"Il Valico"
1949
FIRENZE

Informazioni Ottobre 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

Auguri ai nati in

OTTOBRE

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 GIOVEDI 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.

A seguito della scomparsa del Presidente Roberto Mazzola i Consiglieri de' "Il Valico", riuniti in Assemblea il 10 Settembre 2025, hanno eletto Presidente **Laura Serratore** e Vice Presidente **Antonio Cantatore**.
La redazione del Notiziario augura ad entrambi BUON LAVORO.

Continuiamo a pubblicare gli scritti inviati dai soci in memoria di Roberto.

Ciao Roberto, sono passati quasi due mesi ed ancora non mi sembra vero.
Amico Caro, ci siamo conosciuti prima che tu arrivassi al Valico abbiamo condiviso, insieme a Paola e Francesco, tappe della vita importanti e indelebili. Il Valico ha rafforzato la nostra amicizia con le gite ed i tanti momenti trascorsi insieme. Ti ricorderò sempre come una persona gentile, mite, sempre sorridente, accogliente e positiva. Cercavi sempre la giusta soluzione per tutti. **Un lavoro difficile, ma te ci riuscivi!** Ci manchi già tanto Roberto ma il tuo ricordo e la tua persona è e sarà sempre nei nostri cuori e nelle camminate che ancora continueremo a fare insieme agli amici del Valico.

Stefania Bertelli

Come un fanciullo amavi la montana,
ma la montagna ROBY ti ha tradito;
dicevi che per te era una mamma,
ma adesso il suo figlio ci ha rapito.
Da altri monti tu ci stai a guardare,
mentre una lacrima scende giù dal viso;
Vorrei tu fossi qui con noi a scherzare,
ma non piangete amici, ROBY è vivo.

Roberto e Franca Beleffi

Ringraziamo quanti hanno effettuato la donazione
in memoria di Roberto per l'acquisto del defibrillatore.

Giovedì 17/07/2025: foto del gruppo a Sestola durante il primo giorno
Il Lago della Ninfa - Foto di Massimo Casoni

Sabato 19/07/2025: un incontro sui sentieri del Cimone
Venerdì 18/07/2025: davanti all'Oratorio di San Biagio a Roncoscaglia

DOMENICA 12 OTTOBRE 2025
CUTIGLIANO - SAN MARCELLO PISTOIESE
Referente: Casoni/Nardoni Cellulare: 339 8093153
ISCRIZIONI PER TELEFONO ENTRO GIOVEDI 9/10/25
BUS - Ritrovo ore 07.20 al parcheggio di Viale Guidoni (vecchio ingresso mercato ortofrutticolo) Partenza ore 7.30

Itinerario "A": Difficoltà E/F Dislivello + 650 m. - 300 m.
Tempo 5 ore circa (soste escluse) Lunghezza 13 km circa
Itinerario "B": Difficoltà E/F Dislivello + 500 m. - 300 m.
Tempo 4 ore circa (soste escluse) Lunghezza 11 km circa
Quota di partecipazione: Adulti € 20,00 - Ragazzi € 10,00

Da Cutigliano, in prossimità della Chiesa di San Bartolomeo, imbocchiamo la rinomata passeggiata di San Vito; dopo circa settecento metri troviamo la deviazione (sulla destra) per Lizzano. Il percorso dell'antica via ci conduce al grazioso Mulino di Podilago e, attraversato sulla sinistra un piccolo ponte in ferro, si giunge al borgo di Pratale. Nella piccola piazzetta troviamo una cappellina dedicata a Sant'Andrea. Oltrepassato un bellissimo casolare si risale verso il Monte Castello e, dopo aver lasciato alle nostre spalle una centrale idroelettrica dismessa, arriviamo al bivio per Castel di Mura. In discesa, lungo via dei Ripi, si arriva al Ponte della Verdiana e si continua seguendo il sentiero ripristinato e curato dell'Associazione Valle Lune. Traversato il ponte del torrente Verdiana troviamo, dopo circa cento metri, una Verginina; la deviazione per Mammiano è proprio di fronte. Questa parte del percorso è chiamato "Sentiero di Pian della Madonna" perché arriva in prossimità dalla grotta di Macereti dove, si racconta, ci visse in solitudine fino alla morte Lisa de'Lapi. Giunti in prossimità di Mammiano si attraversa la strada statale (SS66) arrivando sotto la chiesa di San Biagio, voltiamo a destra verso Mammiano Basso e, in località Le Ferriere, si arriva al famoso Ponte Sospeso. E' il ponte sospeso più lungo d'Italia. Qui finisce il "**Percorso B**" che raggiungerà San Marcello Pistoiese in bus, mentre il "**Percorso A**" prosegue in salita per altri due chilometri con 150 metri di ascesa.

