

Il Monte Amiata

Trimestrale della Sezione del CAI di Siena



Trimestrale della Sezione del Club Alpino Italiano "Umberto Viviani" di Siena - www.caisiena.it - info@caisiena.it - Anno 53 N.1 Gennaio/Marzo 2023

Programma attività 2023

Carissimi,

è sicuramente un piacere aprire la presentazione del programma dell'anno 2023 con la consapevolezza che, ancora una volta, la nostra Sezione è stata capace di concretizzare in pieno i valori del Club Alpino Italiano, proponendo una pluralità di attività, di progetti, di serate culturali e di corsi, che consentiranno a noi Soci di continuare a vivere la bellezza della montagna ed ai nuovi Soci di avvicinarsi al fantastico mondo delle "Terre Alte".

Il programma del corrente anno contiene oltre 100 attività e pone al centro la persona del Socio, nella convinzione che l'attenzione alle persone sia essenziale nella missione di giungere ad una "cultura del Socio" nell'ambito associativo, che si sostanzia in una visione complessiva della vita associativa da parte del Socio stesso, al fine di vivere il presente per costruire il futuro. Le attività in programma sono rappresentative di tutte le nostre peculiarità, dall'alpinismo, all'arrampicata, all'escursionismo, alla speleologia, al ciclo-escursionismo, alla montagna terapia e alle tante iniziative per i Seniores e per i nostri stupendi Aquilotti. Si svolgeranno anche giornate dedicate alla manutenzione dei sentieri, nell'ambito dei progetti intrapresi dalla Sezione sul Monte Amiata, nel Chianti, nei Comuni di Murlo, Sovicille e Monteriggioni, oltre alla rete sentieristica sulla Montagnola Senese.

Nel programma di una Sezione che è capace di guardare lontano, non possono, certamente, mancare le uscite intersezionali, nella convinzione dell'importanza del dialogo tra le Sezioni, non solo per la conoscenza del territorio, ma anche per condividere esperienze al fine della crescita collettiva di questa stupenda realtà che è il Club Alpino Italiano. In quest'ottica, di fondamentale importanza è la collaborazione anche con le amministrazioni locali, con le scuole, con le altre Associazioni e con la Fondazione Musei Senesi, a conferma dell'attenzione che la Sezione ha, da sempre, rivolto al territorio, nella certezza che vi può essere una "cultura della montagna" soltanto partendo dal territorio locale.

Già sapete, poi, dell'intervento di ripristino e di valorizzazione che la Sezione ha effettuato, insieme agli amici del Chiodofisso, sulla falesia di Celsa. Quest'anno abbiamo pensato di mettere in programma, il terzo sabato di ogni mese, un'uscita alla falesia di Celsa, per consentire ai Soci di arrampicare o, comunque, di passare del tempo insieme in un contesto paesaggistico di grande spessore.

Insomma, un programma che rispecchia ciò che noi siamo con il consueto collante che ci contraddistingue, rappresentato dalla condivisione e dal desiderio di stare insieme, grazie al quale la nostra Sezione ha raggiunto il numero di ben 683 Soci.

Vi auguro un felice e sereno anno, sperando di incontrarvi nelle tante iniziative

realizzato con il Patrocinio
di:

FMS
fondazione musei *senesi*

COMUNE DI SIENA



**DONA IL TUO
5 x 1000
alla
Sezione CAI
di Siena
C. F. 80007600523**

Giovanni Rossetti

INFISSIROSSETTI



INFISSI ROSSETTI srl
Str. Prov. Cinigianese 7, km 21+450
Località La Concia - 58044 - Monticello Amiata (GR)
Tel. +39 0564 992906 - Fax +39 0564 992114

www.infissirossetti.com - info@infissirossetti.com

Cod. Fisc. e PIVA Registro Imprese Grosseto 01255030536
Capitale Sociale € 87.240,00 i.v.

pro.digi
qualità in ufficio
www.prodigisrl.it



Impresa Artigiana Edile

ISUFI DRITAN

Sede Legale : Strada di Pescaia n.10 int.1 - SIENA

E-mail : infotani77@gmail.com

Pec infotani@legalmail.it

Tel e fax : 0577 - 550227

Cell.+39.335.8180286

Reg. Albo Artig. N.28731 SDI - MSUXCRI

lavori edili - stradali - ristrutturazioni e movimentazioni

P. IVA.: 00932230527

C.F SFIDTN77H09Z100Y

VENERDÌ 6 GENNAIO**La Befana del CAI T, MTB, Sr, AQ**

ASE Mauro Mozzoni (368 7239646) - AE Lorenzo Franchi (335 7221198)

Camilla Ardinghi (328 9710564)

Tradizionale uscita che vedrà il coinvolgimento di tutti i gruppi della Sezione. La località per festeggiare l'arrivo della Befana con una bella grigliata e con tanti bei doni per gli Aquilotti è da definire. I dettagli dell'iniziativa saranno resi noti con congruo anticipo mediante i consueti mezzi di comunicazione.

VENERDÌ 13 GENNAIO**Primo appuntamento de "I Caminetti Letterari"**

Manola Terzani (339 3619265)

Siamo lieti di invitarvi alla prima serata a tema letterario che ha come sfondo la montagna. Durante questi incontri scopriremo alcuni autori attraverso letture ed aneddoti, per passare insieme alcune ore in questi mesi invernali e regalarci suggestioni magiche. Nella prima serata l'autore al centro della nostra chiacchierata sarà una donna: Amelia B. Edwards. L'iniziativa si svolgerà a Siena, nei locali del CRAL Enti Locali in Via Algero Rosi 6 (zona Viale Toselli), dalle ore 18:00 alle 19:30.

