



# Informazioni

# Novembre 2022

affiliato



## IL VALICO

Gruppo escursionistico, culturale, ricreativo  
c/o S.M.S. Rifredi, Via Vittorio Emanuele 303 - 50134 FIRENZE  
Cellulare 339 8093153  
e-mail: [trekkingilvalico@gmail.com](mailto:trekkingilvalico@gmail.com)  
[www.ilvalico.it](http://www.ilvalico.it) - facebook: trekking il valico

### 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.



**Auguri  
ai nati  
in  
Novembre**

**A TUTTI I SOCI RICORDIAMO**

**L'ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI**

Lunedì 28/11/ 2022 alle ore 23.55 in prima convocazione

**MARTEDI 29 NOVEMBRE 2022 ORE 21.30  
IN SECONDA CONVOCAZIONE**

**PRESSO LA BIBLIOTECA  
DELL ' S.M.S. DI RIFREDI**

Con il seguente ordine del giorno:

- 1) RELAZIONE DEL PRESIDENTE SULL'ATTIVITA'  
SVOLTA DURANTE L'ANNO**
- 2) DEFINIZIONE DELLA QUOTA SOCIALE  
PER L'ANNO 2023**
- 3) RINNOVO DEL CONSIGLIO DIRETTIVO**
- 4) VARIE ED EVENTUALI**

**VISTA L'IMPORTANZA CHE RIVESTE  
L'ASSEMBLEA ORDINARIA PER LA VITA  
DEL NOSTRO GRUPPO, TUTTI I SOCI  
SONO INVITATI A PARTECIPARE**

**6 NOVEMBRE 2022**  
**SBALLOTTATA A RAZZUOLO**  
**MEZZI PROPRI**

**Inizio iscrizioni GIOVEDÌ 20/10/22**

**Al momento dell'iscrizione si deve comunicare il punto di ritrovo scelto. Per i soci che si ritroveranno a NOVOLI e non dispongono di auto sarà trovata una sistemazione**

**Referente: Mazzola**

**Cellulare: 339 8093153**

**PROGRAMMA**

**Ritrovo ore 7,45 V.le Guidoni (vecchio ingresso mercato ortofrutticolo)**

**Partenza ore 8.00**

**Ritrovo ore 9.00 presso la CASA DEL POPOLO DI RAZZUOLO  
Circolo ARCI Località Razzuolo n. 17 - BORG SAN LORENZO**

**All'arrivo sarà effettuata una camminata di circa 3 ore.**

**ALLE ORE 13.00 INIZIO DEL PRANZO PRESSO LA CASA  
DEL POPOLO DI RAZZUOLO**

**MENU'**

**Antipasti toscani**

**Tortelli di patate fatti a mano al sugo di carne**

**Pasta con sugo vegetariano**

**Bruciate, vino e acqua**

**DOLCI DEI SOCI**

**SPUMANTE OFFERTO DAL VALICO**

**Prezzo Euro 25,00**

**Naturalmente, per chi non se lo ricordasse, i dolci sono fatti  
e portati dai soci**



**POLISPORTIVA VALLE DEL MUGNONE E IL VALICO**  
**Organizzano le escursioni guidate sulle nostre colline**

**Autunno 2022**

**SABATO 12 NOVEMBRE: MONTE MORELLO**  
**ANELLO DEL PIAZZALE LEONARDO DA VINCI**

**Itinerario:** Piazzale Leonardo Da Vinci - Sent. CAI 0 - Poggio al Giro -  
Sent. CAI 00 - Gli Scollini - Fonte dei Seppi - Sent. CAI 2b -  
Sent. CAI 3 - Piazzale Leonardo Da Vinci

