



Club Alpino Italiano Sez. Livorno APS - ETS

Nando Bastianelli - Lido del Nista
Fondata nel 1888



DOMENICA 03 MAGGIO 2026 ALPI APUANE - MONTE PRANA



Foto archivio Giustino 2024

| | |
|---------------------------------|--|
| DIRETTORE DI ESCURSIONE: | Ciro Spanò - tel. 3896556129 |
| COADIUTORE: | DA DESIGNARE |
| RITROVO/PARTENZA: | Davanti a Decathlon Livorno ore 7.40 |
| MEZZO DI TRASPORTO: | AUTO PROPRIA |
| DIFFICOLTÀ: | E. |
| TEMPO DI PERCORRENZA: | ORE 4.30 SOSTE ESCLUSE |
| DISLIVELLO: | M. 700 IN SALITA E DISCESA |
| LUNGHEZZA: | KM. 11.4 A/R |
| EQUIPAGGIAMENTO: | SCARPONI CON SUOLA SCOLPITA E TOMAIA ALTA, GIACCA A VENTO ABBIGLIAMENTO ADATTO ALLA STAGIONE. |
| PRANZO: | AL SACCO |
| COSTI: | € 42.40 PER AUTO DA SUDDIVIDERE TRA I PARTECIPANTI AUTO. |

NOTE:

Non ci sono fonti per acqua.

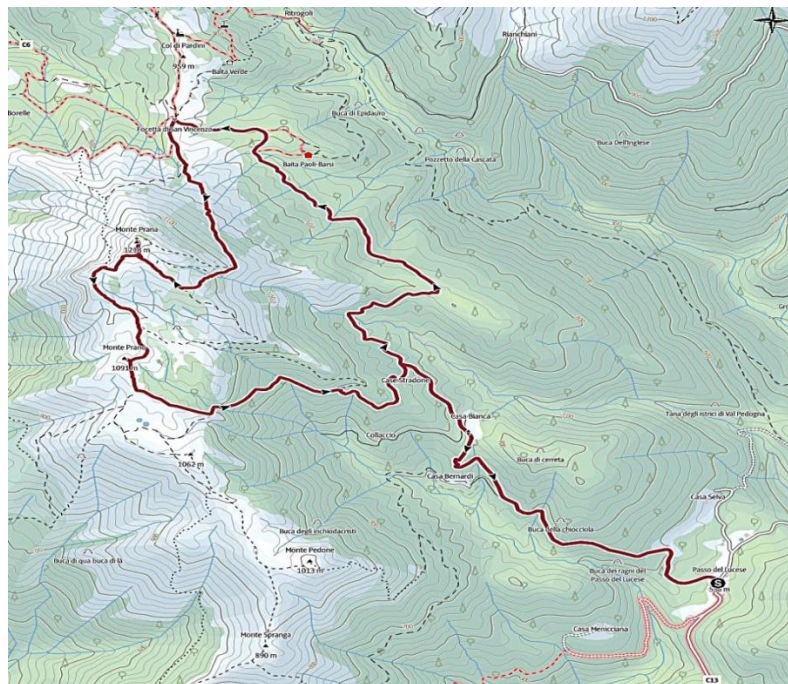
ALLA PARTENZA È NECESSARIO COMPILARE E FIRMARE IL [MODULO DI AUTODICHIARAZIONE COLLETTIVO](#) CHE VI INVITIAMO A LEGGERE PREVENTIVAMENTE.

Itinerario

Questa classica escursione primaverile ci conduce sulla bella e panoramica vetta delle Apuane meridionali. Non mancheranno panorami mozzafiato, fioriture e luoghi toccati tragicamente dalla Linea Gotica. Si lasciano le auto presso il Passo del Lucese m. 560 e ci si incammina e si arriva alla Focetta di San Vincenzo m.912. Il sentiero aggira le pendici del monte e con buona pendenza arriva sulla vetta del Monte Prana m. 1221.

Il panorama abbraccia dall' isola d'Elba alle Alpi Liguri, la piana di Lucca, gli Appennini e le maggiori vette delle Apuane meridionali !

Dalla vetta si scende lungamente per ampia cresta toccando ancora la vetta del M. Prano m. 1091 e ricongiungendosi con il sentiero di andata, ritorna al Passo del Lucese.



Per prenotazioni ed informazioni contattare il Direttore di Escursione.

Il Direttore di escursione si riserva la facoltà di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni meteorologiche o di qualsiasi altra natura, che ne possano impedire lo svolgimento in condizioni di sicurezza o escludere eventuali partecipanti con attrezzatura/abbigliamento inadeguato.

I non soci dovranno comunicare nome, cognome e data di nascita entro il venerdì precedente l'escursione e pagare € 8,40 per ogni giornata di escursione (oppure € 13 con l'estensione "soccorso alpino" se il direttore di escursione ritiene opportuno) quota che comprende la copertura assicurativa CAI. Il pagamento potrà essere effettuato in sede o in alternativa, sempre entro gli stessi termini,

con bonifico bancario inviando la copia della ricevuta via e-mail a segreteria@cailivorno.it e via e-mail oppure whatsapp al direttore di escursione.

Le coordinate bancarie per effettuare il bonifico sono:

INTESTAZIONE: Club Alpino Italiano - Sezione di Livorno

IBAN: IT44N0623013900000040741680

presso la Credit Agricole – Sede di Livorno

Indicare nella causale nome e cognome, la data e il titolo della escursione

Attenzione: Le foto e i video realizzati in occasione delle escursioni sociali potranno essere utilizzate dalla sezione di Livorno per attività promozionale o altri scopi attinenti all'attività del Club anche attraverso il web, salvo espressa dichiarazione contraria del partecipante.

Per tutto quanto non scritto sulla locandina si fa riferimento al regolamento escursioni sociali presente anche in sede in forma cartacea.

[Revisione modello locandina del 27-03-2026]

Questa escursione o ciclo-escursione è stata autorizzata dal Consiglio Direttivo del CAI Livorno in data 24 novembre 2025.