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

. . . **Cutigliano** ha una doppia anima, che intreccia natura e cultura. Il borgo sorge nell'alto Appennino Pistoiese, ai piedi dell'Abetone, nel comprensorio sciistico della Doganaccia, circondato da boschi di castagni e faggi. A Cutigliano il verde degli alberi è intenso e profondo e il paesaggio si scopre seguendo le antiche mulattiere. Qui visse nell'Ottocento una figura interessantissima, che meglio di altre sa raccontare questa identità del borgo fatta di terra e poesia: è Beatrice Bugelli, poetessa pastora, che voleva narrare per essere la voce della natura. Sempre qui soggiornarono Giacomo Puccini e il pittore Bastiano Vini che, costretto a fermarsi a causa di un'abbondante nevicata, si sdebitò dell'ospitalità dipingendo un quadro che ritrae personaggi del paese realmente esistiti. Oggi il quadro è appeso dietro l'altar maggiore nella chiesa di San Bartolomeo.

. . . la costruzione del **Ponte sospeso delle Ferriere** iniziò nel 1920 e fu inaugurato nel 1923; l'intento era quello di permettere agli operai di Popiglio di raggiungere il posto di lavoro, situato sull'altro versante del Torrente Lima, più velocemente. Per la sua lunghezza (220 metri) è stato iscritto nel "Guinnes dei primati" prima di essere superato da un ponte costruito in Giappone; la sua altezza massima dal fiume è di 40 metri.

. . . la **Ferrovia Alto Pistoiese** partiva da Pracchia e arrivava a Mammiano dopo essere passata da San Marcello, era lunga 16,7 chilometri e composta da 25 fra ponti e ponticelli. I lavori di costruzione della linea, diretti dall'ingegnere Puccini, iniziarono nel 1919. Il treno inaugurale, decorato con festoni di fiori, partì da Pracchia intorno alle ore 9.00 e giunse a San Marcello alle ore 10.00. Fu un avvenimento memorabile per la Montagna Pistoiese dato che la ferrovia la univa con la linea Porrettana che, fino al 1934, faceva parte delle più importanti vie di comunicazione ferrate tra il Nord e il Sud Italia contribuendo alla crescita turistica di tutto il comprensorio montano pistoiese. Erano presenti il Presidente della Camera e il Ministro delle Comunicazioni.

Domenica 14/9/2025: Anello di Pruno (Apuane) con il GEF,
le Cascate di Acquapendente

Domenica 14/9/2025: Anello di Pruno con il GEF

POLISPORTIVA VALLE DEL MUGNONE E IL VALICO

Organizzano le escursioni guidate sulle nostre colline

Autunno 2025

<u>SABATO 4 OTTOBRE</u>: SENTIERO PAOLINO

Itinerario: parcheggio Pdm - Sentiero Paolino - Ville Bellini - Ponte del Bersaglio - Cicaleto - Palestra PVM

Ore di cammino: 2,30 circa

Ritrovo: ore 9,00 Stazione FF.SS. Pian di Mugnone

<u>SABATO 18 OTTOBRE</u>: BADIA DEL BUON SOLLAZZO

Itinerario: Monte Senario - Sentiero CAI 00 - Tassaia - Badia del Buonsolazzo - Sentiero CAI 20 - Sentiero CAI 8 - Monte Senario

Ore di cammino: 2,30 circa

Ritrovo: ore 9,00 Stazione FF.SS. Pian di Mugnone

Ritrovo: ore 9,30 Posteggio alto Monte Senario

<u>PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI</u>

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

La partecipazione è consentita ai soli soci dei Gruppi organizzatori.

