



Informazioni Marzo 2025



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

www.ilvalico.it

-

facebook: [trekking il valico](https://www.facebook.com/trekkingilvalico)



**Auguri ai nati
in
MARZO e
Buona Festa
delle Donne alle
nostre SOCIE**

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.



La Commissione Cultura Vi segnala alcune notizie molto interessanti:

in occasione della Giornata Internazionale della Donna, **Sabato 8 Marzo 2025**, ci sarà l'ingresso gratuito per tutte le donne in musei, parchi archeologici, complessi monumentali, castelli, ville e giardini storici e altri luoghi della cultura statali. Numerose iniziative saranno organizzate per sensibilizzare e riflettere sull'importanza culturale della Giornata. L'elenco degli appuntamenti è in costante aggiornamento

quindi si consiglia di seguire il sito del Ministero della Cultura: **www.cultura.gov.it**

Anche il Comune di Firenze, come in passato, ha previsto la gratuità per tutte le donne nei suoi Musei ma anche altri musei fiorentini saranno gratuiti: il Museo dell'Opera del Duomo, il Battistero e anche alcuni musei scientifici.

Ecco alcune info sulla tipica pianta della Festa della Donna: la mimosa

I fiori gialli della mimosa, vivaci e allegri, sono diventati il simbolo della festa della donna e hanno un significato ben preciso. Secondo gli Indiani d'America i fiori della mimosa significano forza e femminilità. Le ragazze inglesi sono solite appuntare un rametto di mimosa alla giacca per accentuare la propria femminilità; gli Aborigeni australiani attribuivano alla mimosa proprietà curative e, ancora oggi, la pianta è usata in medicina. Il luogo d'origine della pianta è la Tasmania, in Australia, ed è stata introdotta in Europa a partire dagli inizi del 1800. Il nome italiano, molto probabilmente, nasce dalla radice spagnola "mimar", cioè accarezzare, termine che si collega alla sensibilità del mondo femminile. Ma la mimosa in realtà è un'acacia e quindi ha anche le spine. Le giraffe, in Africa, con il loro lungo collo, amano cibarsi delle foglie di acacia e di mimosa, tanto da poterne mangiare più di 50 chili al giorno. La mimosa è stata scelta come fiore per commemorare le operaie morte durante un incendio nella fabbrica di New York in cui lavoravano. Il triste episodio avvenne proprio l'8 marzo del 1908. In Italia a causa del cambiamento climatico gli inverni sono sempre più miti e gli alberi di mimosa sono già fioriti a Febbraio. Sarà, quindi, sempre più difficile trovarla in fiore l'8 Marzo.

DOMENICA 9 MARZO 2025
ANELLO DI MASSACIUCCOLI

Referente: Mazzola Cellulare: 339 8093153

ISCRIZIONI PER TELEFONO ENTRO GIOVEDÌ 6/03/25

**BUS - Ritrovo ore 07.50 al parcheggio di Viale Guidoni
(vecchio ingresso mercato ortofrutticolo) Partenza ore 8.00**

Itinerario "A": Difficoltà E/F Dislivello + 500 m. - 500 m.

Tempo 5 ore circa (soste escluse) Lunghezza 15 km circa

Itinerario "B": Difficoltà E/F Dislivello + 50 m. - 50 m.

Tempo 3 ore circa (soste escluse) Lunghezza 10 km circa

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

Massaciuccoli è una graziosa località incastonata tra il verde degli olivi terrazzati e l'omonimo Lago. Il percorso è molto interessante e completo: natura rigogliosa, cultura antica, panorami mozzafiato; insomma un itinerario di straordinaria bellezza.

Percorso "A": si parte dal porticciolo di Massaciuccoli dove si trova la sede della LIPU. Attraversiamo l'abitato costeggiando i ruderi della Villa Romana, in breve si giunge nella piazza del paese. Da qui si prende un sentiero che passando attraverso un oliveto raggiunge le Terme Romane (I secolo d.C.). Si prosegue per il sentiero n. 2, da molti ritenuto uno dei tratti della Via Francigena; il paesaggio vegetale cambia, dagli oliveti si passa alla macchia mediterranea. Si sale ancora, fino ad un punto panoramico dove troviamo un'area attrezzata (località Crocetta); se il tempo è bello potremo godere di un panorama mozzafiato. Lo sguardo abbraccia tutto lo specchio del lago e una parte della palude a nord; si può intravedere, sulla sponda opposta, l'abitato di Torre del Lago Puccini. L'orizzonte, invece, spazia dal golfo di La Spezia al porto di Livorno. Il percorso continua ed attraversa un bosco secolare composto da castagni, cerri e sughere e raggiunge due ville storiche: la Villa Hernandez e la Villa Baldini, quest'ultima ha un giardino all'italiana con le tipiche aiuole di forma geometrica. Il sentiero, lungo il quale troveremo sulla destra tracce di un antico acciottolato (forse residuo di una strada romana) arriva alla frazione di Compignano. Dalla chiesa di San Frediano inizia il sentiero che aggira il colle nel bosco e inizia la discesa che riporta sul Lago di Massaciuccoli.

