



Informazioni di Maggio 2018

IL VALICO

Gruppo escursionistico, culturale, ricreativo
c/o S.M.S. Rifredi, Via Vittorio Emanuele 303 - 50134 FIRENZE
Telefono - Fax. 055 414748 Cellulare 3398093153
e-mail: trekkingilvalico@gmail.com
www.ilvalico.it
facebook: trekking il valico



**Auguri ai soci nati
in questo mese**

ALCUNE REGOLE DA RISPETTARE

L'iscrizione alla gita deve essere fatta entro il **GIOVEDÌ** 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 similari servono solo per il viaggio in bus.

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

ASSEMBLEA DE' " IL VALICO " 2018

L'Assemblea dei Soci, tenutasi nella nostra sede Giovedì 19 Aprile 2018 alle ore 21.30, ha approvato con voto unanime il bilancio dell'anno 2017. L'Assemblea è stata dichiarata chiusa alle ore 22,45.



Foto del gruppo a Sarteano (SI) - Domenica 25 Marzo 2018
Foto di Claudia Gherardini

6 MAGGIO 2018

BACCELLATA A MONTE MORELLO

Ancora a Casa la Valle con l'Associazione La Fonte

Referente: Gherardini/Mazzola Cellulare: 339 8093153

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

E' OBBLIGATORIO PRENOTARSI

La **BACCELLATA 2018** sarà preceduta da un bel percorso a Monte Morello con ritrovo alle **08.45 in Piazza Puccini** ed alle **09.30 alla "FATTORIA LA VALLE"** gestita dall'Ass. La Fonte in **località Bottega di Morello**. **Eventuali informazioni relative all'itinerario stradale saranno consegnate ai soci al momento dell'iscrizione.**

ITINERARIO: Partenza da Casa La Valle alle ore 10,00.

Il percorso, con qualche centinaio di metri, arriva al Mulino di Gualdo dove inizieremo a camminare sul sentiero CAI 2c. In leggera salita, lungo il Torrente Rimaggio, si raggiunge la Fonte dello Spugno e si prosegue verso destra costeggiando la pista di allenamento dei fondisti di Monte Morello. Dopo circa un'ora di cammino si attraversa la strada panoramica ed in breve si giunge alla **Fonte de' Seppi**. Dopo una breve sosta per rinfrescarsi si continua fino agli "Scollini", poi alla "Sella delle Colline" lungo la strada forestale. Incontrato il sentiero CAI 1 si scende verso il Rifugio Gualdo e si ritorna al punto di partenza dove ci aspettano pecorino e baccelli.

Sarà possibile accorciare l'itinerario seguendo altri sentieri.

Il pomeriggio si conclude con una merenda-cena a base di pane, pecorino, baccelli, affettati vari e buon vino toscano per brindare alla nostra salute. L'inizio è previsto alle ore 16,00 circa.

COSTO EURO 5,00

I Soci volenterosi potranno portare i dolci fatti in casa da scambiare e da mangiare, come da tradizione.

20 MAGGIO 2017
APUANE CON "IL CRINALE"
Campocecina - Monte Sagro

Referente: Mazzola/Torelli Cellulare: 339 8093153
PARTENZA BUS : ore 06,45 Cure - ore 07,00 Puccini
(Minimo 25 partecipanti)

Itinerario A: dislivello + 500 - 500 tempo 5 ore ca difficoltà EE/FF
Itinerario B: dislivello +250 -250 tempo 4 ore ca difficoltà E/F

Quota di partecipazione : Adulti euro 17,00 - Ragazzi euro 10,00
(Tale prezzo è relativo a più di 30 partecipanti altrimenti la quota
aunderà a 20,00 euro e 13,00 euro per i ragazzi)

Itinerario A:

Raggiunto in bus Foce di Pianza si parte lungo la strada di cava che si trasforma nel sentiero CAI 173 e che, in breve, arriva alle vecchie cave di marmo del Monte Sagro. Si sale sulla destra per tracce di sentiero sul "paleo" fino ad una grotta da dove inizia la vera salita (sempre per tracce di sentiero erboso) che porta sulla vetta del Monte Sagro (m. 1749). Inizialmente si scende per lo stesso itinerario della salita, ma successivamente si devia verso sinistra per un nuovo tracciato che conduce a vecchie capanne di pastori denominate "Capannelli del Sagro" (m. 1366). La discesa continua, raggiunge i 1456 metri della Foce della Faggiola, gira verso destra sul sentiero CAI 172, poi CAI 173 fino alla strada asfaltata che ritorna a Foce di Pianza.

Itinerario B:

Dalla strada dove arriviamo col bus si inizia il cammino andando verso il Rifugio Città di Carrara (m.1320) e si prosegue in piano lungo il sentiero CAI 183. Dopo aver aggirato il Monte Ballerino si giunge alla Foce Pozzi. Si continua fino alla Porcigliola e si devia verso sinistra sul sentiero CAI 184 passando sotto la Rocca di Tenerano. Incrociato il sentiero CAI 171 si torna verso il rifugio girando verso sinistra fino alla Capanna Cardeto. Si segue il sentiero CAI 175 che ritorna al Rifugio Città di Carrara e alla Foce di Pianza.

N.B: il Rifugio Città di Carrara si trova a poche centinaia di metri dalla strada dove arriva il bus.

**POLISPORTIVA VALLE DEL MUGNONE
GRUPPO NATURALISTICO IL GAMBERO**

**Organizzano in collaborazione con
TREKKING IL VALICO**

Escursioni guidate sulle nostre colline: Primavera 2018

SABATO 5 MAGGIO: MONTE MORELLO

Itinerario: Fonte dei Seppi - Gli Scollini - Sentiero CAI 6 B
Sentiero CAI n. 7 - Tedesco Morto - Gli Scollini - Fonte dei Seppi

Ore di cammino: 2,30 circa

Ritrovo: ore 9,15 Stazione FF.SS. Pian di Mugnone
ore 9,45 Fonte dei Seppi

SABATO 19 MAGGIO: Anello di Monte Senario

Itinerario: P.le della Ghiacciaia - Strada Comunale di Monte Senario -
Cimitero dei Frati - Sentiero CAI n. 2 - Vetta di Monte Senario -
P.le della Ghiacciaia

Ore di cammino: 2,30 circa

Ritrovo: ore 9,15 Stazione FF.SS. Pian di Mugnone

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI:

Silvano Torelli	055/5040255 - 335 7459955
Adriano Balestri	055/446554 - 328 9428648
Pierluigi Marrani	055/5040465 - 335 5981737
Segreteria PVM	055/541290

LA TORRE DELLO SCORPIONE A RIFREDI

Quel buongustaio che varca la soglia della nota pizzeria posta al numero 30 r sulla Via Filippo Corridoni certo ignora di entrare in un edificio storico, o almeno in quel che resta dopo le tante violenze subite, specie nel corso dell'ultimo secolo. Intendo parlare di quella che, fino ai primi del Novecento, era conosciuta come la "Torre dello Scorpione" o più semplicemente "la Torre" (Vd. G. Carrocci, I dintorni di Firenze, I, 221, Firenze 1906/1907): in effetti una casa-torre costruita in pietra dalla famiglia Guidotti a difesa della sua proprietà che si estendeva fino all'area dell'odierna Piazza Dalmazia e si ergeva per circa venti metri sul piano stradale ed aveva pure un profondo vano sottostante che oggi serve da magazzino alla detta pizzeria.