Vi aspettiamo numerosi!

DOMENICA 15 GENNAIO**L'Eremo di Camerata e il Monte Quoio E**

Filomena Petrerà (334 8107525) - AE Gabriele Clementi (320 0265151)

Itinerario nel comune di Monticiano di circa 12 Km con partenza dalla località Fontanelle. Raggiungeremo il torrente Risanguigno, poi il podere Canile, oltre il quale devieremo per l'eremo di Camerata. Dopo la visita all'eremo si torna sui propri passi e si sale verso il Monte Quoio (636 m).

Percorrendo infine circa 4 Km di strada sterrata si torna al punto di partenza.

Apertura iscrizioni: **lunedì 2 gennaio**.

SABATO 21 GENNAIO**Arrampicata alla falesia di Celsa A***Commissione alpinismo*

La Commissione alpinismo propone un appuntamento programmato per il terzo sabato di ogni mese presso la falesia di Celsa (ad eccezione di aprile, quando l'uscita si svolgerà il secondo sabato, e dei mesi di luglio ed agosto, quando non sarà effettuata). È una buona occasione per i neofiti di cimentarsi nelle prime arrampicate e per gli esperti di testare le proprie capacità. Le iscrizioni per questa prima uscita si aprono **lunedì 9 gennaio**.

DOMENICA 22 GENNAIO**Anello del Rigo E, Sr**

ASE Mauro Mozzoni (368 7239646)

Il torrente Rigo nasce nella zona della Miniera nei pressi di Pian del Lago, costeggiando la strada di Montemaggio (da tutti conosciuta come "strada del Ferratore") fino alle Volte Basse, per poi immettersi nel fosso Arnano, in Pian de Mori. Dal parcheggio delle Volte saliremo fino all'Eremo di Lecceto, per poi proseguire in direzione Eremo di San Leonardo al Lago. Da questo

luogo percorreremo un tratto della Via Francigena, incontrando vari siti di interesse storico fino a Casciano alle Masse. Con un breve tratto in salita arriveremo in località "cappellina franata" a Montalbucco, dopodiché passeremo per Fornicchiaia (bel panorama), Certano e Certanino, per fare infine ritorno alle Volte Basse.

Apertura iscrizioni: **lunedì 9 gennaio**.

SABATO 28 GENNAIO

La Grotta Fumante del Monte Maggio MT

Attività di montagna-terapia con l'associazione "Le Bollicine"

SABATO 28 / MARTEDÌ 31 GENNAIO

Sulle nevi della Val di Fassa EAI*

AE Francesco Parigi (392 9581537) - AE Cristiana Cantagalli (333 4497778) - AE Gianpaolo Betti (348 9758797)

Immersi nella suggestiva Val di Fassa, quattro giorni sulla neve da dedicare a tutte le attività invernali: oltre che praticare lo sci alpino, ci sarà la possibilità di ciaspolare nella magnifica Val Duròn ed effettuare sci di fondo nel noto itinerario della Marcia Longa. Soggiorno in mezza pensione presso struttura alberghiera a Moena.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 28 dicembre (12 posti disponibili)**.

SABATO 4 FEBBRAIO

Ciaspolata al Monte Amiata MT

Attività di montagna-terapia con l'associazione "Le Bollicine"



DOMENICA 5 FEBBRAIO**Ciaspolata al Balzo delle Rose EAI***

ANE Francesco Reda (339 1667171) - AE Gabriele Clementi (320 0265151)

Escursione in ambiente innevato nel cuore dell'Appennino Pistoiese verso la vetta del Balzo delle Rose (1741 m). Grazie alla sua posizione centrale, questa montagna permette di spaziare con lo sguardo a 360 gradi su tutta la dorsale appenninica, dal Monte Rondinaio al Monte Giovo, dal Monte Cimone al Libro Aperto fino a Corno alle Scale, Monte Gomito e Alpe Tre Potenze. Cammineremo su un percorso quasi sempre aperto da cui è possibile ammirare tutte le montagne circostanti. Partiremo da Casa Coppi in Val di Luce e seguiremo per un primo tratto la Via Ducale della Foce, che poi lasceremo per salire lungo il versante Nord-Est della montagna. Apertura iscrizioni: **lunedì 16 gennaio (15 posti disponibili).**

DOMENICA 5 FEBBRAIO**Trekking delle buche: gli antichi abitanti della Montagnola Senese E, SP**

Marco Mari (349 4026557) - Valentino Peri (349 2545642)

Il gruppo speleo organizza il consueto trekking nella Montagnola Senese alla scoperta di alcune grotte naturali ed ipogei artificiali, testimoni silenziosi di un passato ricco di fascino.

Apertura iscrizioni: **lunedì 23 gennaio.**

**VENERDÌ 10 FEBBRAIO****Secondo appuntamento de "I Caminetti Letterari"**

Manola Terzani (339 3619265)

Siamo lieti di invitarvi alla seconda serata a tema letterario che ha come sfondo la montagna. Durante questi incontri scopriremo alcuni autori attraverso letture ed aneddoti, per passare

insieme alcune ore in questi mesi invernali e regalarci suggestioni magiche. Nella seconda serata gli autori al centro della nostra chiacchierata saranno George Perkins Marsh e Paolo Ciampi. L'iniziativa si svolgerà a Siena, nei locali del CRAL Enti Locali in Via Algero Rosi 6 (zona Viale Toselli), dalle ore 18:00 alle 19:30. Vi aspettiamo numerosi!