La Commissione Cultura organizza a Palazzo Strozzi la visita alla mostra dedicata a Fra' Giovanni da Fiesole detto Beato Angelico

Sabato 18 Ottobre 2025 ore 18,00

Ritrovo in Piazza Strozzi alle ore 17,45

L'esposizione celebra a Firenze uno dei padri dell'arte del Rinascimento in un percorso che, tra le due sedi di Palazzo Strozzi e del Museo di San Marco, affronta la produzione, lo sviluppo e l'influenza dell'arte di Beato Angelico in dialogo con pittori come Lorenzo Monaco, Masaccio, Filippo Lippi, ma anche scultori quali Lorenzo Ghiberti, Michelozzo e Luca della Robbia riunendo dipinti, disegni, sculture e miniature provenienti da prestigiosi musei, biblioteche e collezioni italiane e internazionali, ma anche da numerose chiese e istituzioni territoriali di grande valore storico e culturale.
La mostra permette di esplorare la qualità assoluta di questo artista come mai in precedenza, facendo emergere la capacità di innovazione artistica in relazione a un profondo senso religioso, fondato su una meditazione sul sacro in connessione con l'umano e rappresenta la prima grande mostra a Firenze dedicata all'artista dopo oltre settant'anni, andando a creare un dialogo unico tra istituzioni e territorio nella collaborazione tra la Fondazione Palazzo Strozzi, la Direzione regionale Musei nazionali Toscana e il Museo di San Marco che visiteremo a completamento a fine novembre inizio dicembre e di cui vi daremo notizia.

Il contributo è di 25,00 euro a persona e comprende guida e auricolari.
Il gruppo sarà formato da 20 partecipanti.

INIZIO ISCRIZIONI: GIOVEDI 11 SETTEMBRE 2025

Referente della visita Cristina Vannucchi
(iscrizione tramite cellulare al 339 2731310 su WhatsApp)

Attenzione: per aver diritto allo sconto sul biglietto di ingresso al Museo di San Marco (la visita è già prenotata per il 29/11) i biglietti della mostra del Beato Angelico a Palazzo Strozzi verranno trattenuti dal Valico. Tutti i partecipanti alla visita del 18 Ottobre hanno una prelazione all'iscrizione della visita del 29/11/2025.

RADUNO ESCURSIONISTICO NAZIONALE 2025
AVIGLIANA (TO) DAL 17 AL 19 OTTOBRE 2025

La manifestazione si svolgerà ad Avigliana (TO) nel mese di Ottobre 2025, dal 17 al 19 e sarà improntata come momento di incontro/raduno di tutte le Associazioni escursionistiche FIE e i marciatori. Al raduno nazionale delle Associazioni escursionistiche, con escursioni accessibili a tutti su percorsi di interesse storico, ambientale e paesaggistico ed eventi culturali, sarà abbinata la manifestazione del 44° Campionato Italiano di Marcia Alpina di Regolarità, che prevederà anche gare aperte a tutti ed accessibili, per promuovere lo scambio di esperienze fra escursionisti e marciatori.

IL TERRITORIO DI AVIGLIANA

Situata in un anfiteatro morenico naturale a circa 20 Km da Torino, Avigliana è un importante comune della Bassa Val di Susa, sicuramente il più popoloso ed economicamente più sviluppato. Si tratta di un autentico gioiello di epoca medievale situato alle pendici del Monte Pirchiriano sul quale si erge la Sacra di San Michele, un complesso architettonico religioso di grande vanto per l'intera Valle di Susa.

ARTE E STORIA

Per gli appassionati di arte e storia questo comune piemontese ospita edifici e strutture di epoche diverse, dal medioevo al rinascimento all'età moderna.

LAGHI E NATURA

Ad Avigliana anche gli sportivi trovano spazio per le loro passioni: presso il Parco Naturale dei Laghi di Avigliana. Due specchi d'acqua limpidissima incastonati in un'ampia area verde offrono la possibilità di praticare anche sport acquatici. Nonché di ammirare e fotografare la fauna tipica della zona, ma anche di godersi tramonti incantevoli degustando prodotti tipici della Valle presso locali e ristoranti a pochi metri dalla riva.