Percorso “B”: si inizia dalla foresteria della LIPU di Massaciuccoli situata sulla sponda est del lago, ospitata in un antico casale del 1600. Il cammino si snoda prevalentemente in mezzo ad un caratteristico canneto palustre con quattro brevi diramazioni che conducono ai quattro punti di osservazione (si consiglia di portarsi un binocolo per l’osservazione dell’avifauna presente). Lungo questa passeggiata potremo osservare la tipica flora degli ambienti palustri e dei boschi igrofilo (boschi in prossimità dei corsi d’acqua o degli ambienti palustri) come le canne palustri, i pioppi, i salici e gli ontani. Inoltre potremo, con un po’ di fortuna, incontrare anche una variegata fauna lacustre caratterizzata da una moltitudine di insetti, pesci e soprattutto uccelli che durante le migrazioni si fermano a svernare in questo lago. terminate le palafitte il sentiero prosegue in un bosco umido che ci permette di raggiungere un altro importante punto di osservazione chiamato “giardino per le farfalle” una piccola isola di biodiversità caratterizzata da una moltitudine di insetti. Usciti dal bosco si può scegliere di costeggiare la parte nord della riserva fino a raggiungere un vecchio e caratteristico edificio, in precedenza adibito alla lavorazione del riso e ora centro visita del parco, oppure terminare l’anello ritornando al punto di partenza.



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

... **Villa Baldini** è stata edificata fra il ‘500 e il ‘600, di proprietà dei Mansi, ricca famiglia lucchese, proprietaria di un gran numero di case e tenute in tutta la provincia di Lucca. Elisa Baciocchi Bonaparte, sorella di Napoleone, si innamorò della villa e nel 1812 l’acquistò da Raffaele Mansi, erede della facoltosa famiglia. Contessa di Compignano, Duchessa di Massa e Carrara oltre che Granduchessa di Toscana, Elisa Bonaparte ospitò qui la sorella Paolina Bonaparte nel 1815. La villa ha un bel giardino all’Italiana.

... **Compignano**, il cui toponimo deriva da Campinius (podere di Compino) vanta origini romane che si possono riconoscere percorrendo il bel ciottolato che porta fino alla chiesa romanica di San Frediano, santo irlandese che fu Vescovo di Lucca. Tra la primavera e l’estate del 1944 il territorio comunale di Massarosa fu teatro di numerosi eccidi perpetrati dai nazi-fascisti a danno sia di partigiani sia di civili, per un totale di oltre 90 vittime.



Domenica 24 Novembre 2024: . . . durante la camminata della Baccellata

Sabato 15 Febbraio 2025: il primo gruppo sulla terrazza all'Osservatorio Ximeniano durante la visita



La Commissione Cultura organizza una visita alla Mostra:

“IMPRESSIONISTI IN NORMANDIA”

AL MUSEO DEGLI INNOCENTI

SABATO 15 MARZO 2025 Ore 15.00 (COMPLETA)