DOMENICA 12 FEBBRAIO

Il lago della Bufalaia e il parco della cinta senese E, Sr
Franco Galigani (333 4347240) - Valentino Atzeni (340 2890095)

Nella prima parte dell'escursione visiteremo la parte bassa delle collinette sopra al bacino di sicurezza dell'Elsa e al lago naturale della Bufalaia (usato per il servizio antincendio). Percorreremo quindi l'anello di Montevasoni, dove è possibile vedere come la natura ha reagito al grande incendio del 2012. Completato il giro, raggiungeremo la località turistica "Bufalaia", dopodiché ci inoltreremo nel grande allevamento all'aperto (100 ettari boscosi) di cinta senese, che si estende nei dintorni di Scorgiano. Qui potremo ammirare un gran numero di animali di varia grandezza e peso che pascolano liberi.

Apertura iscrizioni: **lunedì 30 gennaio.**

DOMENICA 12 FEBBRAIO

Falesia di Ravi A
Filippo Pacini (335 6762949)

La falesia di Ravi, tra le più conosciute e frequentate dagli arrampicatori senesi, si trova sul Monte Calvo, nel comune di Gavorrano: un piccolo gioiello incastonato nel verde della Maremma. Numerose le vie, con ottima chiodatura e su roccia di buona qualità.

Apertura iscrizioni: **lunedì 30 gennaio.**

SABATO 18 FEBBRAIO

Arrampicata alla falesia di Celsa A
Commissione alpinismo

Apertura iscrizioni: **lunedì 6 febbraio.**

SABATO 18 / DOMENICA 19 FEBBRAIO

Appennino Umbro-Marchigiano: con le ciaspole sui monti Cucco e Catria EAI*
AE Lorenzo Franchi (335 7221198) - AE Gianpaolo Betti (348 9758797) - AE Cristiana Cantagalli (333 4497778)

Il Monte Catria (1701 m) e il Monte Cucco (1566 m) rappresentano un importante complesso montuoso dell'Appennino Umbro-Marchigiano. Le due montagne sono costituite prevalentemente da roccia calcarea, che sul Cucco ha permesso la formazione di una tra le grotte più grandi e profonde dell'Italia centrale (929 m di profondità). Le escursioni che effettueremo hanno entrambe un dislivello di circa 300 m con arrivo sulle rispettive vette e rientro dal percorso di salita. Il panorama a perdita d'occhio spazia a 360° sul versante tirrenico e adriatico e con un po' di fortuna potremo godere di un'ampia visione su buona parte dell'Italia centro meridionale. Pernottamento in albergo e spostamento con mezzi propri.

Apertura iscrizioni: **lunedì 9 gennaio (25 posti disponibili).**

DOMENICA 26 FEBBRAIO**Anello di San Sano E, Sr**

ASE Mauro Mozzoni (368 7239646)

Dal piccolo borgo di San Sano, posto nel cuore del Chianti Classico, saliremo all'antico borgo di Ama (m 502), che sorge in un'area di grande antichità d'insediamento, come testimoniano l'archeologia e la toponomastica. Da Ama raggiungeremo Poggio San Polo e da qui San Polo in Rosso, pieve fortificata risalente all'XI secolo costituita da una grande chiesa a tre navate, incorporata in una grossa costruzione castellana di forma quadrangolare. Questo territorio fu a lungo conteso fra le repubbliche di Siena e Firenze. Attraverso boschi e vigneti rientreremo infine al punto di partenza.

Apertura iscrizioni: **lunedì 13 febbraio.**

**DOMENICA 26 FEBBRAIO****Ciaspolata degli Aquilotti all'Amiata EAI, AQ**

AAG Luca Vigni (338 7374138) - Simone Angelini (339 7509206)

Uscita tradizionale ma da concertare in relazione al meteo e alle condizioni di innevamento. I percorsi nella nostra montagna sono molteplici ed accattivanti. Se ci sarà materia bianca avremo di che divertirci. Ciaspole disponibili in sezione, alle condizioni stabilite e fino ad esaurimento. Qualora non fosse possibile la ciaspolata per cause nivologiche, l'alternativa lungo la Francigena è già pronta!

Apertura iscrizioni: **lunedì 6 febbraio.** Chiusura iscrizioni: **lunedì 13 febbraio.**



VENERDÌ 3 MARZO**Terzo appuntamento de "I Caminetti Letterari"****Manola Terzani (339 3619265)**

Siamo lieti di invitarvi alla terza serata a tema letterario che ha come sfondo la montagna. Durante questi incontri scopriremo alcuni autori attraverso letture ed aneddoti, per passare insieme alcune ore in questi mesi invernali e regalarci suggestioni magiche. Chiuderemo in bellezza con un grande alpinista conosciuto da tutti, ma al tempo stesso molto enigmatico: Reinhold Messner. L'iniziativa si svolgerà a Siena, nei locali del CRAL Enti Locali in Via Algero Rosi 6 (zona Viale Toselli), dalle ore 18:00 alle 19:30. Vi aspettiamo numerosi!

