



# Informazioni Aprile 2024



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](https://www.facebook.com/trekkingilvalico)

# Auguri ai nati in APRILE



### ALCUNE REGOLE DA RISPETTARE

L'iscrizione alla gita deve essere fatta di persona in sede, per telefono o su WhatsApp (**MA NON PER EMAIL**) ENTRO IL GIOVEDÌ precedente, se non indicato diversamente.

L'iscrizione, comunque fatta è possibile solo per i Soci e 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 DEI SOCI 2024**

Presso la sede de' IL VALICO, in prima convocazione alle ore 23,30 del 17 Aprile 2024 e, in **seconda convocazione,**

**GIOVEDI 18 APRILE 2024 alle ore 21.00**

si terrà l'**ASSEMBLEA DEI SOCI** nella Biblioteca dell'S.M.S. di Rifredi.

### **ORDINE DEL GIORNO:**

- 1) Approvazione del bilancio 2023
- 2) Varie ed eventuali

Siete tutti invitati a partecipare.

**Il Consiglio de' IL VALICO**



Domenica 24 Marzo 2024: Lago Trasimeno, foto di Massimo Casoni

**LUNEDI 1° APRILE 2024**

**PASQUETTA A SANSEPOLCRO, ANGIARI E MONTERCHI**

Referente: Mazzola

Cellulare: 339 8093153

**INIZIO ISCRIZIONI GIOVEDI 7/03/24**

**Ritrovo ore 06.45 V.le Guidoni (vecchio ingresso mercato)**

**Partenza bus ore 7.00 - Fermata al Tuscany Hall ore 7,15**

**Quota di partecipazione Euro 38,00**

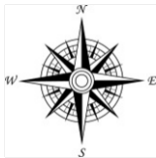
**La quota comprende:**

- guida per l'intera giornata,
- il BUS e gli auricolari.

**Non sono compresi gli ingressi al Museo Civico di Sansepolcro € 9,00, al Museo delle Bilance e alla Madonna del Parto a Monterchi € 5,00 e il PRANZO.**

**Siamo in Valtiberina, uno scrigno di molti tesori e con questa visita ne conosceremo alcuni fra i più famosi. Forse, dopo gli splendori del XV secolo, la storia si è allontanata da questi luoghi ma, proprio per questo, si sono mantenuti integri e suggestivi.**

**Programma:** al mattino visita al Museo Civico di Sansepolcro e, a seguire, giro turistico del centro storico. Visita del Duomo, dedicato a San Giovanni; in origine chiesa monastica risalente al X secolo, divenne sede vescovile e cattedrale nel 1520 per volere di Papa Leone X Medici. Al suo interno sono conservate opere di Perugino, Bartolomeo della Gatta, Santi di Tito ed un Crocifisso ligneo del X secolo detto del Volto Santo. Numerosi sono gli edifici storici ben conservati come il **Palazzo Pichi**, con finestre di bugnato e il **Palazzo Giovagnoli**, di origine duecentesca con finestre rinascimentali. Il **Museo Civico di Sansepolcro** è oggi incentrato sui lavori di **Piero della Francesca**, del quale sono esposti quattro splendide opere. Ma conserva anche dipinti del **Pontormo** e terrecotte dei **Della Robbia**. Il punto forte del museo è "La Resurrezione", il cui restauro è durato 3 anni. **Sosta per il pranzo libero.** Nel pomeriggio visiteremo **Anghiari** con il suo borgo storico magnificamente conservato entro le sue possenti mura. Dai suoi vicoletti si aprono viste incantevoli sulla Valtiberina. A **Monterchi** ci aspetta la visita al **Museo delle Bilance** nel rinascimentale Palazzo Massi e il famoso dipinto della **Madonna del Parto** conservato nel piccolo Museo della Madonna del Parto di Piero della Francesca.



