore, ma io sono uscita molto prima perché l'odore di tutti quei tartufi mi aveva fatto entrare il mal di testa. Il giorno dell'arrivo abbiamo visitato Asti, una cittadina tranquilla e quasi deserta con una bella cattedrale, qualche altra chiesa interessante e parecchie torri di varia fattura, nonché un paio di statue della maggior gloria cittadina, Vittorio Alfieri, che la mia maestra delle elementari ci portava come esempio, raccontandoci che si faceva legare alla sedia dal suo domestico, per studiare tante ore di seguito. Non credo che nessun genitore ricorra oggi a questo sistema, ma neppure quando ero giovane io; del resto Alfieri è poco conosciuto dagli Italiani perché le sue tragedie - che inneggiano tutte alla libertà - hanno un linguaggio piuttosto complesso e poco si addicono anche alla rappresentazione in teatro. L'ultimo giorno, purtroppo piovoso, ci ha riservato però due gioielli: Saluzzo, così suggestiva nella sua struttura, con un grandioso castello, belle chiese - anche se piuttosto buie - bei palazzi, di epoche diverse ma omogenei per l'uso di una pietra e del cotto di un caldo colore rossastro, stradine in ciottoli e cotto. Interessante anche la parte più recente, di fine Ottocento, con portici che durante una giornata di pioggia sono proprio utili! Dopo la visita ci siamo sparpagliati, per ritrovarci poi, casualmente, tutti insieme in una trattoria sotto i portici a rifocillarci con un primo piatto dove gnocchetti o altra pasta nuotavano in una salsa al... tartufo naturalmente! L'altro gioiello è stato il castello della Mantra, poco lontano da Saluzzo. Lì diluviava davvero e ci è dispiaciuto non poter sostare nel bel parco con alberi maestosi. Il castello adesso è proprietà del FAI, che ne ha curato il restauro in modo perfetto, compresa la vasta cucina con tutti i suoi utensili. Dei giovani restauratori stanno ancora lavorando per riportare alla luce gli affreschi di una galleria, ricoperti da chissà chi con uno strato di intonaco, come è avvenuto per tante chiese romaniche nel Settecento, periodo del rococò a cui piacevano tanto cornici e stucchi arzigogolati per arricchire soffitti. A pochi passi dal castello, una splendida cappella, dalle linee barocche, anch'essa restaurata. Il FAI è veramente un'associazione preziosa per la gestione del nostro patrimonio artistico. C'è da pagare un biglietto per entrare nei siti che gestisce, ma penso che nessuno rimpianga quella spesa, del resto come per il forte di Fenestrelle. Se aspettiamo che provveda lo Stato o la Regione o il Comune, va tutto in malora! Lo conferma la condizione non proprio ideale del Castello di Racconigi, che abbiamo visitato il giorno del nostro arrivo: buio, polveroso, trascurato, con una totale assenza di sorveglianti. Eppure il complesso è imponente, ricco di storia, di arredi pregevoli, di una ricca biblioteca e di un parco molto vasto e l'ingresso non è gratis, quindi qualcosa Stato e regione Piemonte potrebbero fare per valorizzarlo. La prima cosa da fare, comunque, sarebbe demolire l'orrendo fabbricato in cemento armato - penso edilizia popolare degli anni sessanta - che si trova sulla sinistra del castello e sciupa la visione della facciata principale. Come è stato possibile costruire proprio lì un edificio così brutto e ora mal tenuto? Scusate lo sfogo... Vi ho raccontato tutto l'essenziale. Io sono stata bene in questi quattro giorni per le cose nuove che ho visto, per come abbiamo mangiato, come siamo stati sistemati in albergo, proprio nel centro di Asti, e guidati nelle varie visite. Dunque un grazie agli organizzatori e un arrivederci alle prossime gite di cui è denso il programma del 70°.

Carla V.