DOMENICA 5 MARZO**Alla scoperta dei Canaloni del Farma E, AQ****Camilla Ardinghi (328 9710564) - Fiamma Peccianti (338 3851067)**

Il GIR (Geosito di Interesse Regionale) "i canaloni del Fiume Farma" è situato nel Geoparco delle Colline Metallifere Grossetane, tra Monticiano e Roccastrada. Si tratta di un luogo magico che si presenta all'improvviso allo sguardo: dal verde della vegetazione si passa ad un ambiente spoglio, lunare, dove grandi ed estese formazioni di rocce a grandi bancate successive occupano l'alveo del fiume, dando vita a numerose cascatelle. Raggiungeremo i Canaloni dalla frazione di Torniella, seguendo un facile sentiero di circa 3 Km. L'itinerario di ritorno si sviluppa lungo il corso del fiume.

Apertura iscrizioni: **lunedì 20 febbraio.**



VENERDÌ 10 MARZO**Assemblea sezionale dei Soci****SABATO 11 MARZO****Il Sabato dell'Aquilotto: l'Acqua Borra e il Cippo di Monteaperti T, AQ
Mauro Bracalente (339 1072399)**

Facile camminata pomeridiana che, partendo dal posteggio dell'Acqua Borra, ci condurrà al caratteristico colle ornato da cipressi dove è stata edificata la famosa piramide in memoria della battaglia del 4 settembre 1260 tra Senesi e Fiorentini.

Apertura iscrizioni: **lunedì 27 febbraio.**

DOMENICA 12 MARZO**Falesia Masso del Becco al Santuario della Pietrina (Iano) A
Andrea Taddei (335 8025438)**

I contrafforti di conglomerato (verrucano) della falesia Masso del Becco sorgono inaspettamente dal dolce paesaggio collinare toscano. La falesia si trova nei pressi di Iano, nel comune di Montaione (FI). La roccia, pur essendo un conglomerato, è di buona qualità. L'esposizione a sud-ovest e la bassa quota ne fanno una meta prettamente invernale. I gradi abordabili contribuiscono a renderla molto frequentata nei fine settimana. Oltre alla parte con le vie più note, esiste un piccolo settore in alto che non viene frequentato per la mancanza di un comodo sentiero di accesso.

Apertura iscrizioni: **lunedì 27 febbraio.**



DOMENICA 12 MARZO

Asciano e il Museo Amos Cassioli: forme e sogni di argilla e colore T, Sr, AQ
In collaborazione con Fondazione Musei Senesi

Torniamo anche quest'anno presso la spettacolare area delle Crete Senesi. L'escursione panoramica tra strade bianche, distese di argilla e casolari isolati avrà come punto di riferimento Asciano. Il borgo di origini etrusche, incantevolmente incastonato nel paesaggio circostante, ospita l'affascinante Museo Cassioli. Sarà qui che al termine del nostro hiking avremo modo di conoscere i protagonisti dell'Accademia di Belle Arti di Siena, sorta nel XIX secolo, e soprattutto Amos Cassioli, eccellente ritrattista.

Apertura iscrizioni: **lunedì 27 febbraio.**

SABATO 18 MARZO

Arrampicata alla falesia di Celsa A
Commissione alpinismo

Apertura iscrizioni: **lunedì 6 marzo.**

DOMENICA 19 MARZO

Olena, Cortine e la Via Romea Sanese E
AE Claudio Lucietto (338 9804694) - Roberto Callaioli (339 6773419)

Escursione nelle campagne chiantigiane fra i paesi di Castellina in Chianti e San Donato in Poggio, dove vigneti e oliveti contendono terreno al bosco. L'itinerario inizia dalla S.P. 101 e si dirige verso il piccolo centro di Olena, frazione di Barberino-Tavarnelle, in un'atmosfera antica e di grande suggestione paesaggistica. La pieve ed alcuni edifici semidiroccati sono i muti testimoni di un mondo rurale che non esiste più. Da Olena proseguiremo attraverso i boschi per raggiungere il borgo di Cortine, un grappolo di case in pietra con al centro la splendida casa-torre del Chito, eretta a scopo difensivo in epoca medievale. Per il ritorno seguiremo il tracciato della Via Romea Sanese, famoso itinerario di lunga percorrenza che unisce Firenze a Siena, passando per il minuscolo borgo di Ricavo, immerso nel verde e sapientemente ristrutturato.

Apertura iscrizioni: **lunedì 6 marzo.**

SABATO 25 MARZO

Giornata mondiale dell'acqua

DOMENICA 26 MARZO

Puliamo la Montagnola TAM
In collaborazione con Legambiente, WWF e AGESCI
Riccardo Ciofi (349 3988293)

Nona edizione della camminata ecologica, organizzata in collaborazione con il Circolo di Siena di Legambiente, WWF e AGESCI, alla riscoperta di una zona della Montagnola senese.