A 150 anni dalla prima mostra a Parigi che sancì la nascita del movimento impressionista nel 1874, arrivano al Museo degli Innocenti di Firenze oltre 70 opere che raccontano il movimento impressionista e i suoi stretti legami con la Normandia. Sul palcoscenico di questa terra pittori come Monet, Renoir, Delacroix e Courbet, in mostra insieme a molti altri, colgono l'immediatezza e la vitalità del paesaggio imprimendo sulla tela gli umori del cielo, lo scintillio dell'acqua e le valli verdeggianti della Normandia. I quadri in mostra provengono dal Musée d'Art Moderne di Le Havre e da collezioni private. Opere come Falesie a Dieppe (1834) di Delacroix, La spiaggia a Trouville (1865) di Courbet, Fécamp (1881) di Monet, Tramonto e Veduta di Guernesey (1893) di Renoir, tra i capolavori presenti in mostra, raccontano gli scambi, i confronti e le collaborazioni tra i più grandi artisti dell'epoca che, immersi in una natura folgorante dai colori intensi e dai panorami scintillanti, hanno conferito alla Normandia l'immagine emblematica della felicità del dipingere. **Inoltre sarà possibile, a fine visita, rimanere all'interno del museo e visitare gli ambienti dove viene raccontata la sua storia che risale addirittura al 1445.** I protagonisti della storia sono i “nocentini”, le bambine e i bambini di varie età che venivano accolti dall'Ospedale. Li possiamo vedere ritratti in attività quotidiane nella “Strage degli Innocenti” o nascosti sotto il grande mantello della Madonna degli Innocenti. Tra le sale più toccanti del museo è quella che riserva la sorpresa di centoquaranta cassette estraibili contenenti piccoli oggetti. Questi “segni o segnali” di riconoscimento, nascosti tra le fasce dei neonati al momento dell'abbandono, erano spesso costituiti da oggetti spezzati o divisi in due: la loro ricomposizione avrebbe dimostrato l'appartenenza del bambino nel caso che la famiglia d'origine avesse potuto un giorno riprenderlo con sé.

COSTO 25,00 EURO

La quota comprende la prenotazione, il biglietto, la guida e l'auricolare e va pagata al momento dell'iscrizione perché il Museo richiede il pagamento in anticipo sia della prenotazione (obbligatoria) che il costo del biglietto della mostra e al Museo degli Innocenti. I Soci che si sono preiscritti il 14/12/2024 hanno diritto di prelazione alla visita.

Ritrovo davanti al Museo degli Innocenti in Piazza SS. Annunziata alle ore 14.45. Referente della visita Cristina Vannucchi

Iscrizione tramite cellulare al 339 2731310 su WhatsApp

Il gruppo sarà composto al massimo da 20 soci

DOMENICA 16 MARZO 2025 PARCO DI SAN ROSSORE (Pisa)

Referente: Mazzola/Casoni

Cellulare: 339 8093153

CHIUSURA ISCRIZIONI GIOVEDI 13/03/2025

**BUS - Ritrovo ore 07.15 al parcheggio di Viale Guidoni
(vecchio ingresso mercato ortofrutticolo) Partenza ore 7.30**

Difficoltà E/F Dislivello + 0 m. - 0 m.

Tempo 5 ore (soste escluse) Lunghezza 16 km circa

Quota di partecipazione: Adulti € 35,00 - Ragazzi € 25,00

COSI' COMPOSTA: BUS adulti Euro 20,00 Ragazzi Euro 10,00

L'ingresso al Parco costa 20,00 Euro ma il Consiglio ha deciso di partecipare alla spesa per 5,00 Euro a Socio, quindi il biglietto d'ingresso al Parco costerà 15,00 Euro a partecipante.

Questo itinerario si svolge all'interno del Parco Regionale di Migliarino, San Rossore, Massaciuccoli e più precisamente nella bellissima Tenuta di San Rossore in un'area molto vicina alla città di Pisa. Questa escursione nella Tenuta di San Rossore ... fino al mare, si sviluppa totalmente su terreno pianeggiante e non presenta difficoltà ma richiede, tuttavia, un minimo di allenamento per la lunghezza del percorso.

Itinerario: dal Centro Visite, situato a pochi metri dall'ingresso principale della Tenuta, in località Cascine Vecchie, accompagnati da una guida del Parco inizieremo la nostra escursione percorrendo alcuni sentieri che non sono accessibili liberamente al pubblico. Durante la nostra escursione non mancherà occasione di avvistare gli animali che popolano quest'area come il daino e il cinghiale. Inoltrandoci sempre di più all'interno del Parco raggiungeremo il mare su di un tratto di costa tra i più belli e selvaggi della Toscana.

(L'escursione è organizzata in collaborazione con il Centro Visite della Tenuta di San Rossore - Top 5 Viaggi)

**LA CAMMINATA E' STATA SPOSTATA DALLA DATA INIZIALE
DEL 26 GENNAIO 2025 A CAUSA DEL MALTEMPO.**



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

... il Parco Naturale di Migliarino, San Rossore e Massaciuccoli, dopo varie vicende ed una lunga elaborazione politica, sociale e culturale (simile ad altre realtà del panorama nazionale), viene istituito dalla Regione Toscana con la legge regionale n. 61 del 13/12/1979.