**Ore di cammino:** 2,30 circa

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

**Ritrovo:** ore 9,30 Piazzale Leonardo Da Vinci

**SABATO 26 NOVEMBRE: ANELLO DI MONTECECERI**

**Itinerario:** San Domenico - Maiano - Sentiero CAI 7 -  
Montececeri - Fiesole - San Domenico

**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**  
**Segreteria PVM**        **055/541290**

**La partecipazione è consentita ai soli soci dei Gruppi organizzatori.**

## LA “MONARCHICA” A FIRENZE

Ancora agli inizi del '900 Rifredi si presentava più come una borgata a Nord di Firenze che non parte integrante della città. Dunque un piccolo centro demico, ma vivace e ricco di una solida tradizione di socialità che faceva capo a ben individuate istituzioni. La vecchia Pieve di S. Stefano in Pane cui si dovevano tante iniziative, anche laiche, a favore dei giovani e dei parrocchiani più poveri (basterebbe ricordare la funzione della Confraternita della Misericordia) e poi la famosa **Società di Mutuo Soccorso** - di matrice massonica - ancora operante pure se lontana dagli antichi “fasti”, ma ormai il rione era mutato per sua fisionomia! Né va dimenticata la Società sportiva (se ne ricorda il nome in forma acronima S.I.G.E.R.) dalla quale uscirà il campione ciclista Pietro Linari vincitore di tante gare e imbattibile “pistard”. Infine esisteva anche un ritrovo per le personalità “in”, quelle che per condizione sociale o semplicemente per denaro volevano distinguersi dai “comuni mortali”. Questi signori avevano un loro ritrovo, discreto e selettivo, con sede nel villino in stile eclettico posto all'incrocio di via del Romito (oggi via Corridoni) e via Carlo Bini, il quale rispondeva al qualificante nome di “Società Monarchica”. La costruzione, esteriormente elegante, era abbastanza ampia, su due piani, con varie stanze, la sala di lettura e un salone dove venivano svolte le riunioni assembleari, conferenze, ma pure feste da ballo e ricevimenti, specie quando da Firenze (!) venivano a far visita i monarchici “cittadini”. Tutto questo per molti anni con generale soddisfazione. L'attività del Monarchica entrò in crisi con l'avvento del fascismo, infatti sorsero contrasti fra chi vedeva in Mussolini il “liquidatore” del sistema liberale e dell'istituto monarchico e chi, invece, proprio in Mussolini vedeva il garante dell'ordine e della legalità (!). Ne conseguì che molti soci si dimisero e i restanti non furono in grado di mantenere la costosa conduzione ... e allora il sodalizio cessò ogni attività. Il Comune di Firenze - che infine era divenuto il proprietario dell'immobile - vi sistemò per vari anni la scuola elementare Dalmazio Birago e in seguito, in tempi a noi recenti e dopo una radicale ristrutturazione che trasformò il vecchio villino in un edificio moderno, lo destinò ad accogliervi il rionale “Punto Firenze”, dunque ad un servizio senz'altro utile ma posto in una struttura non bella architettonicamente parlando e forse non proprio funzionale alle esigenze come lo sono sempre i riadattamenti d'uso.

P.G.



## Un ricordo . . .

In autunno cadono le foglie e, purtroppo, in Ottobre se ne sono andati due Soci: **ISABELLA** e **PILADE**.

Tante camminate ci hanno legato, qualche volta con la pioggia o sotto il solleone, ma sempre felici di andare per colli e montagne insieme, bagnati fradici o sudati e accaldati ma sempre contenti di essere nella natura e di stare con altre persone che condividono la stessa nostra passione.

Niente potrà farci dimenticare quei bei momenti trascorsi che per un escursionista (termine che preferiamo a trekker) sono il “pane quotidiano”.

Il ricordo di entrambi sarà sempre con noi e tutti insieme, i Soci del Gruppo, il Consiglio e il Presidente siamo vicini in questo triste momento a **FAUSTA** e **AMEDEO**.

**Lucia Di Cioccio e Stefano Ciani**

**DOMENICA 20 NOVEMBRE 2022**

**ALLE CORNATE DI GERFALCO (Maremma)**

**Referente: Maestrini      Cellulare: 339 8093153**

**ISCRIZIONI PER TELEFONO ENTRO GIOVEDÌ 17/11/22**

**Ritrovo ore 7,45 Partenza BUS: ore 8.00 Viale Guidoni  
(vecchio ingresso mercato ortofrutticolo)**

**Percorso a anello Difficoltà E/F    Dislivello + 354 - 354**

**Tempo 4 ore circa    Lunghezza 8 chilometri circa**

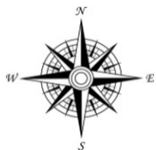
**Quota di partecipazione: Adulti euro 20,00  
Ragazzi euro 10,00**

Percorso di interesse naturalistico e geologico, con i suoi 1064 metri sul livello del mare è la montagna più alta delle Colline Metallifere; dalla sua vetta si spazia ad Ovest verso il Golfo di Follonica, Populonia, Massa Marittima. A Sud verso il Poggio di Montieri (seconda montagna) e il Poggione di Prata, la terza delle cima delle Colline Metallifere. Ad Est verso Chiusdino, Siena, Colle di Val d' Elsa, Poggibonsi e San Gimignano. Nelle giornate più terze si riesce a vedere anche Firenze, l' Appennino e le Apuane.