DOMENICA 2 APRILE**Riserve naturali di Pietraporciana e Lucciola Bella MTB****AC Antonio Burroni (338 3061283) - Cristina Becherucci (347 5980576)**

La Riserva Naturale di Pietraporciana è stata istituita nel 1996 su un territorio di circa 341 ettari a cavallo tra la Val d'Orcia e la Valdichiana, tra i comuni di Chianciano Terme e Sarteano. Dal punto di vista ambientale è notevole la faggeta, che si sviluppa tra i 720 e gli 850 metri di quota; a poca distanza dal Centro Visite si possono osservare maestosi esemplari secolari. La partenza in MTB è prevista dal parcheggio di Lucciola Bella, da dove, attraversando l'omonima Riserva Naturale, saliremo al valico della Foce. Superato il crinale scenderemo alle biancane, le famose piccole colline rotondeggianti di creta. Le mete successive saranno Castiglioncello sul Trinoro, Pietraporciana ed infine Sarteano, da dove rientreremo al punto di partenza.

Apertura iscrizioni: **lunedì 20 marzo.**

DOMENICA 2 APRILE**Riserva di Pietraporciana, tra natura e memoria E, AQ****Carla Del Brenna (328 9767515) - Monica Folchi (338 4259104)**

La Riserva Naturale di Pietraporciana è una zona di notevole interesse storico, ambientale e culturale. Dal parcheggio della Foce, passando per la località Fornace, raggiungeremo il suggestivo borgo di Castiglioncello del Trinoro, per poi proseguire su sentiero fino al Poggio di Pietraporciana. Qui si trova il podere, oggi sede del centro visite della Riserva, che durante la seconda guerra mondiale fu messo a disposizione dai marchesi Origo come base per un gruppo di partigiani operanti sul territorio, la formazione Mencattelli. Dal dopoguerra il podere di Pietraporciana è diventato un luogo di memoria condivisa. Per la visita al centro ci ricongiungeremo ai soci partecipanti all'uscita MTB.

Apertura iscrizioni: **lunedì 20 marzo.**

VENERDÌ 14 / DOMENICA 16 APRILE**Sui sentieri elbani in MTB ****Intersezionale con la Sezione di Livorno***AC Antonio Burroni (338 3061283) - ANC Massimo Tuccoli (336 711487)**

A distanza di quattro anni dal raduno regionale di ciclo-escursionismo all'Isola d'Elba, torniamo sui bellissimi sentieri della nostra bellissima isola. Il primo giorno percorreremo le Vie del Granito, con panorami mozzafiato e con discese impegnative tra le cave di granito in un luogo magico che ha fatto la storia dell'Elba. Il secondo giorno pedaleremo attorno al Monte Calamita seguendo i sentieri e le mulattiere dei vecchi minatori, su un percorso semplice e alla portata di tutti; l'area sud-orientale dell'isola è una miniera a cielo aperto, con eccezionali sentieri per MTB tra il rosso e il nero della magnetite e il blu del mare.

Apertura iscrizioni: **lunedì 13 marzo.**

SABATO 15 APRILE**Arrampicata alla falesia di Celsa A***Commissione alpinismo*

Apertura iscrizioni: **mercoledì 5 aprile.**



DOMENICA 16 APRILE

Val d'Orcia: l'anello di Pienza E, AQ*

AE Cristiana Cantagalli (333 4497778) - AE Francesco Parigi (392 9581537)

La Val d'Orcia non ha bisogno di presentazioni: è uno degli ambienti più suggestivi della nostra provincia, Patrimonio UNESCO dal 2004, quale mirabile esempio di rapporto armonioso tra presenza umana e natura. Oltre ad aver affascinato celebri scrittori come Dickens o De Sade, che hanno celebrato la Val d'Orcia nei loro racconti, anche Pio II, nei suoi Commentari, ne ha fornito una minuziosa descrizione. È stata inoltre d'ispirazione anche per molti set cinematografici e pubblicitari: attraverseremo i Campi Elisi de "Il Gladiatore" di Ridley Scott. L'escursione si svolge nel periodo in cui è possibile godere a pieno dei suggestivi paesaggi e si snoderà lungo un itinerario ad anello di media lunghezza: 14 Km, prevalentemente su carrareccia e adatto a tutti gli escursionisti, purché allenati, con partenza e arrivo dalla pieve di Corsignano a Pienza. Apertura iscrizioni: **lunedì 6 marzo (30 posti disponibili)**.

SABATO 22 / DOMENICA 23 APRILE

Arrampicata alla Pietra di Bismantova A

QSS Marco Bianchi (339 1024925)

La Pietra di Bismantova è una caratteristica formazione geologica dell'Appennino reggiano, nel comune di Castelnuovo ne' Monti, paese che sorge alle sue falde, e si presenta come uno stretto altopiano dalle pareti scoscese che si staglia isolato in mezzo alle montagne appenniniche. Essa può considerarsi la più interessante e completa palestra di roccia di tutta l'Emilia Romagna. Sulla sua arenaria si misurano ogni giorno arrampicatori di tutte le generazioni. La Pietra, infatti, offre diversi settori di arrampicata sportiva e bouldering, nonché numerose vie lunghe, classiche e moderne, di ogni livello di difficoltà.

Apertura iscrizioni: **lunedì 20 marzo**.