... visitando il Parco potremo vedere i vari paesaggi che lo costituiscono: spiagge, dune, foreste, paludi, corsi d'acqua e paesaggi agricoli. Quando si cammina nel Parco si deve evitare di portare via oggetti, piante ed animali, ma solo emozioni e nuove conoscenze. Dall'interno al mare troveremo, nel loro ambiente, gli animali che ci vivono. Il più comune e osservabile nel Parco è il **daino**, spesso in piccoli branchi; anche i **cinghiali** sono visibili (ora in sovrannumero) introdotti quando la tenuta era una riserva di caccia. Avvicinandosi alla linea di costa, in direzione di Bocca d'Arno, si incontrano le zone umide più rinomate come le Lame di Fuori, con un'elevata presenza di **avifauna**, soprattutto nel periodo di svernamento e durante la migrazione primaverile (punto privilegiato di sosta per i trampolieri).

... sembrerà strano ma i dromedari hanno abitato nel Parco per tre secoli. Il primo esemplare di questa specie esotica sbarcò a Pisa, accompagnato da uno schiavo, nel 1622, forse inviato in dono dal Bey di Tunisi al Granduca di Toscana Ferdinando II de' Medici, grande appassionato di animali esotici. L'animale si ambientò e quindi il Granduca ne fece arrivare altri dall'Africa. Furono esibiti come simboli del potere dei Medici e dei loro rapporti diplomatici con i popoli nordafricani e mediorientali. Da immaginarsi la faccia delle persone che assisterono al viaggio dal porto di Livorno a Pisa di una mandria di cammelli. I visitatori li chiamavano "Cammelli pendenti", associandoli con la torre di Pisa. Questi animali esotici, in oltre tre secoli di storia, diventarono famosi in tutta Europa: furono cavalcati da principesse, nobili, re e regine. Trovando un clima favorevole e cibo abbondante si riprodussero fino a raggiungere il numero di 196 esemplari nel 1789. L'ultimo dei dromedari morì nel 1976; il suo scheletro è conservato nel Museo di Storia Naturale di Pisa, situato a Calci, all'interno della Certosa.



Domenica 23/02/25: i partecipanti alla camminata da Casalecchio di Reno a Bologna sul Colle di Guardia



Pubblichiamo uno scritto donatoci dal Socio Mauro Ciullini che non è nuovo a poesie e racconti sulla Montagna con la “emme maiuscola” come dice Lui. In altre occasioni abbiamo pubblicato le sue poesie, con disegni, dedicate alle Alpi Apuane. Naturalmente è un alpinista ormai datato e, come potrete leggere, vede le montagne come una sua conquista personale.

TRA SCI E PICCOZZA

Sapevo che un giorno qualcosa di meraviglioso avrebbe tracciato il mio destino, coinvolgendomi in un'avventura di tutto riguardo con la passione per la montagna e il rapporto con la natura. Come il topo viene attratto dal formaggio, con devozione e passione, fui attratto dalla montagna, non solo per la sua bellezza, ma per riuscire a grattare la sua vetta come un aquilone accarezza il cielo. E così si aprirono le porte verso quel sentiero che si chiamava Montagna con la emme maiuscola. Avevo 17 anni quando presi contatto con un gruppo di escursionisti e sciatori, gente brava e molto preparata, sia nello sci che nell'alpinismo e trekking. Questo gruppo aveva iniziato la sua attività nel 1949 a Firenze con gite nei campi di neve in varie località dell'Appennino Tosco-Emiliano, ma soprattutto con le avventure sulle Alpi Apuane. Il gruppo proponeva anche delle iniziative ricreative e culturali, una grande famiglia all'insegna della natura. Ancora oggi è molto attivo, è Il Valico. Le mie prime escursioni iniziarono nei vari luoghi della Toscana: Casentino, Mugello, Maremma Garfagnana e altri luoghi di mare. Non solo questi luoghi erano meravigliosi per i loro sentieri, ma erano ricchi di storia e cultura. Dopo questi primi approcci con l'escursionismo, iniziai con lo sci nei campini dell'Abetone. Con sci di legno di 1,90 centimetri, scarponcini di cuoio, pom pom di lana e lo spazzaneve. Ma dopo questa gavetta da principiante, mi tuffai nella tecnica più avanzata, prendendo lezioni da maestri di fama nazionale come Aristide Compagnoni, Annibale Zucchi e Ezio Sopera. Inizii così la mia attività agonistica e di Operatore Sciistico con i ragazzi. Affrontando piste prestigiose, oltre all'Appennino Tosco-Emiliano, per poi sciare in altri luoghi come il Ghiacciaio del Cevedale, il Ghiacciaio dello Stubai in Austria e altre piste con impegno, tecnica ed elasticità fisica.