Ai nostri giorni la costruzione appare interamente intonacata, tanto che è difficile individuarla, ma quando, come avvenne pochi anni fa - l'intonaco cede, ecco riemergere un bel filaretto in pietra che le restituisce il suo antico decoro. In una cartolina di fine Ottocento "Saluti da Rifredi (Firenze)" ho potuto vedere come allora si presentasse la torre: costruita su conci di macigno inalberava alla sommità dei merli guelfi (evidentemente posticci, messi lì secondo un copione di revival medievale) e, malgrado gli anni, ancora forte e dritta nel suo contenuto strutturale due-trecentesco. Che altro possiamo dire? Sofferamoci sul nome: perché Torre dello Scorpione? Nessuna delle famiglie che attraverso i secoli l'hanno posseduta (Guidotti, Rustichelli, Segni, Corsi e Pini) mostrano nei loro stemmi l'immagine di uno scorpione ed allora viene da pensare ad un motivo ornamentale che forse appariva all'esterno della costruzione e poi perduto nel corso di un maldestro intervento di riadattamento. Non possiamo infatti dimenticare che se la nostra torre aveva resistito agli assalti portati dalle truppe lucchesi di Castruccio Castracani (1325), alle milizie milanesi (1352) e infine al condottiero inglese Giovanni Acuto al soldo dei pisani (1363) - i quali a più riprese distrussero l'abitato e persino il ponte sul Terzolle per il quale passava la via Cassia - essa doveva poi subire le offese dei vandalici speculatori del XX secolo. Peccato, perché alla nostra vecchia Rifredi - che certamente bella non è - una svettante costruzione medievale le avrebbe concesso un tocco di nobiltà.

P. G.

SABATO 2 GIUGNO 2018

SANTA MARGHERITA LIGURE E PORTOFINO

Referente: Mazzola/Nardoni Cellulare: 339 8093153

PARTENZA BUS : ore 07,00 Cure - ore 07,15 Puccini

(Minimo 25 partecipanti)

Quota di partecipazione : Adulti euro 17,00 - Ragazzi euro 10,00

**(Tale prezzo è relativo a più di 30 partecipanti altrimenti la quota
aumenterà a 20,00 euro e 13,00 euro per i ragazzi)**

**Percorso A: ANELLO S. MARGHERITA LIGURE - S. FRUTTUOSO
(durata 5 ore dislivelli +580 -580 lunghezza Km 10,00 circa)**

Al porto, dietro il benzinaio, un sentiero sale a **Nozaregno** e, per mulattiera, arriva alla Cappellina delle Gave. Raggiunto il Mulino della Gassetta, dove la mulattiera diventa strada asfalto, si continua per "**Olmi**". Imboccato il sentiero in direzione "Mare" si scende fra gli olivi fino ad un crocevia dove si devia verso destra su di un tratto lastricato arrivando a **Vessinaro**. Con vari saliscendi si arriva in **loc. Base O** dove inizia la ripida discesa verso il mare a **San Fruttuoso**. Stupenda l'insenatura con l'Abbazia di proprietà del FAI, di solito è possibile visitarla. Un sentiero lascia il mare e, passato la Torre Doria, con ripida salita, lungo un ruscello giunge a **Casella** (sorgente). Con un'ultima serie di tornanti si arriva a **Pietre Strette** dove, inizialmente, si segue l'itinerario per Portofino mare, poi si devia verso sinistra lungo il sentiero che scende verso il paese. In località Costa d'aria la discesa si fa più dolce e lungo via Costasecca si arriva a Santa Margherita Ligure.

**Percorso B: ANELLO S. MARGHERITA LIGURE - PORTOFINO
(durata 2/3 ore dislivelli +100 -100)**

Questo percorso si sviluppa, in gran parte, su strada carrabile e sentieri creati per i turisti ma lo consigliamo a coloro che non lo conoscono perché è una delle più belle passeggiate nel Golfo del Tigullio. Da P.za V. Veneto si percorre il lungomare fra giardini ben tenuti e, passato il mercato del pesce, si raggiunge il porto turistico. Si cammina lungo varie spiagge attrezzate e si attraversa un bel borgo entrando nella pedonale Paraggi-Portofino, chiamata "la via dei baci". Fra pini e ville favolose si raggiunge l'esclusivo porto turistico di Portofino. L'andata si conclude davanti alla parrocchiale e, dopo la visita al borgo, si inizia il ritorno sullo stesso itinerario. E' possibile, con altri 30', arrivare al faro passando davanti alla Chiesa di San Giorgio ed al Castello Brown.