## IL VALICO CURIOSO (LIBERA RASSEGNA DEL ... ... forse non tutti sanno che)

... **Sansepolcro**, prima di far parte del Granducato di Toscana, fu dei Visconti di Milano, poi dei Domini Pontifici che la cedettero ai Malatesta di Rimini. Quello fu il periodo (XIV-XV sec.) in cui la sua economia divenne particolarmente florida grazie alla coltivazione del “**Guado**”, pianta usata nella tintura delle stoffe. Il colorante si estrae dalle foglie della “**Isatis tinctoria**”, pianta di origine asiatica, raccolte durante il primo anno di vita. Dopo la macerazione e la fermentazione in acqua si ottiene una soluzione giallo verde che, agitata e ossidata, produce un precipitato: l’indigotina. Il colorante è molto solido e utilizzabile nella tintura di tutti i tipi di tessuto, alcuni arazzi medioevali conservano ancora intatto il colore blu. Ma può essere utilizzato anche in cosmetica; i Britanni lo utilizzavano per colorarsi il volto prima delle battaglie per incutere terrore nel nemico. In passato si usava anche per dipingere; il padre di Piero della Francesca, Benedetto de’ Franceschi, era un ricco commerciante di guado. Si usava, un tempo, per la tintura della tela con cui venivano confezionati i “blue jeans”.

... **Anghiari**, come tanti altri borghi della Toscana, è legato alla storia degli etruschi prima e dei romani poi. In questa zona si raccoglievano i minerali estratti dai Monti Rognosi e portati direttamente a Roma. Ad Anghiari le milizie bizantine costruirono un castello per difendersi dai Longobardi. Le fonti certe partono dal 1048 ma l’inizio della sua prosperità fu l’anno 1104. Da questa data in avanti furono costruite numerose abitazioni per la forte crescita della popolazione attorno ad un torrione di guardia a difesa del paese. Negli anni successivi il borgo entrò nell’influenza di Arezzo, poi della Repubblica di Firenze che sconfisse l’esercito dei Visconti di Milano il 29 Giugno 1440. In segno di esultanza per la vittoria, a Firenze, fu stabilito di perpetuare il ricordo con un Palio, corso da uomini a piedi. Nel 1503 la Signoria con il gonfaloniere Pier Soderini si rivolse a Leonardo da Vinci per raffigurare, nella Sala del Consiglio di Palazzo Vecchio, una pittura murale raffigurante la battaglia. Sfortunatamente il processo di essiccazione testato da Leonardo distrusse buona parte dell’opera. Di quest’ultima restano solo alcuni disegni del Maestro e alcune copie eseguite da pittori del tempo della parte centrale, ovvero la lotta per lo stendardo.

**DOMENICA 7 APRILE 2024**

**PONTE A VICCHIO - BARBIANA - PONTE A VICCHIO**

Referente: Graziana Tarchi

Cellulare: 339 8093153

Monica Di Donato

**ISCRIZIONI PER TELEFONO ENTRO GIOVEDÌ 4/04/24**

**BUS - Ritrovo ore 07.30 al parcheggio di Viale Guidoni**

**(vecchio ingresso mercato ortofrutticolo) Partenza ore 7.45**

**Seconda fermata Tuscany Hall (Lung. Aldo Moro) ore 8,00**

**Percorso A: Difficoltà E/F Dislivello + 500 m. - 500 m.**

**Tempo 5 ore (soste escluse) Lunghezza 12 km circa**

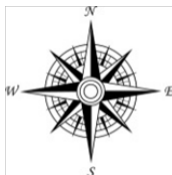
**Percorso B: Difficoltà E/F Dislivello + 300 m. - 300 m.**

**Tempo 3 ore (soste escluse) Lunghezza 6,2 km circa**

**Quota di partecipazione: Adulti € 20,00 - Ragazzi € 10,00**

**Percorso A:** l'escursione parte da Ponte a Vicchio, inizialmente su stradella cementata, poi su strada sterrata in salita iniziando a percorrere il "Sentiero dei Ragazzi di Barbiana". Si continua nel bosco di quercia e castagno in continuo saliscendi con vista su Dicomano nella parte di San Martino a Scopeto; da qui si può già vedere la chiesetta di Barbiana sotto il Monte Giovi. Passato un breve tratto di strada asfaltato si rientra, prima su stradella sterrata, poi su sentiero che scende verso il Fosso del Fatino. Lo si attraversa sul "Ponte di Luciano", così chiamato perché fatto costruire dal Priore per agevolare un bambino che lo doveva attraversare tutti i giorni per andare a scuola. Dal fiume si segue il sentiero in salita che arriva al luogo in cui Don Milani ha operato: Barbiana. La Fondazione Don Milani ci aprirà la canonica dove il Priore insegnava e ci farà una visita guidata, apprezzando di ricevere un contributo volontario, utile per il mantenimento del luogo. L'itinerario segue il "Sentiero della Costituzione", realizzato dalla Fondazione; sì la COSTITUZIONE, a lui così cara. Prima su ripida stradella sterrata, poi con qualche chilometro di asfalto, si raggiunge la strada principale, si attraversa il campo sportivo e si entra nella ciclabile che ritorna a Ponte a Vicchio.