DOMENICA 23 APRILE

Populonia e la Via dei Cavalleggeri T, E, Sr, AQ, P, TAM*

AE Lorenzo Franchi (335 7221198) - Manola Terzani (339 3619265)

La Via dei Cavalleggeri rappresenta un pezzo di grande storia, una strada nata per proteggere il territorio dai pericoli che venivano dal mare: pirati e corsari, malattie e contrabbando. Difatti, a partire dal XVII secolo, alle torri di sorveglianza presenti lungo la costa furono affiancate



anche postazioni di alloggio e ricovero per il "Corpo dei Cavalleggeri", addetto alla vigilanza costiera. L'uscita è adatta a tutti, in quanto, una volta giunti col pullman al Golfo di Baratti, ci divideremo in due gruppi. Il primo gruppo percorrerà una parte della Via dei Cavalleggeri salendo poi all'Acropoli; il secondo gruppo farà un giro più leggero con una facile escursione intorno al Golfo, dopodiché salirà in bus al paese di Populonia, dove potrà visitare la Rocca. I due gruppi si ritroveranno poi all'Acropoli per la visita all'area archeologica, ove sono stati aperti al pubblico nuovi interessanti settori di scavo.

Apertura iscrizioni: **lunedì 27 marzo**.

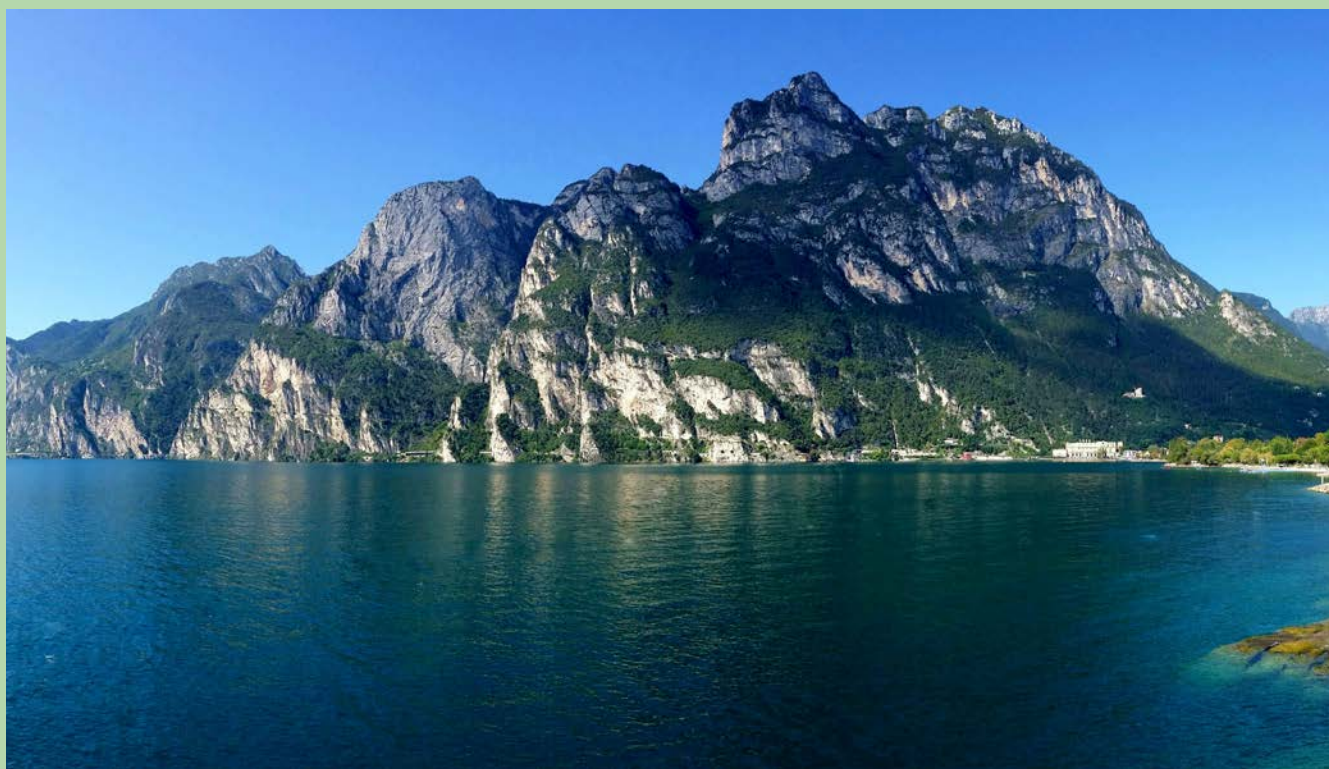
VENERDÌ 28 APRILE / MARTEDÌ 2 MAGGIO

La Via degli Dei... in rosa EE*

Sabrina Bacchini (347 6641262) - Carla Del Brenna (328 9767515) - Monica Folchi (338 4259104) - Claudia Magrini (338 6241379)

La "Via degli Dei" è un itinerario che collega Piazza Maggiore a Bologna con Piazza della Signoria a Firenze: 130 chilometri in mezzo alla natura e alla storia dell'Appennino Tosco-Emiliano. Il percorso attraversa la "Riserva naturale del contrafforte pliocenico" e segue in parte il tracciato dell'antica Via Flaminia Militare. Non si tratta di un pellegrinaggio religioso, anche se il percorso tocca alcuni monti intitolati ad antiche divinità. Pur non presentando particolari difficoltà tecniche, il trekking è da considerarsi di media difficoltà ed impegnativo in alcuni tratti appenninici. L'uscita ha uno sviluppo totale di 130 Km diviso in 5 tappe, con dislivelli giornalieri a volte anche importanti. Come recita il titolo, la partecipazione è riservata alle sole socie.

Apertura iscrizioni: **venerdì 10 febbraio**. Chiusura iscrizioni: **mercoledì 15 marzo (15 posti disponibili)**.