**L'itinerario ci conduce intorno e in cima delle Cornate, prima per sentiero e poi con strade sterrate. La prima parte del sentiero, sia in salita che in discesa può essere scivolosa se è piovuto di recente quindi è obbligatorio l'uso degli scarponi e si consigliano i bastoncini da trekking utili in discesa.**

Le Cornate sono composte da rocce calcaree formatesi oltre 150 milioni di anni fa per deposito di resti inorganici di piccoli animali marini. Il calcare massiccio che ne è derivato è caratterizzato da una buona permeabilità grazie alla presenza di numerose fratture allargate dall'azione corrosiva delle acque (carsismo). Questa alta permeabilità consente alle acque piovane di infiltrarsi in profondità fino ad alimentare i depositi di acqua sotterranea di Larderello. Quest'ultima, surriscaldata dalla presenza a pochi chilometri di profondità di un'intrusione magmatica in via di raffreddamento, fuoriesce naturalmente o in conseguenza di sondaggi dando luogo al fenomeno dei soffioni boraciferi, che caratterizzano il paesaggio di questa parte delle Colline Metallifere.





## IL VALICO CURIOSO (libera rassegna del . . . . . . forse non tutti sanno che . . .)

. . . ai piedi del rilievo montuoso delle Cornate si trova il piccolo borgo di **Gerfalco**, presumibilmente già abitato da popolazioni sassoni, arrivate con le invasioni barbariche per lo sfruttamento delle sue preziose miniere d'argento. Il suo nome infatti deriva dall'antico tedesco "Ger-Falke" che significa portatore di falco. Il borgo è sorto in epoca medievale ed è stato ripetutamente conteso dai Vescovi di Volterra, dalle famiglie Pannocchieschi e Aldobrandeschi, nonché dalle Repubbliche di Siena e di Massa Marittima, per potersi assicurare lo sfruttamento dell'argento delle miniere presenti nella zona. Dopo un periodo di decadenza, dovuto all'esaurimento del filone argentifero, il paese di Gerfalco venne inglobato nel Granducato di Toscana. Nel paese sono ancora visibili alcune parti delle mura che risalgono al XII secolo che racchiudevano l'antico borgo con due porte di accesso ad arco tondo e due torri di guardia a struttura circolare risalenti alla dominazione senese. All'interno del paese sono presenti due chiese, quella di San Biagio e quella della Misericordia più volte restaurate. Al di fuori delle mura, invece, vi è la chiesa di Sant'Agostino con annesso l'antico convento agostiniano risalente al '300.



**DA GIOVEDÌ 8 A DOMENICA 11 DICEMBRE 2022**  
**FRA ABRUZZO E MARCHE**

Referente: **Mazzola**                      Cellulare: **339 8093153**

**ISCRIZIONI PER TELEFONO DA GIOVEDÌ 20/10/22**

**Ritrovo Bus: ore 6.00 a SCANDICCI a Villa Costanza**  
**(parcheggio scambiatore) Partenza ore 6.15**

**Giovedì 8/12:** partenza in bus G.T. per **Atri** e **pranzo libero** durante il viaggio. Alle ore 14.30 incontro con la guida per la visita dell'antica Hatria romana, che contende a Teramo il primato artistico della provincia. Visita al centro storico per ammirare la Cattedrale dell'Assunta, splendida costruzione sorta su rovine romane che conserva all'interno un ciclo di affreschi del De Lizio e al Museo Capitolare. Trasferimento a **Teramo**. Sistemazione nelle camere riservate. Cena e pernottamento.

**Venerdì 9/12:** Prima colazione e partenza per **Ascoli Piceno**, incontro con la guida e visita ai principali monumenti. Piazza Arringo, delimitata da alcuni degli edifici più significativi della città: il Battistero di San Giovanni, il Duomo di San Emidio; piazza del Popolo, cuore della città, circondata da palazzetti rinascimentali merlati, tra i quali spicca il Palazzo dei Capitani del Popolo. Nella stessa piazza troviamo la bellissima chiesa di San Francesco, con i portali di stile gotico-veneziano. Tempo a disposizione per un caffè allo storico "Caffè Meletti". Sosta in piazza Arringo per una visita al classico mercatino natalizio nella splendida cornice dei palazzi storici. **Pranzo libero**. Nel pomeriggio trasferimento ad **Offida**. Visita della Collegiata e alla chiesa di Santa Maria della Rocca, isolata in cima ad un alto costone e alla cripta con affreschi del XIV secolo. Poi al Museo del Merletto e delle Tradizioni Popolari e al Teatro Serpente Aureo. Tempo a disposizione per l'acquisto dei merletti di cui Offida è famosa. Rientro in hotel per la cena e il pernottamento.