CURIOSITA' DA NON PERDERE

La città fu sede del dinamitificio Nobel, oggi diventato museo, che è stato il primo impianto d'Italia adibito alla fabbricazione della dinamite, fondato proprio dall'imprenditore svedese Alfred Nobel e dove vi lavorò lo scrittore Primo Levi durante la stesura del suo capolavoro "Se questo è un uomo".

Quota di partecipazione in camera doppia € 198,00
Supplemento per camera singola € 44,00
Acconto € 98,00 da versare al momento dell'iscrizione

Per informazioni scrivere un messaggio al 339 8093153

LA QUOTA DI ISCRIZIONE COMPRENDE:

- pullman gran turismo a disposizione dalla partenza dal parcheggio autostradale di Villa Costanza a Scandicci il 17 Ottobre fino al ritorno del 19 Ottobre 2025. La partenza è prevista alle ore 7.00 del 17/10 e il ritorno alle ore 20.00 del 19/10/25,
- albergo mezza pensione del 17 e 18 Ottobre 2025,
- quota di iscrizione al raduno,
- conferenze su temi del territorio e ambiente,
- accesso alla mostra fotografica,
- visite guidate alla città di Avigliana e alla Sacra di San Michele (ingresso a pagamento),
- escursioni sul territorio con percorsi dedicati ai giovani e a persone con disabilità,
- accesso, con prenotazione, alla palestra di arrampicata indoor,
- spettacolo musicale,
- pacco regalo del Raduno 2025.

Referente: Francesco Mazzola

FEDERAZIONE ITALIANA ESCURSIONISMO
Comitato Regionale Toscana
F.I.E. in cammino dal 1946

DOMENICA 25 OTTOBRE 2025
SCALA SANTA - SOVICILLE

Referente: Massimo Casoni Cellulare: 339 8093153

ISCRIZIONI PER TELEFONO ENTRO GIOVEDI 22/10/25
BUS - Ritrovo ore 07.45 al parcheggio di Viale Guidoni (vecchio ingresso mercato ortofrutticolo) Partenza ore 8.00
Ritrovo a Firenze Certosa ore 8.00 partenza ore 8.15

Itinerario "A": Difficoltà E/FF Dislivello + 500 m. - 500 m.
Tempo 6 ore circa (soste escluse) Lunghezza 17 km circa

Itinerario "B": Difficoltà E/F Dislivello + 200 m. - 200 m.
Tempo 3 ore circa (soste escluse) Lunghezza 7 km circa

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

Sovicille, territorio custode di tesori storico naturalistici alle pendici della **Montagnola Senese**, un paesaggio ricco di Pievi, Ville e Castelli medievali inseriti in una cornice naturale unica tra splendidi boschi e dolce campagna.

Cammineremo tra strade bianche e facili sentieri alla scoperta di quest'angolo magico della Toscana incontrando importanti Pievi come quella di *San Giovanni Battista a Ponte allo Spino*, già residenza estiva dei Vescovi Senesi e quella di Pernina ricordata in un documento di Maltide di Canossa, ammireremo la Seicentesca **Villa Cetinale** famosa per il suo giardino barocco, saliremo i 300 gradini scavati nella roccia marmorea della Scala Santa raggiungendo il celebre **Romitorio**, arriveremo nei pressi di **Villa Celsa** splendido baluardo difensivo della repubblica di Siena per dirigerci verso **Ancaiano**, antico fortilizio medievale dove troveremo la rinascimentale **Chiesa di San Bartolome**o.