SABATO 29 APRILE / LUNEDÌ 1 MAGGIO

Punti di vista del Garda: a pelo d'acqua e su via ferrata T, EEA, AQ, AG*
 Fiamma Peccianti (338 3851067) - Simone Angelini (339 7509206)

Uscita di tre giorni per gli Aquilotti al Lago di Garda. Visiteremo il bellissimo ed eccentrico Vittoriale degli Italiani, incredibile dimora di D'Annunzio. Seguiranno le prime emozioni in facile via ferrata o sentiero attrezzato (via ferrata Susatti a Cima Capi, sentiero attrezzato Foletti, sentiero attrezzato Mora Pellegrini). L'ultima escursione ci porterà da Bardolino fin sulla cima del Monte Moscal, da dove si apre una vista mozzafiato sul lago e sulle montagne che lo attorniano.

Apertura iscrizioni: **lunedì 13 marzo.**

DOMENICA 30 APRILE

Le Cornate di Gerfalco E

Salvatore Varca (335 577 7714) - Gabriele Papi (333 819 5358)

Escursione discretamente impegnativa ma decisamente appagante, che si sviluppa secondo un itinerario ad anello che, in parte, si inserisce nella Riserva Naturale delle Cornate e Fosini. L'anello ha la sua base nel piccolo borgo di Gerfalco e culmina sulla sommità delle Cornate (1060 m), dalla quale si apre un magnifico panorama sulla costa tirrenica (Piombino, golfo di Follonica, Punta Ala, promontorio dell'Argentario), sulle isole dell'Arcipelago Toscano e sull'entroterra, fino ad arrivare (a nord-est) alla città di Siena e ai monti del Chianti.

Apertura iscrizioni: **lunedì 17 aprile.**

LUNEDÌ 1 MAGGIO**Il Primo Maggio del CAI T, MTB, Sr, AQ**

AE Giacomo Gambini (340 8304233) - ANE Francesco Reda (339 1667171) - AE Lorenzo Franchi (335 7221198) - AC Antonio Burroni (338 3061283)

Come negli anni passati, il programma prevede il coinvolgimento di tutti i gruppi della Sezione. La località dove si svolgerà la tradizionale passeggiata mattutina e il successivo pranzo con baccelli e formaggio è da definire. I dettagli dell'iniziativa saranno resi noti con congruo anticipo mediante i consueti mezzi di comunicazione.

VENERDÌ 5 MAGGIO**Passeggiata al chiaro di luna al Poggio ai Frati MT**

Attività di montagna-terapia nel progetto "Spazio DirSi"

DOMENICA 7 MAGGIO**La Riserva Naturale Statale di Palazzo, in Val di Cecina E, AQ, TAM**

AE Cristiana Cantagalli (333 4497778) - ASE Barbara Anselmi (339 3855427)

Escursione organizzata in collaborazione con il WWF Siena e dedicata alla conoscenza degli ecosistemi protetti meno conosciuti della zona senese: le Riserve dello Stato. Come l'anno scorso, ci guideranno i Carabinieri forestali del Reparto Biodiversità di Siena, gestori della Riserva Naturale Statale di Palazzo, nel comprensorio delle Colline Metallifere, poco distante dalla zona geotermica delle Galleraie. Quest'anno abbiamo scelto questa Riserva Naturale perché nei suoi 282 ettari, a quote comprese tra 200 e 500 m, ci permetterà di attraversare una grande varietà di ambienti, dai boschi di cerro a quelli di leccio, alle garighe sulle ofioliti, fino ai boschi ripari di salici e ontani lungo il fiume Cecina, interrotti da estese superfici a prato destinate in passato all'allevamento di razze bovine a rischio come la Chianina e attualmente lasciate al pascolo dei cavalli protagonisti del Palio "in pensione".

Apertura iscrizioni: **lunedì 17 aprile**.

SABATO 13 MAGGIO**Il Sabato dell'Aquilotto: le Biancane di Leonina T, AQ**

Mauro Bracalente (339 1072399) - Fiamma Peccianti (338 3851067)



Il geo-sito delle Biancane di Leonina, inserito nel contesto più ampio del paesaggio delle Crete Senesi, è uno dei paesaggi più sorprendenti della Toscana. Ne ripercorreremo la storia e le origini con un vero e proprio geo-trekking, che ci condurrà fino al Sito Transitorio, una monumentale finestra in pietra realizzata nel 1993 dall'artista francese Jean Paul Philippe. Con un entusiasmante percorso proseguiremo poi verso il piccolo e grazioso borgo rurale di Mucigliani, che offre una spettacolare vista sulle Crete Senesi, sulle Biancane e su Siena.
Apertura iscrizioni: **venerdì 5 maggio**.

SABATO 13 / DOMENICA 14 MAGGIO

Giornate delle Apuane: salviamo le nostre montagne!

Sulla Pania della Croce, la regina delle Apuane EE, TAM

GR Toscana e Otto escursionismo Toscana - ANE Massimo Vegni (3475222852) - AE Giacomo Gambini (340 8304233) - AE Riccardo Soldati (347 3319939)

La Regina delle Apuane era già nota ai grandi letterati del passato. Scriveva, infatti, Dante che "...che se Tambernichchi vi fosse su caduto, o Pietrapana, non avria pur dall'orlo fatto cricchi". Con i suoi 1859 metri la Pania della Croce è la quarta cima più alta delle Apuane ed è situata nel territorio di tre Comuni della provincia di Lucca: Stazzema, Molazzana e Vergemoli. Dalla vetta il panorama è grandioso e spazia dall'Appennino settentrionale al mare. Accederemo alla Pania da Levigliani seguendo la via di cava. Salite le ripide "Voltoline", raggiungeremo il Passo dell'Alpino (m 1080), con affaccio sulle Apuane meridionali, incontrando poi numerose segnalazioni di postazioni della Linea Gotica.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 5 aprile**.