**Sabato 10/12:** Prima colazione in hotel e incontro con la guida per la visita al centro storico di **Teramo** e ai principali monumenti: la Cattedrale di San Bernardo, il Palazzo del Municipio e il Palazzo Vescovile. A seguire visita alla Teramo romana: Anfiteatro e Teatro. **Pranzo libero**. Nel pomeriggio trasferimento a **Giulianova** per la visita del Santuario della Madonna dello Splendore che contiene pregiate tele e opere lignee del XIV-XV secolo. A seguire passeggiata nel borgo rinascimentale di Giulianova. Al termine rientro in hotel per la cena e il pernottamento.

**Domenica 11/12:** Dopo la prima colazione partenza per **Campli**, visita al centro storico e alla Scala Santa, istituita da Papa Clemente XIV nel 1772. E' composta da 28 gradini da salire pregando in ginocchio per l'assoluzione dai propri peccati e l'Indulgenza Plenaria. Proseguimento per **Civitella del Tronto**. Visita alla fortezza, ultimo baluardo borbonico e teatro di storiche resistenze, al caratteristico borgo medioevale e alle signorili abitazioni medioevali e rinascimentali. **Pranzo libero**. Partenza per il rientro a **Scandicci (FI)** con arrivo in serata.

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE Euro 469,00**  
**(il costo è calcolato su 30 persone minimo)**  
**Supplemento singola Euro 140,00**

**Assicurazione annullamento incluso COVID 19 Euro 25,00 a persona**

**La quota comprende:**

- viaggio in pullman G.T. nel rispetto delle norme di sicurezza e guida dettate dalla CE n. 561/200
- sistemazione in hotel 4 stelle in camere doppie e triple con servizi privati
- 1/2 pensione con bevande ai pasti (1/2 acqua e 1/4 vino) in hotel a Teramo
- guida turistica in tutte le località previste in programma
- assicurazione medico bagaglio.

**La quota non comprende:**

- ingressi, mance, extra personali e tutto quanto non espressamente indicato alla voce "**La quota comprende**" o definito in programma facoltativo
- eventuale tassa di soggiorno da saldare in loco.

**Ingressi da pagare in loco:** Museo Capitolare di Atri euro 3,00; Circuito monumentale ad Offida euro 5,00; Fortezza di Civitella del Tronto euro 4,00.

**NOTA BENE:** Per motivi organizzativi dovuti a ragioni tecniche/operative, l'ordine delle visite potrebbe subire variazioni. Inoltre in seguito ad eventuali misure governative, regionali e/o comunali in materia anti Covid-19 alcuni servizi potrebbero subire delle limitazioni senza preavviso.