DOMENICA 8 - DOMENICA 15 LUGLIO 2018

SETTIMANA VERDE A LIVIGNO

SISTEMAZIONE PRESSO L'HOTEL PARE' * * *

QUOTA EURO 590,00

Supplemento camera singola EURO 250,00

INIZIO ISCRIZIONI GIOVEDÍ 19 APRILE 2018

ACCONTO EURO 200,00

SALDO ENTRO GIOVEDI 7 GIUGNO 2018

Tale cifra è legata ad una partecipazione di almeno 40 partecipanti

La quota comprende:

- brindisi di benvenuto,
- sistemazione in camera doppia,
- mezza pensione comprensiva di acqua e vino (colazione a buffet, cena con 4 portate a scelta e buffet di verdure),
- bus GT per l'intero periodo con A/R da Firenze,
- accesso gratuito alla zona sauna e piscina coperta,
- WI - FI gratuito in tutto l'hotel,
- polizza assicurativa medico - bagaglio,
- accompagnatore professionale per tutta la durata.

La quota non comprende la tassa di soggiorno da pagare direttamente in hotel, le mance, i facchinaggi, gli extra in genere e tutto quanto non espressamente indicato in "la quota comprende".

Durante la settimana saranno organizzate camminate nel comprensorio di Livigno.

Gita organizzata con la collaborazione tecnica-commerciale dell'agenzia turistica **"Senza Confini"** di Firenze

La commissione cultura presenta i prossimi incontri culturali del 2018 :

ARTE

SABATO 26 MAGGIO: QUARTIERE DI SAN NICCOLO'

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
(La visita verrà effettuata con la guida e gli auricolari)

MUSICA

VENERDI 25 MAGGIO 2018 - Opera di Firenze
LA BATTAGLIA DI LEGNANO di Giuseppe Verdi
(Presentazione mercoledì 23/05/2018)

La consueta presentazione 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 2018

14/01	ANELLO DI GRASSINA	Mezzi propri
11/02	CIASPOLATA SULLA NEVE	Bus
25/02	CAMMINATA SUL MONTALBANO	Bus
04-11/03	SETTIMANA BIANCA A POZZA DI FASSA CON IL GEF	Bus
11/03	TREK IN VAL DI COMPITO (Lucca)	Bus
25/03	TRAVERSATA DEL MONTE CETONA (Arezzo)	Bus
02/04	CECINA - CASTIGLIONCELLO A PASQUETTA	Bus
15/04	IL CAMMINO DI ANNIBALE	Bus
28/04 01/05	GAETA E L'ISOLA DI PONZA	Bus + Nave
06/05	BACCELLATA A MONTE MORELLO	Mezzi propri
20/05	APUANE CON "IL CRINALE"	Bus
02/06	SANTA MARGHERITA LIGURE - PORTOFINO	Bus
17/06	APUANE CON IL "GEF"	Bus
01/07	TRAVERSATA DEL MONTE ACUTO	Bus
08-15/07	SETTIMANA VERDE A LIVIGNO	Bus
26-31/08	DA RIFUGIO A RIFUGIO IN VAL D'OSSOLA	Treno + Bus
16/09	PASSO DELLA CALLA - CAMALDOLI	Bus
30/09	ISOLA DI GORGONA	Bus + Nave
06-07/10	RADUNO FIE TOSCANA IN GARFAGNANA	Bus
21/10	ANELLO DI SAN GIMIGNANO	Bus
01-04/11	LE LANGHE (Piemonte)	Bus
11/11	BALLOTTATA	Mezzi propri
25/11	A PIEDI LUNGO L'ACQUEDOTTO LUCCHESE	Bus
08-09/12	LE TERME A	Bus
16/12	PUNGITOPPO	Mezzi propri