27 GENNAIO 2019

ANELLO DI SAN POLO IN CHIANTI

Referente: Maestrini Cellulare: 339 8093153

Partenza MEZZI PROPRI ore 8,30 OBIHALL

Difficoltà': E / F Dislivello: + 450 - 450 Tempo: ore 5 circa

Dal centro del paese di S. Polo, da sempre considerato la patria del giaggiolo, si procede per Via Rubbiana (circa 2 km in salita su asfalto) fino all'omonima e millenaria pieve (m. 350). Dopo la chiesa imbocchiamo una strada bianca e, sempre in salita attraverso campi e il riparo del bosco, arriviamo alla località di Case al Monte (m. 600). Da qui, percorso un tratto in salita abbastanza erto ma breve, entriamo nel bosco e camminiamo lungo il crinale, fatto di alcuni saliscendi, sul confine dell'area fiorentina con il Valdarno Superiore. Tra castagni, querce e larici raggiungiamo il Poggio Firenze a quota 690 metri, punto più alto del nostro itinerario, dove troviamo un cippo dell'IGM. Da lassù, se la vegetazione lo permette, possiamo ammirare la piana fiorentina e le colline che la circondano. Riprendiamo il cammino e, in discesa, con un solo tratto impegnativo, raggiungiamo l'area di ristoro di Fonte Santa, da lì proseguiamo a sinistra e superato il Rifugio Antella raggiungiamo la Fonte Santa. Siamo al bivio e prendiamo il sentiero Cai 14 che ricalca una delle antiche strade di transumanza rinascimentali che dal Casentino, Pratomagno e Mugello confluivano sull'Alta Maremma ed il Tirreno. Dopo poco troviamo un bivio che prendiamo a sinistra fino a raggiungere Case al Monte da dove ripercorriamo in discesa il tratto fatto in salita all'inizio della camminata e raggiungiamo San Polo.



**Auguri ai soci nati
in Gennaio
e . . .
buon anno nuovo
a tutti !**

SETTIMANA BIANCA A SANTA FOSCA DI CADORE DAL 2 AL 9 MARZO 2019

SANTA FOSCA è una frazione del Comune di Selva di Cadore in provincia di Belluno, altitudine 1335; si trova nella Val Fiorentina, racchiusa tra il Monte Pelmo, il Massiccio del Civetta, la Marmolada ed il Gruppo del Cenera, a pochi km. da Cortina d'Ampezzo, Arabba, Alleghe, Zoldo Alto e Alta Badia. Ideale per gli sport invernali, sci, snowboard e sci di fondo ma anche ciaspolate e passeggiate. Ci accoglierà l'**HOTEL PRINCIPE** (2stelle) con camere doppie o triple con bagno (igienizzate con ozono in aria, sistema Evergreen, che permette di eliminare batteri, funghi e virus). **Trattamento di mezza pensione, bevande incluse ai pasti, prima colazione a buffet, dolce e salato; cena con menù a scelta tra due portate e buffet di verdure.** Wifi gratuito nelle zone comuni. Sala giochi per bambini da 0 a 7 anni. Deposito sci e scaldia scarponi riscaldato. Potremo inoltre usufruire di quote riservate per la piscina coperta, sauna e bagno turco a Santa Fosca. Per i più piccoli, davanti all'Hotel, si trova il Campo Scuola e la sciovia per bambini e principianti. Ampio parco giochi con slitte per i bambini, bob e gonfiabili per tutte le età. Gli impianti del Civetta distano 800 metri dal nostro Hotel che ha la fermata ski bus davanti. Il comprensorio sciistico del Civetta può contare su 46 piste da discesa per 82 chilometri; 4 piste difficili, 18 medie e 24 facili. Gli impianti di risalita sono 26. **I cani sono ammessi, costo € 10,00.**

Trasferimento A/R con bus G.T. da Girone e Firenze Nord.

COSTO PER I SOCI ADULTI IN CAMERA DOPPIA € 415,00

ADULTI IN CAMERA SINGOLA € 485,00

RAGAZZI in 3 e 4^ letto fino a 4 anni € 160,00

RAGAZZI in 3 e 4^ letto da 5 a 12 anni € 250,00

Tassa di soggiorno obbligatoria € 0,50 per persona a notte.

INIZIO PRENOTAZIONI DAL 13 DICEMBRE 2018

ACCONTO € 200,00

SALDO ENTRO IL 20 FEBBRAIO 2019

**Informazioni in sede ogni Giovedì: Roberto Mazzola cell. 339 8093153
Organizzazione a cura del G.E.F.**

La Commissione Cultura presenta:

INCONTRI CULTURALI 2019

SABATO 26 GENNAIO: OPIFICIO DELLE PIETRE DURE

Fu istituito nel 1588 dal Granduca Ferdinando I de' Medici come manifattura di opere in pietre dure, la cosiddetta arte del "commesso fiorentino", con la quale si realizzano tuttora splendidi intarsi con pietre semipreziose. In particolare il granduca aveva bisogno di formare le maestranze necessarie per realizzare la Cappella dei Principi in San Lorenzo, coperta di marmi intarsiati. Al suo interno conserva ed espone non solo splendide opere intarsiate ma anche gli strumenti per realizzarle ed una ricca collezione di marmi e pietre dure.
Ritrovo alle ore 10.00 davanti al museo in Via degli Alfani n. 78 Firenze.

SABATO 30 MARZO: Villa Medicea di Poggio a Caiano e Museo Ardengo Soffici

La villa è forse il migliore esempio di architettura commissionata da Lorenzo il Magnifico a Giuliano da Sangallo nel 1480. Si tratta di un edificio privato in cui sono presenti elementi che fecero da modello alle ville costruite successivamente. Gradualmente la villa si arricchì di opere d'arte come gli affreschi di Alessandro Allori, Filippino Lippi ed il frontone in maiolica invetriata attribuito ad Andrea Sansovino. Nelle Scuderie della villa è attivo, dal 2009, il Museo Ardengo Soffici; pittore, poeta, narratore e critico letterario che partecipò attivamente alla vita culturale italiana dai primi del '900 al 1940.