L'escursione è stata realizzata in collaborazione con il gruppo trekking Camminare nella Montagnola Senese

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

. . . **Sovicille** si trova alle pendici della Montagnola Senese al centro di un territorio che custodisce tesori storico naturalistici. Offre un paesaggio ricco di pievi, ville e castelli medievali inseriti in una cornice naturale unica, tra splendidi boschi e dolce campagna. In cammino tra i vasti panorami che dominano queste alture andremo a scoprire uno dei gioielli nascosti delle colline di Sovicille. Il **Romitorio** di **Cetinale** è una struttura unica che serviva da alloggio ai pellegrini, all'apice di una scala scolpita nella roccia calcarea, lunga quasi mille metri e dai trecento scalini: **LA SCALA SANTA**. Nel romitorio vivevano eremiti subordinati alle direttive del padrone di Cetinale, come servire le messe o fare opere di carità. Il loro compito principale era quello di assistere gli ammalati e i moribondi e vivevano di elemosina o provviste donate loro dalla villa. La struttura è distribuita su quattro piani ed è principalmente divisa tra cappella e alloggi degli eremiti. Questa costruzione, voluta da un papa, è una delle meraviglie che troveremo in questo trekking che ha come filo conduttore le Pievi e gli eremi, edifici religiosi che costellano la Montagnola Senese**,** di incommensurabile bellezza e che sanno donare un senso di pace e silenzio. Luoghi di culto nati dove si estraevano pregiati marmi utilizzati nella costruzione del Duomo di Siena. Ma a questa pietra se ne affiancano altre come il calcare cavernoso, materiale lapideo con cui sono state realizzate le Pievi stesse. A fare da cornice a questi luoghi la lecceta e i castagneti da frutto che circondano le cave e gli edifici religiosi, lasciando posto a panorami che si aprono all'improvviso sulle pianure mostrandosi a noi al limite dei fitti boschi. Un paesaggio a mosaico, di una bellezza disarmante, abitato ancor prima del medioevo e denso di storia e bellezza.

. . . la **Montagnola Senese** è un SIC, cioè un Sito di Interesse Comunitario, istituito ai sensi della direttiva HABITAT per la conservazione degli habitat naturali e seminaturali. Infatti, nonostante che sia stata popolata fin dall'epoca etrusca e romana, ha conservato un buon grado di naturalità e una notevole diversità di habitat, per cui offre rifugio a molte specie animali. Nelle sue numerose grotte vivono cinque tipi di pipistrelli in via di estinzione e due endemismi, due coleotteri: il Leptotyphlus senensis ed il Troglorhynchus latirostris.

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

MACBETH di Giuseppe Verdi

Maestro concertatore e direttore: ALEXANDER SODDY

Regia: MARIO MARTONE

Maestro del Coro: LORENZO FRATINI

Scene: MIMMO PALADINO

Orchestra e coro del Maggio Musicale Fiorentino

Interpreti: Macbeth Luca Salsi
Banco Antonio Di Matteo
Lady Macbeth Vanessa Goikoetxea

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

GIOVEDI' 9 OTTOBRE 2025 alle ore 21.00

Le date dell'Opera sono:
12 - 14 - 17 - 19 OTTOBRE 2025

Per informazioni conttattare:
Matteo Sansone (matteo.sansone48@gmail.com)

IMPORTANTE

Il Valico ha stipulato una convenzione con il Maggio Musicale Fiorentino: per l'acquisto dei biglietti riconoscerà ai nostri soci una riduzione del 10% sia per i biglietti in platea che in galleria. Al raggiungimento di n. 20 biglietti lo sconto per la platea sale al 20%. Inoltre non è richiesto il diritto di prevendita.