**Percorso B:** arrivati col bus al parcheggio del Rist. Lago Viola si inizia il cammino in salita lungo il "Sentiero della Costituzione" fino a Barbiana dove troveremo i partecipanti al percorso "A". Naturalmente anche chi segue questo percorso avrà la possibilità di visitare i luoghi dove Don Milani visse e operò fino alla sua morte. Il ritorno sullo stesso itinerario dell'andata.



## **IL VALICO CURIOSO (LIBERA RASSEGNA DEL ... ... forse non tutti sanno che)**

. . . **Barbiana** si trova a 475 metri sul livello del mare nel Comune di Vicchio del Mugello; è una piccola località ma con una grande storia. A Barbiana ci sono soltanto una chiesa con la canonica, le case sono una manciata, sparse nel bosco e nei campi tutti intorno, isolate tra loro. Quando il 7 Dicembre del 1954 il Priore Don Lorenzo Milani arrivò a Barbiana non c'erano neppure le strade, l'acqua, la luce e neppure la scuola. All'epoca la popolazione ammontava a 40 persone. Per lui il periodo di Barbiana fu un vero e proprio esilio ecclesiastico: un giovane sacerdote mandato lassù per farlo tacere, dato che nel suo apostolato applicava il Vangelo senza alibi e compromessi. Poco più a valle della chiesa è oggi visitabile il cimitero di Barbiana, con la sua tomba e le tombe di alcuni dei suoi allievi.

. . . **“ perché per me non è piccola cosa, ma grande che i miei figlioli poveri di denaro siano ricchi di parola e cioè acquistino la vera eguaglianza e nessuno li possa umiliare e taglieggiare”.**  
(Brano tratto da una lettera di Don Milani dell'8 Aprile 1964 a G.C.M.)







Domenica 24 Marzo 2024: Torricella - San Feliciano, lungo il Trasimeno  
Sotto: fioritura nel giardino della Villa Petraia Sabato 16 Marzo 2024





**La Commissione Cultura organizza una visita alla  
“ PIAZZA E CHIESA DI SANTA MARIA NOVELLA ”  
SABATO 13 APRILE 2024**

La piazza fu aperta su iniziativa del Comune a partire dal 1287 e conclusa verso il 1325, dopo aver abbattuto le case che vi si trovavano. Era usata per accogliere i numerosi fedeli che accorrevano alle prediche dei Domenicani, i quali vivevano nell'attiguo convento. Divenne in seguito, grazie alla sua ampiezza, scenario di feste e spettacoli come il Palio dei Cocchi per il quale furono innalzati i due obelischi, opera di **Bartolomeo Ammannati**, sostenuti da tartarughe in bronzo realizzate nel 1608 dal **Giambologna**. La Basilica di S. Maria Novella fu edificata su una piccola chiesetta dai frati domenicani, arrivati a Firenze intorno al 1200. I lavori iniziarono nel 1279 e terminarono a metà del '300; la facciata, tuttavia, restò incompiuta fino a quando **Giovanni Rucellai**, ricco mercante fiorentino, finanziò nel 1458 la nuova facciata in marmo. Il progetto dell'opera fu affidato a **Leon Battista Alberti** che, utilizzando rigorose proporzioni geometriche, realizzò un'elegante ed armonica facciata. L'interno, a croce latina, è suddiviso in tre navate coperte da archi con motivi in marmo bianco e verde. La vetrata del rosone sulla facciata rappresenta "L'incoronazione della Vergine" che risale al 1365. Nella navata destra si trova la trecentesca cappella affrescata dei Rucellai; l'altare è dominato dalla statua in marmo scolpita da **Nino Pisano** che rappresenta "La Madonna col bambino". Sull'altare maggiore si trova il **Crocifisso del Giambologna** e dietro, nella cappella Tornabuoni, gli affreschi di **Domenico Ghirlandaio** che sono ambientati nella Firenze rinascimentale. La cappella di Filippo Strozzi, forse il mercante più ricco di Firenze, ci mostra le vite di San Filippo e San Giovanni dipinte da **Filippino Lippi**. Molte altre opere d'arte di valore assoluto si trovano all'interno di questa chiesa come l'affresco di **Masaccio** che rappresenta la Crocifissione e il Crocifisso di **Filippo Brunelleschi** conservato nella cappella Gondi (affrescata da **Giuliano da Sangallo**), l'unica scultura lignea conosciuta del grande architetto fiorentino.