Dallo sci si torna alle avventure in montagna con le sue vette.

Con vigore e volontà le vette acute ed insidiose come le Alpi Apuane con materiali speciali per toccare la vetta. Insieme ad amici esperti, queste sono le vette dove, con passione ed orgoglio, ho grattato le loro cime: Pizzo d'Uccello, Grondilice, Corchia, Matanna, Procinto, Pania della Croce, Pania Secca, Sagro, Monte Tambura, Penna di Sumbra, Monte Forato, Pisanino, Alto di Sella, Altissimo, Monte Nona e altre. **Questa passione, legata alla montagna, è un sentimento che lega con la natura, sport e cultura, un appello alle nuove generazioni, perché la PACE tra i popoli è quella meravigliosa cosa che fa girare il mondo per il verso giusto a tutela della natura e dell'umanità.**

Mauro Ciullini

DOMENICA 23 MARZO 2025

LAJATICO (Pisa)

Referente: Mazzola

Cellulare: 339 8093153

ISCRIZIONI PER TELEFONO ENTRO GIOVEDÌ 20/03/25

**BUS - Ritrovo ore 07.50 al parcheggio di Viale Guidoni
(vecchio ingresso mercato ortofrutticolo) Partenza ore 8.00**

Itinerario "A": Difficoltà E/F Dislivello + 450 m. - 450 m.

Tempo 5 ore circa (soste escluse) Lunghezza 16 km circa

Itinerario "B": Difficoltà E/F Dislivello + 200 m. - 200 m.

Tempo 3 ore circa (soste escluse) Lunghezza 8 km circa

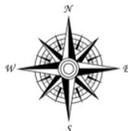
Quota di partecipazione: Adulti € 20,00 - Ragazzi € 10,00

Bellissimo trekking che ci porta alla scoperta di un piccolo gioiello della Toscana, tra il bellissimo Teatro del Silenzio ed il borgo di Lajatico. Cammineremo sospesi tra le verdi colline di questo territorio con bei paesaggi dell'entroterra Pisano.

Percorso "A": si parte da Lajatico (m. 250) e si raggiunge, per sentieri e strade sterrate, il piccolo e caratteristico borgo di Orciatico (m. 321) paese di contadini, pastori e boscaioli, in un continuo, tranquillo, saliscendi dei colli pisani. Naturalmente passeremo anche dall'ormai famoso Teatro del Silenzio che si trova, anch'esso, sulla cima di una collina. Lungo il cammino avremo modo di ammirare vari paesaggi: una vista che spazia dalla città di Volterra, imponente sulla collina, il paese di Lajatico, il suggestivo Teatro del Silenzio e su gran parte dei paesi della Val di Cecina e della Val d'Era fino a Pisa. Anche i Monti Pisani sono vicini ma la Rocca di Pietracassia, con i suoi 534 metri sul livello del mare, sarà sempre in bella vista. L'itinerario segue le creste delle colline lungo viali costeggiati a cipressi, attraversa boschi di querce, cerri, ginepri e con comode carrarecce torna a Lajatico.

Percorso "B":

l'itinerario breve al momento della spedizione non è stato ancora individuato per cui i dati inseriti sopra sono puramente indicativi. Dopo che il trekking sarà stato provato verrà spedita la locandina, tramite whatsapp, con la durata, i chilometri e i dislivelli da fare.



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

... **Lajatico** si trova su uno sperone collinoso che domina la valle dell'Era; di origine longobarda, fu castello del vescovo di Volterra, successivamente conquistato da Pisa e poi da Firenze. Simbolo storico del suo territorio è l'imponente Rocca di Pietracassia, uno degli esempi di architettura alto-medievale più importanti della Toscana. Fu costruito in epoca longobarda per sorvegliare la strada che conduceva alle miniere di rame di Montecatini.