**ORGANIZZAZIONE TECNICA PROMOTURISMO SRL**

## **Ricordando il giro attorno al Monte Rosa**

Dal 22 al 28 agosto, i camminatori più arditi del Valico, si sono cimentati nella classica da rifugio a rifugio: quest'anno era di scena il Monte Rosa. Di buonora ci siamo incontrati alla stazione di Santa Maria Novella, abbiamo preso il treno e siamo arrivati a Milano. Il tempo di conoscere due amici bresciani, un caffè al volo e una pasta e siamo saliti sul pulmino che ci avrebbe portato in Val d'Aosta, nella località di San Jaques. Arrivati al paesino aostano ci siamo subito immersi nel silenzio della natura, complice una grotta "sacra" nel cui interno era allocata una copia della Madonna di Lourdes (vedi foto). Di fronte alla Madonnina c'erano delle panchine poste lì per l'orazione, ma noi ne abbiamo usufruito per un'azione altrettanto importante: mangiare. Poi, zaino in spalla, ci siamo incamminati alla volta del Rifugio Ferraro e i suoi duemila metri. Costanza ci aveva abbandonato il giorno prima perché si era rotta un polso e le era impossibile partecipare all'escursione, Stefania, che invece era presente, aveva un fortissimo mal di testa e appena arrivati al rifugio ha preferito andare direttamente a letto, saltando l'ottima cena, i grappini e le canzoni stonate nella taverna. La mattina dopo, ci siamo incamminati verso l'unico albergo che avremmo incontrato durante il nostro trekking. La gita prevedeva l'arrivo al Colle di Bettaforca con i suoi 2675 metri, chi voleva poteva proseguire fino ad arrivare al Passo della Bettolina Superiore con i suoi 3100 metri, da cui si godeva un'ottima vista del ghiacciaio del Monte Rosa. La vista da lassù era veramente bella, si apriva sul ghiacciaio in tutta la sua maestosità, ne era valsa davvero la pena fare tutta quella strada in salita! Poi siamo scesi al Rifugio Sitten, con il suo riso alla Toma, il pollo e le patate (e anche una doccia calda in un "vero" bagno). Il giorno dopo, lasciato il Sitten, siamo scesi a Gressoney. Questo centro molto bello della Valle del Lys ci ha accolto con i suoi panini, la frutta e il sole tiepido. Stavamo così bene sulle panchine della piazza principale del paesino che abbiamo optato di evitare di percorrere la salita che ci avrebbe portato al rifugio dove dovevamo dormire, prendendo direttamente una comoda seggiovia. Nel giro di pochi minuti, ci ha portato in quota e da lì, in una oretta scarsa, siamo arrivati al Lago Gabiet e al rifugio omonimo. Abbiamo passato una notte eccellente dopo una cena ottima, con addirittura due portate come primo: l'immane risotto e la vellutata di zucca. La mattina dopo, di buonora, abbiamo intrapreso una bellissima escursione suggeritaci dal gestore del rifugio. Siamo arrivati a un passo ubicato in mezzo alla nebbia e abbiamo visto i primi camosci: cinque giovani ungulati ci sono passati davanti. Il sentiero era un po' impervio, era piovuto, c'era la nebbia, e quindi abbiamo dovuto camminare lentamente per un po', poi, magicamente, si è aperto su una valle rigogliosa e verde dove c'erano tantissimi camosci, marmotte e mucche. Piano piano siamo arrivati alla nostra meta, il rifugio peggiore che una persona potesse incontrare: il Città di Mortara. I gestori del rifugio erano veramente irriverenti, per non

usare un altro termine un po' più colorito, alla nostra richiesta di una scaletta per montare sul ripiano superiore del letto a castello ci è stato risposto: non ne abbiamo perché da noi vengono solo persone atletiche e non ne hanno bisogno! La notte è stata una tragedia scendere per andare a cambiare l'acqua al "pesciolino", in alcuni casi il pesciolino era diventato un vero balenottero! Avevamo messo una sedia davanti a ogni letto a castello per agevolare la pisciatina notturna, con il timore che qualcuno la spostasse inavvertitamente e la malcapitata facesse un ruzzolone nel buio. I bagni erano osceni, un cartello posto di fronte alla doccia recitava: se volete fare la doccia avvertite il cuoco... già il cuoco, brizzolato e saccente, aiutato da un esemplare di giovane maschio che serviva in pantaloncini e canottiera, con le infradito! Ma, la cosa forse peggiore, è stata quando Massimo, la mattina seguente, ha chiesto al gestore se c'era qualche difficoltà sul sentiero che ci doveva condurre al Rifugio Pastore: "Nessuna difficoltà, è tutto tranquillo!!! " Tranquillo?? Dopo due ore che camminavamo una mandria di mucche, con i loro occhioni stupiti, ha visto arrivare 17 bipedi bagnati fino alle ossa, dentro a mantelle e con cappelloni da cui sgorgava l'acqua. Ripararsi nelle poche casette presenti, lasciate aperte (le porte era sfondate) è stato naturale. Abbiamo aspettato che spiovesse e poi ci siamo rimessi in marcia. Pensavamo di aver già passato la difficoltà maggiore, che ingenui che siamo stati, il peggio doveva ancora venire! Piano piano siamo arrivati, fra freddo, acqua, gelo, al capannone di una seggiovia dismessa: entrarci è stato un attimo, tutti bagnati e infreddoliti. Ci siamo cambiati, appesantiti nel vestiario, qualcuno aveva difficoltà a usare le mani tanto era infreddolito e poi siamo ripartiti per cercare di arrivare al Rifugio Pastore, la nostra meta. Appena scesi, lungo una via tutta fangosa, ci siamo resi conto che il sentiero arrivava nel vallone attraverso una ripida discesa che si era trasformata in fiume, ai lati c'erano delle corde per agevolare la discesa. Quattro dei nostri compagni non se la sono sentita di scendere, in effetti era tutto molto pericoloso e sono tornati indietro, al Rifugio Mortara: hanno preso la cabinovia e sono scesi ad Alagna, poi con un pulmino ci hanno raggiunto per la cena al rifugio. Il resto del gruppo, me compresa, si è calato con zaino, mantella e quant'altro, nel canalone, facendo attenzione a non scivolare: non era poi così scontato poterlo raccontare. Una volta scesi, dopo pochi minuti, si è calmata la pioggia, abbiamo ripreso il cammino, fatto un notevole dislivello in discesa per guadagnare prima una strada bianca con un gruppo di case, e poi, in poco più di quaranta minuti, il Rifugio Pastore. Questo rifugio è fantastico, abbiamo mangiato benissimo e dormito altrettanto bene. Passata la notte abbiamo lasciato i monti, il pianoro dove era allocato il rifugio e dove qualcuno aveva messo un monocolo da cui, per la gioia di Massimo e non solo, si vedeva il Rifugio Capanna Margherita. Lasciata la "Capanna" e il rifugio siamo arrivati ad Alagna, un bellissimo centro montano, e lì un favoloso ristorante ci ha accolti. Il menù era davvero ottimo:

affettati, formaggi e tartare della valle, poi un abbondante risotto ai mirtilli. Abbiamo potuto degustare anche un superbo vino e mangiare una crostata sempre ai mirtilli con sopra le candeline per il nostro presidente Roberto e la cara Rosanna che hanno festeggiato in quei giorni il compleanno. Siamo tornati a Firenze felici, entusiasti e rigenerati da una natura incontaminata. Ringrazio tutti gli amici presenti: Roberto, Massimo, Francesco, Marco e Graziana, i nostri accompagnatori FIE; Rosanna, Daniela, Vanna, Stefania, Nicola, Alessandro, Alessandro, Alessandro, Gregorio, Fabrizio e Loretta e li aspetto il prossimo anno, possibilmente con qualche nuovo compagno.

**Paola Burberi**



22 - 28 Agosto 2022 - I partecipanti al trek da Rifugio a Rifugio  
attorno al Monte Rosa.

Foto scattata da un passante

## 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 2022

16/01	SI INIZIA IN VAL DI PESA	Mezzi propri
30/01	ANELLO DEGLI ETRUSCHI (Dicomano)	Bus
13/02	ATTORNO AL LAGO DI BILANCINO	Bus
27/02	CIASPOLATA	Bus
27-2/06-3	SETTIMANA BIANCA CON IL G.E.F.	Bus
13/03	LA VIA DEI CAVALLEGGERI (Piombino)	Bus
27/03	VOLTERRA - SAN GIMIGNANO	Bus
10/04	LA VIA DEL SILENZIO (Cortona)	Bus
23-25/04	LE FORESTE CASENTINESI (Badia Prataglia)	Bus
01/05	BACCELLATA E FESTA DEI LAVORATORI	Bus
15/05	RADUNO REGIONALE DELLA F.I.E.	Bus
22/05	TREKKING FRA LE BURRAIE (Santa Brigida)	Bus
2-5/06	ISOLA D'ISCHIA	Bus + Nave
12/06	P.O CALLA - MURAGLIONE (in ricordo di Graziano)	Bus
19/06	SALVIAMO LE ALPI APUANE CON LA F.I.E.	Bus
26/06	CONSUMA - SECCHIETA - VALLOMBROSA	Bus
17-24/07	SETTIMANA VERDE CON ECO88	Bus
22-28/08	DA RIFUGIO A RIFUGIO	Bus
11/09	PANIA DELLA CROCE CON ECO 88 E G.E.F. (Apuane)	Bus
25/09	CUTIGLIANO - CASETTE PULLEDRARI	Bus
08-09/10	LE VIE CAVE ETRUSCHE IN MAREMMA CON ECO88	Bus
23/10	MONTALCINO - SANT'ANTIMO	Bus
<b>06/11</b>	<b>BALLOTTATA</b>	<b>Mezzi propri</b>
<b>20/11</b>	<b>ALLE CORNATE DI GERFALCO (Maremma)</b>	<b>Bus</b>
<b>08-11/12</b>	<b>FRA ABRUZZO E MARCHE</b>	<b>Bus</b>
18/12	TREKKING DEL PUNGITOPPO	Mezzi propri