**COSTO 10,00 EURO**

**La quota comprende l'ingresso e la guida del luogo**

**INIZIO ISCRIZIONI GIOVEDÌ 21 MARZO 2024**

**Ritrovo davanti all'ingresso di Santa Maria Novella - Firenze alle ORE 14.30**

**Referente della visita Cristina Vannucchi**

**(iscrizione tramite cellulare al 339 2731310 su WhatsApp)**

**Il gruppo sarà composto al massimo da 25 soci**

**DOMENICA 5 MAGGIO 2024**

**GAMBASSI TERME - SAN GIMIGNANO**

Referente: Mazzola

Cellulare: 339 8093153

**ISCRIZIONI PER TELEFONO ENTRO GIOVEDÌ 2/05/24**

**BUS - Ritrovo ore 07.30 al parcheggio di Viale Guidoni  
(vecchio ingresso mercato ortofrutticolo) Partenza ore 7.45**

**Percorso A: Difficoltà E/F Dislivello + 350 m. - 350 m.  
Tempo 4/5 ore (soste escluse) Lunghezza 13,5 km circa**

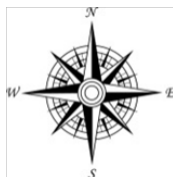
**Percorso B: Difficoltà E/F Dislivello + 200 m. - 200 m.  
Tempo 2/3 ore (soste escluse) Lunghezza 7,2 km circa**

**Quota di partecipazione: Adulti € 20,00 - Ragazzi € 10,00**

**Ritorniamo sulla VIA FRANCIGENA, cammineremo lungo una delle più belle tappe Toscane, raggiungendo la “splendida San Gimignano” ricca di torri e di storia**

Dal centro storico di **Gambassi Terme** si scende, fra olivete e filari di viti, seguendo i segnavia della Francigena. Si passa vicino alla Torre e al Castello di Riparotta, ricordato nel XII secolo, ormai ridotto a casale nelle vicinanze del ponte sul Rio dei Casciani. Il cammino prosegue fino al villaggio di Luiano di Sotto, dove si incontra la strada che portava a Volterra. Oltre il Ponte della Madonna si entra nel territorio di San Gimignano. Nel senese, come in tutta la Toscana, i castelli sono numerosi; ecco quindi apparire il Castello di Montecarulli e la piccola chiesa di Santo Pietro. Si continua fino al Santuario di Pancole e si traversa l'antico borgo fortificato di Collemuccioli, con la sua caratteristica torre. Sempre seguendo i segnali della Francigena raggiungiamo l'antica Pieve di Sant'Ilario a Cellole. Già da un po' di tempo i nostri occhi possono godere del meraviglioso panorama di **San Gimignano**, una delle mete più frequentate della Toscana. L'ingresso alla città avviene sotto una delle antiche porte conservate magnificamente dalle autorità cittadine che si sono succedute nei secoli.

**Percorso “B”:** iniziamo tutti insieme fino al Santuario di Pancole dove il gruppo si potrà fermare. Il bus è a disposizione per raggiungere San Gimignano e risparmiare sei chilometri di cammino. Ci sarà, invece, del tempo a disposizione per una visita alla città. Nel pomeriggio tutti insieme per il ritorno a Firenze.



## IL VALICO CURIOSO (LIBERA RASSEGNA DEL ... ... forse non tutti sanno che)

... il territorio di **Gambassi Terme** è da sempre terra di transito e passaggio, lo è per certo sin dal tempo degli Etruschi, trovandosi sulla direttrice che conduce a Volterra. È rimasta tale anche durante il periodo romano, come punto di snodo della via Clodia che collegava le città di Siena e Lucca. Nell'Alto Medioevo diventa nuovamente meta di passaggio per i pellegrini che percorrevano la Via Francigena, come fece l'arcivescovo Sigerico che nel suo itinerario verso Roma annota, nel suo diario, la Pieve di Chianni, poco distante dal centro di Gambassi, come sito per fermarsi e riposare.