... il **Teatro del Silenzio** è un anfiteatro naturale, ricavato nella splendida cornice delle colline di Lajatico, nato per volontà dell'Architetto Alberto Bartalini e del Maestro Andrea Bocelli. E' situato su una collina ad un chilometro e mezzo dal centro abitato; è un teatro completamente naturale, costituito essenzialmente da un laghetto, una volta utilizzato dagli agricoltori come abbeveratoio per gli animali, al cui centro campeggia una scultura monumentale di un artista contemporaneo, diversa per ogni anno, scelta in base al tema dell'edizione. Il tutto è circondato da un fondale di blocchi di travertino toscano che ricorda un luogo di culto antico o un megalite del Neolitico. Un panorama di ineguale bellezza che offre una visuale di 180° sulle colline di uno dei versanti più belli del territorio, quello di Volterra e le sue balze. Il progetto di eco-architettura non ha minimamente sconvolto l'ambiente naturale, anzi lo ha posto al centro dell'attenzione. Al termine dello spettacolo ogni anno, nel massimo rispetto dell'ambiente, il tutto viene rimosso la notte stessa e ripristinato lo stato naturale, tornando ad essere un luogo di silenziosa meditazione e riposo dell'anima. Un progetto "silenzioso", in uno spazio che per quasi un intero anno resta intatto nella sua perfetta armonia, animandosi per pochi giorni di personaggi del bel canto, della musica e della danza, nazionali ed internazionali.

SARDEGNA DEL SUD ESCURSIONI, ARTE E CULTURA DAL 22 AL 28 APRILE 2025

Il Sud della Sardegna è una terra che incanta i viaggiatori con il suo mare cristallino, la cultura vibrante e i panorami mozzafiato che si ammirano specialmente durante il tramonto. Chi visita questa parte dell'isola rimane affascinato dalle molteplici sfaccettature che offre, dalla ricchezza storico-culturale alle bellezze naturali che cambiano con l'avvicinarsi di sole e ombra. Nel percorso alla scoperta del Sud Sardegna, si può partire dalle isole minori come San Pietro, luoghi dove il tempo pare essersi fermato e le tradizioni marinare si mescolano con racconti e leggende. La città di Cagliari, con il suo profilo storico e le vie pulsanti di vita, rappresenta il punto di partenza ideale per conoscere la cultura locale. Qui, tra musei e ristoranti, si può assaporare la vera anima sarda, fatta di accoglienza e sapori genuini.

Martedì 22 Aprile: Firenze - Livorno - Imbarco sulla nave

Ritrovo dei partecipanti in orari e luoghi stabiliti, sistemazione in bus e trasferimento in tempo utile al porto di Livorno per imbarco sulla nave per Olbia. **Cena libera sulla nave.** Traversata notturna in poltrone riservate. Le persone dovranno portarsi dietro il bagaglio sulla nave, il bus non si imbarca.

Mercoledì 23 Aprile: Parco della Giara, Barumini e Cagliari

Prima colazione libera. Sbarco a Olbia, sistemazione in bus e trasferimento al **Parco della Giara.** Incontro con la guida presso il centro visite ed escursione di circa 2 ore massimo. Durante il percorso si potranno ammirare piante tipiche della vegetazione mediterranea, testimonianze archeologiche ed osservare i cavallini nel loro ambiente naturale. Al termine della visita rientro al centro visite per assaggiare i prodotti locali.

Menù tagliere: pecorino, caprino, salsiccia stagionata, pancetta o guanciale, lonza, coppa, olive sarde, pane civraxiu o carasau, crema di pecorino, crema di verdure, degustazione di olio extravergine, ricotta o pecorino con il miele, acqua, vino, caffè e mirto. Servito presso il centro visite (panche + tavoli). Al termine trasferimento a **Barumini** per la visita del Nuraghe. Numerose campagne di scavo si sono susseguite dal suo ritrovamento, tuttora in corso, e si è portato avanti un progetto museale che ha cercato di salvaguardare e di non snaturare l'edilizia del palazzo e allo stesso tempo di rendere fruibile la visione del complesso nuragico dall'alto, tramite un sistema di passerelle sospese e di pavimenti in vetro (durata della visita guidata al Nuraghe 1 ora

circa + visita guidata casa Zapata durata 30 minuti circa). Partenza per **Cagliari**. Trasferimento in hotel e sistemazione nelle camere. Cena in ristorante convenzionato e pernottamento in hotel.

Giovedì 24 Aprile: Capo Spartivento, Santa Margherita di Pula e Nora
Prima colazione in hotel. Incontro con la guida e partenza per **Capo Spartivento** dove scende il gruppo trekking. Visita panoramica in bus delle spiagge fino a **Santa Margherita di Pula** e visita del piccolo borgo. Al termine ricongiungimento con il gruppo trekking. **Pranzo libero**. Trasferimento a **Nora** per la visita del borgo e del suo sito archeologico. Rientro in hotel, cena in ristorante convenzionato. Pernottamento in hotel.