Verdi al Teatro della Pergola per la prima del *Macbeth*

Prima di raggiungere Firenze per curare le prove e la messa in scena della sua nuova opera alla Pergola, Verdi così scriveva al soprano fiorentino Marianna Barbieri-Nini, prima interprete di Lady Macbeth: "Il soggetto è preso da una delle più grandi tragedie che vanti il teatro ed io ho cercato di farne estrarre tutte le posizioni con fedeltà […] e di fare della musica attaccata, il più che poteva, alla parola e alla posizione, […] insomma desidero che gli artisti servano meglio il poeta che il maestro". La distribuzione vocale nel *Macbeth* è lontana dalle consuetudini del melodramma italiano intorno alla metà dell'Ottocento: i protagonisti sono un baritono (Macbeth), un soprano (Lady Macbeth) e il coro. La forza di quest'opera, a tutti gli effetti sperimentale, consiste anche nell'efficacia drammatica dell'armonia, fino a quel momento mai così espressiva. L'orrore della vicenda, dalla brama di potere dei protagonisti agli spietati delitti e alla inesorabile espiazione, dalle inquietanti profezie delle streghe alle allucinazioni, si riflette in un linguaggio musicale basato su intervalli spesso stretti, su accordi aspri, non di rado vicini alla dissonanza, che soffocano e oscurano anche le non frequenti aperture melodiche. È questo linguaggio che assicura la coerenza musicale del primo affascinante incontro di Verdi con Shakespeare. Per dar vita alla tragedia, Verdi quasi pretendeva che i cantanti non cantassero bene, o almeno non secondo le consuetudini vocali e stilistiche del tempo. A seconda dei momenti voleva dal baritono "voce cupa, da incutere terrore", o soffocata, per corrispondere alla geniale strumentazione scura realizzata per delineare la cornice notturna e terrificante dell'opera. Così pure riguardo alla parte di Lady Macbeth. In occasione di una ripresa del *Macbeth* a Napoli nel 1848, per la quale era stato ingaggiato il soprano Eugenia Tadolini, grande interprete donizettiana e belliniana (ma anche del primo Verdi, da *Ernani* ad *Attila*), il maestro scriveva al librettista Salvadore Cammarano: «La Tadolini ha troppo grandi qualità per fare quella parte! [...] Ha la figura bella, buona ed io vorrei Lady Macbeth brutta e cattiva. La Tadolini canta alla perfezione, ed io vorrei che Lady non cantasse. La Tadolini ha una voce chiara, limpida, potente, ed io vorrei in Lady una voce aspra, soffocata, cupa. La voce della Tadolini ha dell'angelico, la voce di Lady dovrebbe avere del diabolico». Per capire la minuziosa attenzione con cui Verdi sovrintese al debutto dell'opera alla Pergola (14 Marzo 1847), giova la testimonianza di Marianna Barbieri-Nini (nel ritratto). Il musicista - raccontò il soprano allora ventinovenne - era così assillante a proposito del duetto fra Macbeth e la Lady nel primo atto, che

imponeva a lei e al baritono Felice Varesi (nel ruolo di Macbeth) interminabili prove. Forse non 150, come sosteneva il soprano, ma certo moltissime, l'ultima anche pochi minuti prima dell'inizio della prova generale. Tutto questo per ottenere (nelle parole del soprano) che quel duetto "fosse più *discorso* che *cantato*". Verdi aveva più volte sottolineato che il duetto - nella movimentata scena in cui avviene l'uccisione del re Duncano - era uno dei punti cardinali dell'opera. L'altro, non solo secondo Verdi ma per comune parere di critici e pubblico, era nel quarto atto: la sbalorditiva scena del sonnambulismo di una Lady Macbeth ormai psichicamente crollata e prossima alla morte, che tenta invano di rimuovere inesistenti macchie di sangue dalle mani. Per entrambi i casi, le direttive del compositore erano perentorie: «Questi pezzi non si devono assolutamente cantare: bisogna agirli e declamarli con un voce ben cupa e velata: senza di ciò non vi può essere effetto. L'orchestra colla ***sordina***».
Così Verdi intendeva rendere l'esecuzione del proprio lavoro il più possibile vicina a quella del dramma Shakespeariano che glielo aveva ispirato.

Matteo Sansone

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

Ottobre

12 **Cutigliano - San Marcello Pistoiese**
Salite e panorami! **Bus**

17/19 **Raduno FIE in Piemonte**
Tutti a Avigliana **Bus**

25 **Scala Santa (Sovicille SI)**
Sulla Montagnola Senese **Bus**

Novembre

9 **Parco di Monte Sole (Marzabotto - BO)**
Per non dimenticare . . . **Bus**

23 **Sballottata**
Ballotte o bruciate? **Mezzi propri**

Dicembre

7 **Coreglia Antelminelli (Lucca)**
Nel borgo dei Figurinai e dei Presepi **Bus**

21 **Trekking del Pungitopo**
Salutando il 2025 **Mezzi propri**