Ritrovo ore 09.00 all'ingresso della villa, davanti alla biglietteria.

GIOVEDÌ 18 APRILE: CASA MARTELLI

Nel luogo dove si trova il palazzo c'erano le antiche case dei Martelli, fin dagli anni venti del '500. Nel 1627 la proprietà degli edifici contigui si era riunita in seguito alle nozze tra i cugini Maria e il senatore Marco Martelli, che avevano anche aggregato eredità e titoli da vari rami familiari. Marco, divenuto il capo carismatico della famiglia, ampliò le proprietà acquistando altri edifici contigui. Il museo, unico nel suo genere, è diventato di proprietà dello Stato Italiano nel 1998. Nei secoli la nobile famiglia dei Martelli ha creato questa dimora che conserva, al suo interno, mobili, sculture e quadri di grande pregio. Il percorso espositivo comprende opere di Pietro di Cosimo, Luca Giordano, Domenico Beccafumi ed altri, inseriti in stanza arredate con

dello Stato Italiano nel 1998. Nei secoli la nobile famiglia dei Martelli ha creato questa dimora che conserva, al suo interno, mobili, sculture e quadri di grande pregio. Il percorso espositivo comprende opere di Pietro di Cosimo, Luca Giordano, Domenico Beccafumi ed altri, inseriti in stanza arredate con mobili di epoca sette-ottocentesca.

Ritrovo alle ore 16.45 in Via Ferdinando Zanetti, 8 Firenze.

SABATO 25 MAGGIO: Quartiere di San Niccolò e Giardino Bardini

Da Piazza Demidoff giungeremo al Forte Belvedere attraversando il panoramico e sempre fiorito Giardino Bardini. Nella piazza, sotto una grande pensilina di ghisa e vetro, si trova il monumento dedicato al filantropo russo Nicola Demidoff scolpito nel 1870 da Lorenzo Bartolini. Nel quartiere si trova la Porta a San Niccolò, eretta nel 1327, l'unica che non fu “scapitozzata” durante l'assedio. Il Poggi, nel creare la Firenze dell'ottocento, vi fece costruire le “rampe” per salire a piedi al “nuovo” Piazzale Michelangelo. Sul “Ponte di Rubaconte”, il terzo in ordine di costruzione (la prima pietra fu posta nel 1237), con sette arcate che lo univano al Quartiere di Santa Croce, ci potremo immaginare come doveva essere con i suoi tabernacoli, tanto numerosi da fargli cambiare il nome in Ponte alle Grazie.

Ritrovo alle ore 15.00 davanti al monumento in Piazza Demidoff.

Inizio iscrizioni Venerdì 11 Gennaio 2019
(Il gruppo sarà composto al massimo da 25 soci)

ATTENZIONE:

Sabato 15 Giugno abbiamo fissato una visita a Palazzo Strozzi, vedremo la mostra su Andrea del Verrocchio; per informazioni chiedere a Stefano o Giuliana il giovedì in sede.

La Commissione Cultura presenta gli incontri musicali per la stagione 208 - 2019 del Maggio Musicale Fiorentino.

OPERA:

Giovedì 17 Gennaio 2019 ore 20.00

Der fliegende Holländer (L'Olandese volante) di R. Wagner

CONCERTO:

Venerdì 1° Febbraio 2019 ore 20.00 al TEATRO GOLDONI

Direttore Roberto ZARPELLON

Mozart: Sinfonia n. 21 in La maggiore

Cherubini: Ouverture dall'Opera Démophon

Sacchini: Ouverture dall'Opera "Chimène"

Haydn: Sinfonia in Sol maggiore n. 94 "La sorpresa"

La consueta presentazione, ove indicata, sarà a cura del socio **Matteo Sansone** nella Biblioteca dell'S.M.S. di RIFREDI alle ore 21.00

Per informazioni contattare:

Carlo Bellandi (carlo.bellandi@alice.it)

Matteo Sansone (matteo.sansone@alice.it)



I GRADI DI DIFFICOLTÀ'

Con lo scopo di semplificare la comprensione delle sigle che identificano i gradi di difficoltà indicati nelle varie escursioni, si riportano qui di seguito le scale delle difficoltà individuate dall'associazione nazionale Guide Alpine.

T = TURISTICO: Itinerari che si sviluppano su stradine, mulattiere o comodi sentieri. Sono percorsi abbastanza brevi e ben evidenti. Sono escursioni che non richiedono particolare esperienza o preparazione fisica.