... **“San Gimignano delle belle torri”** è una testimonianza eccezionale della civiltà medievale poiché racchiude, all'interno di un'area limitata, tutte le strutture tipiche della vita urbana: piazze e strade, case e palazzi, pozzi e fonti. Le 14 torri gentilizie ancora intatte (erano 72) contribuiscono alla conservazione dell'atmosfera e dell'aspetto feudale della città, che intrattiene un virtuoso dialogo con il paesaggio circostante e rappresenta un gioiello dell'urbanistica medievale e scrigno di capolavori dell'arte italiana tra il XIV e il XV secolo. Il centro storico di San Gimignano è un sito culturale di valore eccezionale, per la sua omogeneità architettonica e la sua originale disposizione urbana ed ha preservato la sua autenticità grazie alla rigida applicazione dei principi del restauro. Gli interventi su monumenti e edifici, per i quali vengono usati solo materiali e tecniche tradizionali, rispettano le principali caratteristiche del patrimonio culturale, dell'architettura, della storia e dell'arte. **(Questa descrizione è copiata integralmente dal testo redatto dal Comitato Patrimonio Mondiale dell'UNESCO relativa a San Gimignano).**



# DA MERCOLEDÌ 8 A DOMENICA 12 MAGGIO 2024 A PARIGI CON LA F.I.E.

“ La grande randonnée vers Paris 2024 “

## PROGRAMMA

**Mercoledì 8 Maggio:** ritrovo e partenza ore 6,45 in treno dalla stazione di Firenze Santa Maria Novella; ore 8,50 arrivo stazione di Milano Centrale. Ore 9,30 partenza in pullman gran turismo per Parigi. Ore 19,30 arrivo a Parigi e sistemazione in ostello con camere multiple. A seguire cena.

**Giovedì 9 Maggio:** dopo colazione partenza per il trekking urbano a Parigi. Nel tardo pomeriggio rientro in ostello e tempo libero fino a cena.

**Venerdì 10 Maggio:** dopo colazione partenza per un'escursione. I partecipanti avranno la possibilità di percorrere tratti del GR® 75, un percorso decisamente olimpico nella sua identità. Cammineremo tra le ex aree sportive dei Giochi del 1900 e del 1924, alcuni di questi complessi saranno utilizzati per i Giochi Olimpici di Parigi 2024. Nel tardo pomeriggio rientro in ostello e tempo libero fino a cena.

**Sabato 11 maggio:** dopo colazione partenza per la tappa conclusiva dell'evento con un ricevimento ufficiale nella capitale. Nel tardo pomeriggio rientro in ostello e tempo libero fino a cena.

**Domenica 12 Maggio:** dopo colazione partenza in pullman per Milano. Arrivo previsto alla stazione di Milano Centrale alle ore 19,00. Ore 20,40 partenza in treno per Firenze, arrivo alla stazione di Santa Maria Novella alle ore 22,35.

**NON E' UNA GITA TURISTICA**

**COSTO PREVISTO PER LA PARTENZA DA FIRENZE EURO 700,00**  
**COSTO PREVISTO PER LA PARTENZA DA MILANO EURO 600,00**  
**INIZIO ISCRIZIONI GIOVEDÌ 4 APRILE 2024**

**La quota comprende:**

- Treno a Firenze SMN a Milano Centrale,
- Trasferimento in bus GT da Milano Centrale a Parigi e ritorno,
- Bus privato a disposizione per tutto il periodo,
- Sistemazione a Parigi in ostello in camere a più letti,
- N. 4 mezze pensioni dalla cena dell'8/5 alla colazione del 12/5

**La quota non comprende:**

- Tutti i pranzi
- Tutto quello non espressamente compreso ne “La quota comprende”

Organizzazione tecnica PROMOTURISMO SRL





**POLISPORTIVA VALLE DEL MUGNONE E IL VALICO**  
**Organizzano le escursioni guidate sulle nostre colline**  
**Primavera 2024**

**SABATO 13 APRILE: MONTE MORELLO**

**Itinerario:** Fonte dei Seppi - Sella degli Scollini - Cippo 70° Valico  
Sentiero CAI 7b - Poggio Trini - Poggio Capannelle - Sentiero CAI 12  
Poggio Casaccia (Croce) e ritorno

**Ore di cammino:** 2.30 circa

**Ritrovo:** ore 9.15 Stazione FF.SS. Pian di Mugnone  
ore 9.40 Fonte dei Seppi

**SABATO 27 APRILE: MADONNA DEL SASSO**

**Itinerario:** Alberaccio - Sentiero CAI 00 - Sentiero CAI 1 - Santuario  
Madonna del Sasso - Sentiero CAI 8 - Alberaccio

**Ore di cammino:** 2.30 circa

**Ritrovo:** ore 9.15 Stazione FF.SS. Pian di Mugnone

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

**INFORMAZIONI E ISCRIZIONI**

Silvano Torelli                      055/5040255 -      335 7459955  
Segreteria PVM                      055/541290 mail: info@pvm.it

Vi ricordiamo che **Sabato 25 Maggio** faremo, con guida, la visita  
al **Quartiere Verde (centro storico)** alle ore **15.00**.