Venerdì 25 Aprile: Sella del Diavolo, Villasimius, Stagni di Morentaugus
Prima colazione in hotel. Sistemazione in bus e trasferimento alla **Sella del Diavolo** dove scenderà il gruppo trekking. Proseguimento in bus a **Villasimius**, visita del piccolo borgo e delle sue bellezze naturali. Al termine della visita ricongiungimento con gruppo trekking alla Sella del Diavolo. **Pranzo libero**. Rientro a **Cagliari** per la visita guidata della città. Al termine trasferimento in hotel, cena in ristorante convenzionato. Pernottamento in hotel.

Sabato 26 Aprile: Isola di San Pietro
Prima colazione in hotel. Sistemazione in bus e partenza per Portovesme. Incontro con la guida e trasferimento in traghetto all'**Isola di San Pietro**. Intera giornata per trekking e visita guidata alla scoperta delle bellezze dell'isola. **Pranzo libero in corso di escursione**. Alle ore convenute partenza da Carloforte a Portovesme. Al termine trasferimento in hotel, cena in ristorante convenzionato. Pernottamento in hotel.

Domenica 27 Aprile: Santa Flavia, Olbia, Imbarco in nave
Prima colazione in hotel. Sistemazione in bus e partenza per la spiaggia di **Masua**. Trasferimento a piedi (1,5 km) a **Porto Flavia**. La visita della miniera con guida interna (ore 1). Al termine della visita rientro a Masua **per pranzo libero**. Alle ore 15.00 massimo partenza per il porto di **Olbia** in tempo utile per l'imbarco. **Cena libera sulla nave**. Traversata notturna in poltrone riservate. Le persone dovranno portarsi dietro il bagaglio sulla nave, il bus non si imbarca.

Lunedì 28 Aprile: Livorno, Firenze
Prima colazione libera. Sbarco a **Livorno** in mattinata, sistemazione in bus e rientro a **Firenze**.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE euro 810,00 (base 35 partecipanti)

Supplemento camera singola euro 120,00

Supplemento in cabina doppia interna A/R euro 50,00 a persona

Supplemento in cabina doppia esterna A/R euro 80,00 a persona

Supplemento sistemazione in cabina singola interna A/R euro 120,00

(Le cabine sono su richiesta e fino ad esaurimento disponibilità)

OPERATIVO NAVE GRIMALDI (10 ore di navigazione circa)

Martedì 22/04/2025 ore 22.30 LIVORNO - OLBIA

Domenica 27/04/2025 ore 22.00 OLBIA - LIVORNO

INIZIO ISCRIZIONI GIOVEDÌ 6 FEBBRAIO 2025

Cellulare per le iscrizioni: 339 8093153

Referente per il trekking: Roberto Mazzola

Referente per il turismo: Mery Cellai

LA QUOTA COMPRENDE:

trasferimento in pullman GT al porto di Livorno A/R. Passaggio nave in notturna in poltrone A/R. Pullman GT in Sardegna per l'effettuazione delle visite (max 13 ore d'impegno dell'autista). Pernottamento e prima colazione in hotel 3 stelle (tipo Best Western) zona Quartu Sant'Elena. Cene in ristorante convenzionato a 300 metri dall'hotel. **Servizi guida:** guida di Cagliari (2 ore), intera giornata per Pula e Nora, mezza giornata per Villasimius, intera giornata per l'isola di San Pietro. Ingresso al Parco Archeologico di Nora; ingresso + visita guidata (max 2.30 ore) nel Parco della Giara. Tagliere degustazione al centro visitatori della Giara. Ingresso + visita guidata del Nuraghe di Barumini e di Casa Zapata (ore 1,30). Ingresso + visita guidata di Porto Flavia (ore 1). Passaggio nave Portovesme - Carloforte - Portovesme. Assicurazione medico, bagaglio e annullamento.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

Cabine e pasti in nave (colazione e cene). Pranzi, mance ed extra in genere. Accompagnatore professionale. Tassa di soggiorno da pagare in hotel. Ingressi non menzionati dal programma. Contributo di sbarco euro 2,50 a persona. Tutto quanto non espressamente indicato né "la quota comprende".