E = ESCURSIONISTICO: Itinerari che si svolgono su sentieri in genere segnalati, ma di maggior impegno fisico e di orientamento. Si snodano su vari terreni (boschi, pascoli, ghiaioni, ecc.). Possono esservi brevi tratti con neve, facili e non pericolosi in caso di scivolata. Sono escursioni che possono svolgersi su pendii ripidi, anche con brevi tratti esposti. Questi sono però abbastanza protetti o attrezzati e non richiedono l'uso di attrezzatura alpinistica. Questi itinerari richiedono una certa abitudine a camminare in montagna, sia come allenamento che come capacità d'orientamento. Occorre avere un equipaggiamento adeguato. Costituiscono la maggioranza dei percorsi escursionistici che si snodano in montagna.

EE = ESCURSIONISTI ESPERTI: Itinerari non sempre segnalati e che richiedono una buona capacità di muoversi sui vari terreni di montagna. Possono essere sentieri o anche labili tracce che si snodano su terreno impervio o scosceso, con pendii ripidi e scivolosi, ghiaioni e brevi nevai superabili senza l'uso di attrezzatura alpinistica. Necessitano di una buona esperienza di montagna, fermezza di piede e una buona preparazione fisica. Occorre inoltre avere un equipaggiamento ed attrezzatura adeguati, oltre ad un buon senso d'orientamento.

EEA = ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURA ALPINISTICA: Itinerari che richiedono l'uso di attrezzatura da ferrata (cordini, imbracatura, casco, dissipatore, ecc.). Possono essere sentieri attrezzati o vere e proprie vie ferrate. Si rende necessario saper utilizzare in sicurezza l'equipaggiamento tecnico e avere una certa abitudine all'esposizione e ai terreni alpinistici.

LA FATICA

Su ciascun itinerario proposto è indicata, con le sigle "F" (**poco faticoso**), "FF" (**faticoso**), "FFF" (**molto faticoso**), la fatica necessaria per percorrerlo. Questa valutazione viene assegnata da chi ha proposto l'escursione, prendendo in considerazione i dislivelli, il tempo di percorrenza ed il tipo di terreno. Ogni partecipante dovrà considerare questa valutazione puramente approssimativa e valutare, in base al proprio allenamento, la possibilità di partecipazione.

Le attività di un giorno programmate con bus saranno effettuate solo al raggiungimento dei 25 partecipanti. Altre soluzioni possono essere proposte dal Capogita, come l'utilizzo dei mezzi propri o l'aumento del costo della gita.

CALENDARIO DELLE ATTIVITÀ 2019

13/01	IL SENTIERO DI STILICONE (Fiesole)	Mezzi propri
27/01	ANELLO DI SAN POLO IN CHIANTI (Greve in Chianti)	Mezzi propri
10/02	CIASPOLATA CON IL G.E.F. IN APPENNINO	Bus
24/02	ANELLO DI CAMAIORE (Versilia)	Bus
02-09/03	SETTIMANA BIANCA A SANTA FOSCA DI CADORE CON IL G.E.F.	Bus
10/03	FRANCIGENA: ALTOPASCIO - PONTE A CAPPIANO	Bus
24/03	CITTA' DELLA PIEVE - MONTE PAUSILLO (Umbria)	Bus
07/04	BOCCA DI MAGRA - LERICI (Liguria)	Bus
22-29/04	CAMMINATE E TURISMO A CIPRO (Grecia)	Aereo + bus
12/05	MONTE FORATO CON IL G.E.F. ED ECO 88 (Apuane)	Bus
18-19/05	RADUNO REGIONALE F.I.E.	Bus
02/06	TREKKING CON MERENDA-CENA A MONTELORO	Mezzi propri
16/06	LA VIA DEGLI DEI (Appennino)	Bus
22-24/06	BEVAGNA E TREKKING SU MONTE FALCO (Umbria)	Bus
07/07	SECCHIETA - MONTEMIGNAIO (Casentino)	Bus
14-21/07	SETTIMANA VERDE IN VAL BADIA (Trentino)	Bus
24-31/08	DA RIFUGIO A RIFUGIO	Mezzi propri
08/09	PONTENANO - BADIA SANTA TRINITA (Valdarno)	Bus
21-23/09	ISOLA DI CAPRAIA CON ECO 88	Bus + nave
29/09	“CORRI LA VITA” CON IL VALICO	Mezzi propri
06/10	IL MONTE DEI RONCHI CON ECO 88 (Apuane)	Bus
20/10	DA RAPOLANO A SERRE DI RAPOLANO (Siena)	Bus
03/11	MONTEROTONDO - SASSO PISANO (Maremma)	Bus
17/11	SBALLOTTATA	Mezzi propri
07-08/12	FERRARA E DINTORNI	Bus
15/12	PUNGITOPPO	Mezzi propri