



Informazioni Aprile 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 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.

Per ricordare gli ottanta anni dalla fine della Seconda Guerra Mondiale e il 25 Aprile 2025 pubblichiamo una poesia scritta dal partigiano milanese GIUSEPPE COLZANI.

AVEVO DUE PAURE

La prima era quella di uccidere
La seconda era quella di morire
Avevo diciassette anni
Poi venne la notte del silenzio
In quel buco si scambiarono le vite
Incollati alle barricate alcuni dei nostri
morivano d'attesa
Incollati alle barricate alcuni di noi
vivevano d'attesa
Poi spuntò l'alba
Ed era il 25 Aprile.

* * * * *

La libertà è come l'aria.

Ci si accorge di quanto vale quando comincia a mancare.

Questa frase fu pronunciata da Piero Calamandrei (*) nel suo celebre discorso sulla Costituzione Italiana agli studenti delle scuole superiori e degli universitari di Milano il 26 Gennaio 1955 durante un convegno organizzato dagli studenti stessi.

(*) Piero Calamandrei fu uomo politico, uomo di legge, studioso e Padre Costituente in quando partecipò alla nascita della Costituzione Italiana che fu approvata dal Popolo Italiano nel Referendum del 2 Giugno 1946, diventata successivamente Festa Nazionale.



Domenica 23 Febbraio 2025 - Santuario di San Luca:
in salita verso il Colle della Guardia e a Bologna in piazza del Nettuno
Foto di Massimo Casoni





F. I. E. COMITATO REGIONALE TOSCANO



Rinnovo Consiglio Direttivo CR - Toscana 2025/2028

Il 15 febbraio 2025, nell'ambito dell'Assemblea delle Associazioni iscritte alla F.I.E. si sono svolte le votazioni per il rinnovo del Consiglio Direttivo del Comitato Regionale Toscana. Erano presenti 23 Associazioni pari al 79% delle aventi diritto di voto (29 Associazioni in regola con le affiliazioni 2025). Di seguito si elencano i candidati e le candidate eletti con ruolo e numero di voti ricevuti.

Presidente: CINZIA MANETTI

Consiglieri:

Angelo M. Latorre	voti	22/23,
Marta Cantagalli	voti	20/23,
Giampiero Giannozzi	voti	17/23,
Roberto Mazzola	voti	16/23,
Roberto Rosi	voti	16/23,
Maria Cristina Baldi	voti	15/23,
Alessandro Nutini	voti	13/23,
Giambattista Tognetti	voti	11/23.

Consiglieri non eletti (Riserve):

Sabrina Guerranti	voti	8/23,
Massimiliano Stella	voti	8/23,
Monica Di Donato	voti	6/23.

Collegio dei Revisori:

Franca Zani	voti	21/23,
Gaetanina Scotellaro	voti	20/23,
Barbara Maffei	voti	18/23.

DOMENICA 6 APRILE 2025

PARCO DI SAN ROSSORE (Pisa)

Referente: Mazzola/Casoni

Cellulare: 339 8093153

CHIUSURA ISCRIZIONI GIOVEDI 3/04/2025

**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 DALLE DATE INIZIALI
DEL 26/01/25 E 16/03/25 A CAUSA DEL MALTEMPO.**



POLISPORTIVA VALLE DEL MUGNONE E IL VALICO

Organizzano le escursioni guidate sulle nostre colline Primavera 2025

SABATO 12 APRILE: ANELLO EST CALDINE

Itinerario: Stazione FF.SS Caldine - Villa il Leccio - Podere Torre Bonzi
La Cipressa - Bargellino - Ponte Bersaglio - Stazione Caldine

Ore di cammino: 2,30 circa

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

SABATO 26 APRILE: MONTESENARIO

Itinerario: Piazzale Ghiacciaia - Fontana Fredda - Sentiero CAI 65 -
Sentiero CAI 00 - Montesenario - Piazzale 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
Segreteria PVM	055/541290	-	Mail: info@pvm.it

La partecipazione è consentita ai soli soci dei Gruppi organizzatori.



1- 2 Febbraio 2025: INVERNO INSIEME, sul Monte Amiata con la FIE
Foto di Massimo Casoni



INVERNO INSIEME 2025

Un weekend di trekking e condivisione sul Monte Amiata

Il 1 e 2 Febbraio, il Monte Amiata è stato il palcoscenico di **"Inverno Insieme 2025"**, un'escursione che ha riunito gruppi di trekking affiliati alla Federazione Italiana Escursionisti (FIE). L'evento ha visto la partecipazione di diverse realtà locali, tra cui Camminare nella Montagnola Senese, Il Valico, GEF, Gruppo Trekking Lastra a Signa, Gruppo Escursionistico Berardenga, Pro Loco di Agnano e Via Romea Senese Accessibile. Un'occasione preziosa per riscoprire il piacere del cammino e rafforzare il legame tra associazioni accomunate dall'amore per la montagna.