N.B.: per motivi organizzativi dovuti a ragioni tecniche/operative, l'ordine delle visite potrebbe subire variazioni

ORGANIZZAZIONE TECNICA PROMOTURISMO SRL

**La Commissione Cultura presenta l'Opera in programma al
Maggio Musicale Fiorentino 2025:**

NORMA di Vincenzo Bellini

Maestro concertatore e direttore MICHELE SPOTTI

Regia di ANDREA DE ROSA

Orchestra del Maggio Musicale Fiorentino

Maestro del Coro LORENZO FRATINI

Le date dell'Opera sono:

9 (ore 17.00) - 11 e 14 (ore 20.00) - 16 (ore 15.30) Marzo 2025

La consueta presentazione sarà a cura del socio **Matteo Sansone** nella
Biblioteca dell'S.M.S. di Rifredi

Giovedì 6 Marzo 2025 alle ore 21.00.

Per informazioni contattare:

Matteo Sansone (matteo.sansone48@gmail.com)



NORMA fu rappresentata per la prima volta il 26 Dicembre 1831 nel Teatro alla Scala di Milano, Giuditta Pasta fu la prima interprete.

Visto la pagina libera ripubblichiamo lo scritto inviato da alcuni soci che si firmavano “Gli anonimi de I' Valico Servaggio” (questo era il numero nove) che fu pubblicato nel lontano Settembre 2015 e che descriveva un trekking effettuato il 14 Giugno a Maresca, nella Foresta del Teso (PT). Dal testo si capisce che due erano i “Valico-pensiero”, chissà nel 2025 quanti sono, visto che nessun Socio ci invia più le sue impressioni sulle camminate.

Caro Valico (9)

..... eccoci come sempre, con i piedi sotto il tavolo a rifocillarsi al Rifugio Casetta Puledrari. Questa volta con bomboloni alla crema e al cioccolato, cappuccini e the caldi; chi sta meglio di noi? Eppure la giornata non si può dire che è stata una delle migliori, almeno per quanto riguarda la parte meteorologica, perchè per il resto è andato tutto bene. Abbiamo cominciato sin dalla partenza a nutrire seri dubbi sulla stabilità del tempo. Primo perchè tutti i servizi meteo avevano dato pioggia, secondo perchè qualcuno ha “gufato”. Si proprio così, sembra che tutte le volte che viene organizzata una gita nella zona del Pistoiese, il tempo ci rema contro e nonostante il caldo e l'afa dei giorni precedenti, la pioggia non si fa attendere e ci ritroviamo ad asciugarsi davanti al camino acceso del rifugio del Montanaro. La gita, che si articolava in due itinerari, era ben organizzata: il percorso in mezzo a faggete e stradelle ben percorribili, ci ha permesso di arrivare molto bene al Passo della Maceglia. Lì il tempo ha iniziato a sciuparsi e la nebbia ha impedito di ammirare il panorama. Il Gruppo A (A per “arditi”) si è avvantaggiato, obiettivo vetta del Monte Gennaio. Il Gruppo B si accontentava del percorso più breve. Nonostante il vantaggio dato al gruppo A, i due gruppi si sono ritrovati nello stesso momento al Passo della Nevaia. E' successo che hanno preso una “allungatoia” panoramica peccato c'era la nebbia. Infatti, mentre il cielo era sempre più nero e tuonava in continuazione, nel gruppo A sono nate due scuole di pensiero:

1. "ma chi ce lo fa fare di bagnarci come pulcini, raggiungiamo prima possibile il Rifugio del Montanaro!"
2. "andiamo avanti, altrimenti si potrebbe correre il rischio di non riuscire a bagnarsi per bene!"

Il dilemma non è stato risolto; il gruppo dopo un'ora e mezzo si è ricompattato al Rifugio del Montanaro con i primi molto contenti di essere restati asciutti e al calduccio del focolare acceso e i secondi felici di essersi bagnati come pulcini.

Ai posteri l'ardua sentenza!!!!!!!!!!

Gli Anonimi de I' Valico Servaggio

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.

Programma 2025

Marzo

- 9 Anello di Massaciuccoli**
Sulle colline di Massarosa **Bus**
- 16 Parco di San Rossore**
A piedi . . . fino al mare! **Bus**
- 23 Lajatico**
Quattro passi in . . . "musica" **Bus**

Aprile

- 6 Madonna dei Fornelli - Passo della Futa**
Sulla "Via degli Dei" **Bus**
- 21 Pasquetta nel Chianti**
Lungo i percorsi di Andrea **Bus**
- 22/28 Sardegna del Sud**
Il programma c'è
Nave/bus

Maggio

- 11 Baccellata a . . .**
Trek, formaggio e baccelli **Bus**
- 18 Raduno F.I.E. - Gruppi Toscani**
Tutti a Monte Morello **Mezzi propri**