**GIACOMO PUCCINI**



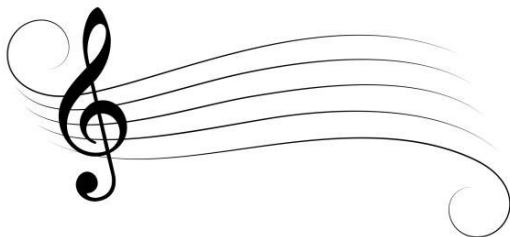
Nel 2024 si celebra il centenario della morte del grande compositore **GIACOMO PUCCINI** nato a Lucca il 22 dicembre 1858. Puccini si spense a Bruxelles il 29 novembre 1924 dove si era sottoposto a un'operazione per un tumore alla gola.

L'86° Festival del Maggio Musicale lo ricorda con due tra le sue opere più significative: **TURANDOT** e **TOSCA**.

**TURANDOT** è in programmazione al Maggio dal 21 aprile con repliche il 24, 27, 30 e 3 maggio.

La consueta presentazione nella Biblioteca dell'S.M.S. di Rifredi sarà a cura del socio **Matteo Sansone** e verrà effettuata in data da comunicare.

Per informazioni contattare: **Matteo Sansone**  
([matteo.sansone48@gmail.com](mailto:matteo.sansone48@gmail.com))



**Nota bene . . .**

Sicuramente avrete capito che è stato solo un refuso, infatti

**Gaetano Donizetti**

è nato a Bergamo il 29/11/1797 e vi è morto l'8/4/1848.

## 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 2024

14/01	ANELLO DI SCARPERIA (Mugello)	Mezzi propri
27-28/01	CIASPOLATA CON LA F.I.E.	Mezzi propri
28/01	COLLE VAL D'ELSA	Mezzi propri
11/02	CALAFURIA - CALIGNAIA (Livorno)	Bus
24/2 - 2/3	SETTIMANA BIANCA CON IL G.E.F.	Bus
25/02	MONTALBANO	Bus
10/03	AQUEDOTTO LEOPOLDINO (Livorno)	Bus
24/03	TRASIMENO: TORRICELLA - SAN FELICIANO	Bus
<b>01/04</b>	<b>PASQUETTA AD ANGIARI (Arezzo)</b>	<b>Bus</b>
<b>07/04</b>	<b>VICCHIO - BARBIANA (Mugello)</b>	<b>Bus</b>
<b>25-28/04</b>	<b>TRANSIBERIANA D'ABRUZZO (Sulmona AQ)</b>	<b>Bus + Treno</b>
<b>05/05</b>	<b>GAMBASSI TERME - SAN GIMIGNANO</b>	<b>Bus</b>
<b>10-13/05</b>	<b>PARIGI (Francia)</b>	<b>Aereo + Bus</b>
19/05	BACCELLATA A...	Bus
02/06	SUVIANA - MONTE STAGNO (Appennino bolognese)	Bus
16/06	ANELLO DI BAGNI DI LUCCA	Bus
22-24/06	MONTE GRAPPA (Prealpi venete)	Bus
28-30/06	75° DE' "IL VALICO"	Treno + Bus
07/07	ALPE DELLE TRE POTENZE (Abetone)	Bus
19-22/07	QUATTRO GIORNI VERDI	Bus
24-31/08	DA RIFUGIO A RIFUGIO IN SLOVACCHIA	Aereo + Bus
08/09	ANELLO DI PRUNO CON IL G.E.F. (Apuane)	Bus
22/09	RADUNO F.I.E. TOSCANA	Bus
06/10	LA VERNA - PIEVE SANTO STEFANO	Bus
18-20/10	LAGO DI COMO E BERGAMO CON ECO 88	Bus
10/11	VAL DI MERSE (Siena)	Bus
24/11	BALLOTTATA	Mezzi propri
08/12	ANELLO DI LATERINA (Valdarno aretino)	Bus
21/12	PUNGITOPPO	Mezzi propri