Il percorso del primo giorno: Miniere del Siele e Santa Fiora

Il primo giorno l'escursione ha portato i partecipanti alle Miniere del Siele, un luogo affascinante di archeologia industriale immerso nella natura. Questo sito abbandonato conserva il fascino di un passato legato all'estrazione mineraria e si raggiunge dopo una camminata che permette di godere del paesaggio circostante. Dopo questa visita, il gruppo ha proseguito verso lo splendido borgo di Santa Fiora, dove si è concesso una meritata pausa in un ambiente accogliente. Davanti a tè, tisane e cioccolate calde, i partecipanti hanno avuto modo di rilassarsi e scambiarsi qualche chiacchiera prima di rientrare in albergo.

Il percorso del secondo giorno: l'Anello dell'Amiata

Il secondo giorno è stato dedicato a un'escursione sul Monte Amiata, percorrendo un sentiero a mezza costa lungo l'Anello dell'Amiata. Pur non trovando la neve, i partecipanti hanno potuto apprezzare lo splendido paesaggio, con vista sulle vallate circostanti. L'Anello dell'Amiata è un itinerario che descrive un cerchio attorno al monte, su quote comprese tra i 900 e i 1350 metri s.l.m. Il percorso si immerge in uno dei tratti più pittoreschi dell'intero anello, attraversando una suggestiva faggeta intervallata da grandi massi di roccia di origine vulcanica.

Accoglienza e momenti di condivisione

L'accoglienza è stata all'altezza dell'evento: il gruppo ha soggiornato presso l'albergo "Da Venerio", nel borgo di Castel del Piano, una struttura recentemente ristrutturata che ha saputo offrire comfort e ospitalità. La giornata si è conclusa con una cena ricca di portate, occasione perfetta per

condividere racconti di escursioni passate e progetti futuri.

Prima di cena, il presidente regionale della FIE Angelo La Torre ha colto l'occasione per un briefing sull'escursione e per un interessante excursus sulle attività sociali della Federazione. Ha illustrato iniziative all'insegna del mutuo soccorso, come il supporto a persone con disabilità desiderose di partecipare alle escursioni e ha parlato del prezioso lavoro di segnatore e pulizia dei sentieri. Un momento che ha reso ancora più evidente il valore di queste esperienze, che non si limitano al cammino, ma abbracciano una visione più ampia di condivisione e impegno per il territorio.

"Inverno Insieme 2025" è stato molto più di una semplice escursione: è stato un momento di unione tra realtà diverse, accomunate dalla voglia di esplorare e di valorizzare il territorio. Iniziative come questa dimostrano come il trekking possa essere non solo un'attività fisica, ma anche un'opportunità per rafforzare il legame tra le associazioni locali e la rete nazionale della FIE, riscoprendo insieme il piacere autentico del camminare nella natura.

Fabiola De Paoli



1- 2 Febbraio 2025 - INVERNO INSIEME: sul Monte Amiata con la FIE
Foto di Massimo Casoni

DOMENICA 13 APRILE 2025

LAJATICO (Pisa)

Referente: Mazzola - Massimo

Cellulare: 339 8093153

ISCRIZIONI PER TELEFONO ENTRO GIOVEDÌ 10/04/25

**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 + 279 m. - 355 m.

Tempo 3 ore circa (soste escluse) Lunghezza 9 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.

Percorso "A": si parte da Lajatico (m. 250) e si raggiunge, per sentieri e strade sterrate, il piccolo e caratteristico borgo di Orciatice (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. Con i suoi 534 metri sul livello del mare la Rocca di Pietracassia 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 inizia dal borgo medievale di Orciatice, sede di un castello alle dipendenze di Lajatico di cui oggi rimane solo parte della fortezza, la Rocca di Pietracassia. Il borgo è molto carino e si gode di una splendida vista sulla Valdera. Prendendo la strada asfaltata (in leggera salita) si devia in un viottolo di campagna in direzione di Lajatico. Questo tratto è particolarmente suggestivo. Dopo un'ora e mezza di cammino si inizia a vedere, in lontananza, la sagoma del Teatro del Silenzio che raggiungiamo da dietro. Dal teatro seguiamo la strada sterrata che, in discesa, raggiunge il centro di Lajatico.

**LUNEDI 21 APRILE 2025
PASQUETTA NEL CHIANTI:**

GREVE - CASTELLO DI UZZANO - GREVE

Referente: Casoni Massimo

Cellulare: 339 8093153

ISCRIZIONI PER TELEFONO ENTRO GIOVEDI 17/04/25

(Al momento dell'iscrizione si deve comunicare il punto di ritrovo scelto)

AUTO PROPRIE - Ritrovo ore 07.50 in Viale Guidoni

(vecchio ingresso mercato ortofrutticolo) Partenza ore 8.00

Oppure ritrovo all'uscita dell'Impruneta sulla Firenze Siena ore 8.30

Difficoltà E/F Dislivello + 300 - 300 m. Tempo 4 ore Lung. 10 km ca

Un percorso ad anello tra ville, castelli, vigneti, boschi e opere d'arte. Quando arriveremo a Greve in Chianti visiteremo il mercato pasquale dell'antiquariato che si svolge nell'antica piazza triangolare del "Mercatale" oggi intitolata a Giacomo Matteotti.

La nostra partenza è dal Castello di Uzzano , il percorso aggira la grande villa/castello e continua in leggera salita. Dopo aver girato a destra ad un bivio si entra in un bosco rado con cipressi e querce. La strada attraversa alcuni ponti su piccoli torrenti ma, tenendo sempre la destra si segue la strada principale fino ad un bivio (Podere Le Caselle) dove termina il sentiero CAI 22A e si inizia a seguire il sentiero CAI 22 in corrispondenza di una sbarra. In leggera discesa si va verso destra e, dopo circa 1 chilometro, troviamo sulla destra un'evidente traccia dissestata che scende ripidamente verso il Borro delle Convertioie. Questa era l'antica strada vicinale che, tramite l'antico ponte (non praticabile perché pericolante), arrivava al borgo. Si attraversa il torrente ritrovando la traccia della vecchia strada e si arriva all'antico edificio delle Convertioie (m.372) che si trova su di uno sperone sopra il borro. Si prosegue sul sentiero fino ad immetterci sull'asfalto della SP 16 e la si segue verso destra per circa un chilometro. Ad un bivio, si riprende una strada sterrata, questa è l'antica strada Figliese che univa Greve con il Valdarno. Si continua la discesa ritrovando l'asfalto della SP 16 e si arriva nel centro abitato di Greve . Il Ritorno al Castello di Uzzano avviene prima lungo la SR 222 in direzione Firenze ma, ad un bivio, si gira a destra su via Allende. Il primo tratto è su asfalto, poi sterrato (CAI 22A), giunge al Castello di Uzzano dove si conclude la nostra escursione.

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

Inizio iscrizioni GIOVEDÌ 27/04/25

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.

Naturalmente sarà organizzata una camminata sui sentieri dell'Appennino prima dell'appuntamento con "baccelli e pecorino".

Referente: Graziana per la camminata - Cell.: 339 8093153

Referente: Marco per il pranzo - Cell.: 339 8093153



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

SALOME di RICHARD STRAUSS

Maestro concertatore e direttore **ALEXANDER SODDY**

Regia di EMMA DANTE

Orchestra del Maggio Musicale Fiorentino

Maestro del Coro LORENZO FRATINI

Le date dell'Opera sono:

13 (ore 18.00) - 16 e 23 (ore 20.00) - 27 (ore 15.30) Aprile 2025

La consueta presentazione sarà a cura del socio **Matteo Sansone** nella Biblioteca dell'S.M.S. di Rifredi il **1° Aprile 2025 alle ore 21.00.**

Per informazioni contattare:

Matteo Sansone (matteo.sansone48@gmail.com)

17 - 20 LUGLIO 2025:
QUATTRO GIORNI VERDI A SESTOLA
La perla verde dell'Appennino

Denominata “La Perla dell'Appennino” SESTOLA è la più importante località turistica invernale ed estiva della Regione Emilia Romagna per via della sua vicinanza al Monte Cimone.

Dal **17 al 20 Luglio 2025** trascorreremo quattro giorni verdi e soggiureremo presso un albergo a tre stelle.

Tutti i giorni saranno organizzate due escursioni, una più impegnativa ed una più leggera.

Il dettaglio delle escursioni sarà comunicato nel mese di Giugno.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE Euro 280,00
(base 35 partecipanti)

ACCONTO Euro 50,00 da pagare all'iscrizione
in sede o alle escursioni.

INIZIO ISCRIZIONI: Giovedì 10 Aprile 2025

ISCRIZIONI PER TELEFONO: 339 8093153

TERMINE ISCRIZIONI: Giovedì 22 Maggio 2025

Referenti: Tosto Maria Teresa, Mazzola Roberto

LA QUOTA COMPRENDE:

- viaggio in pullman GT andata e ritorno
- sistemazione in hotel 3 stelle in camere doppie con servizi privati
- trattamento di mezza pensione (bevande ai pasti 1/4 vino e 1/2 acqua)

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- tutti i pranzi e tutto quanto non indicato alla voce
“la quota comprende”

AVVISO PER I SOCI

In sede sono disponibili alcune felpe tecniche (color grigio scuro) marca CMP con logo del Valico (nelle foto in calce manca) che sono state ordinate per i soci nella ricorrenza del 75° dell'Associazione.

Sono disponibili e in vendita al costo di **35,00 Euro**.

Felpe uomo: taglia 48, 50, 52, 54 (solo una per taglia).

Felpe donna: taglia 48, 50, 52 (due per taglia).

Per informazioni: Maria Teresa Tosto



DONNA



UOMO

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

Aprile

- 6 Parco di San Rossore (Pisa)**
A piedi . . . Fino al mare! **Bus**
- 13 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 Razzuolo**
Trek, formaggio e baccelli **Mezzi propri**
- 18 Raduno F.I.E. - Gruppi Toscani**
Tutti a Monte Morello **Mezzi propri**

Giugno

- 31/5 - 2/6 Campo Imperatore**
Turismo e trekking in Abruzzo **Bus**
- 15 Rocchetta Mattei (Grizzana Morandi - BO)**
Camminata attorno al castello **Bus**
- 29 Anello del Monte Gennaio**
Nel Parco del Corno alle Scale **Bus**