DOMENICA 14 MAGGIO

Casole d'Elsa: arte dentro, arte fuori T, Sr, AQ

In collaborazione con Fondazione Musei Senesi

Arte e natura sono i fiori all'occhiello di Casole d'Elsa, borgo vivo ed autentico, sorto in un territorio abitato sin dal Neolitico. La nostra giornata comincerà la mattina con la consueta escursione che da Quartaia toccherà la necropoli etrusca di Dometeia e Badia a Coneo, uno dei più antichi monasteri vallombrosani. Continueremo il nostro cammino nel mondo etrusco spostandoci a Casole d'Elsa. Qui visiteremo il Museo Civico, per poi concludere il nostro tempo insieme tra le opere pittoriche degli artisti senesi dal XVI secolo in poi, raccolte nel Museo della Collegiata.

Apertura iscrizioni: **venerdì 5 maggio**.

DOMENICA 14 MAGGIO**San Galgano e la Spada nella Rocca in MTB***Intersezionale con la Sezione di Valdarno Superiore***AC Antonio Burroni (338 3061283) - AC Massimo Bellacci (334 1368846)**

Escursione in mountain bike che consentirà di far conoscere ai nostri amici del Valdarno Superiore la Riserva Naturale Alto Merse, area naturale protetta che si estende nella parte sud-occidentale della provincia di Siena. Andremo alla scoperta di questo territorio ricco di leggende, circoscritto da alte colline, predominio di boschi che si alternano a zone agricole e a borghi medievali. Attraverseremo zone di particolare interesse e di grande attrazione per il visitatore, come l'Abbazia di San Galgano, storicamente e architettonicamente uno degli edifici religiosi più importanti del Senese, e l'Eremo di Montesiepi, al cui interno si può ammirare la spada nella roccia.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 26 aprile.****DOMENICA 14 MAGGIO****Falesia Tre Punte (Pratomagno) A****Monica Folchi (338 4259104) - Isabelle Frouin (340 4237220)**

Storica falesia del Pratomagno, ottimamente attrezzata e gestita dagli amici del CAI di Arezzo. Negli ultimi anni è stata ampliata, arrivando così ad ospitare circa 40 vie. Esposta a sud, riparata dai venti freddi, la falesia Tre Punte non è da sottovalutare per via della rotondità degli appigli, a prima vista molto belli. Arenaria non sempre intuibile, per lo più su placca, con passaggi in aderenza e con uno sviluppo massimo delle vie di 15-18 metri.

Apertura iscrizioni: **venerdì 5 maggio.****SABATO 20 MAGGIO****Arrampicata alla falesia di Celsa A***Commissione alpinismo*Apertura iscrizioni: **lunedì 8 maggio.****SABATO 20 / DOMENICA 21 MAGGIO****I giardini di Ninfa e il promontorio del Circeo T, E, EE, P, TAM *****Manola Terzani (339 3619265) - Carla Del Brenna (328 9767515)**

Piacevole uscita di due giorni a carattere escursionistico e archeologico. Il primo giorno visiteremo i Giardini di Ninfa e le rovine dell'antica Norba, dopodiché ci sposteremo a San Felice Circeo per la cena e il pernottamento. Il secondo giorno ci avventureremo alla scoperta dei sentieri che si snodano sul promontorio del Circeo, dove potremo godere di panorami mozzafiato e scegliere i percorsi più adatti ai partecipanti, dividendoci in gruppi.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 29 marzo.****DOMENICA 21 MAGGIO****Pipistrellotti alla Buca ai Frati SP, AQ****Giacomo Aurigi (347 1829076) - Grazia Trotta (348 1582835)**

Escursione speleologica facile in una grotta classica e molto nota della Montagnola Senese.

Finalmente i piccoli Pipistrellotti potranno cimentarsi con la speleologia "vera" fatta di corde, caschetti, imbraghi ed un po' di verticalità. Pranzo "al sacco", con possibilità di fare la brace. Per i minori di 16 anni è richiesta la presenza di un adulto accompagnatore. Attrezzature disponibili per piccoli e grandi.

Apertura iscrizioni: **lunedì 8 maggio**.

SABATO 27 MAGGIO

Discesa del Rigotaglio AQ, AG*

AAG Luca Vigni (338 7374138) - Simone Angelini (339 7509206)

A grande richiesta riproponiamo la discesa del fosso Rigotaglio, avventura selvaggia a pochi chilometri da casa. Discendere la forra calcarea lungo il tracciato del torrente è un'esperienza davvero unica. Sono 100 metri di dislivello in un ambiente talora surreale e magico. Adatto a chi ha esperienza alpinistica, trattandosi di numerose fasi di discesa in corda doppia.

Apertura iscrizioni: **lunedì 8 maggio**.

Chiusura iscrizioni: **lunedì 22 maggio (12 posti disponibili)**.

DOMENICA 28 MAGGIO

Giornata del Sentiero

Commissione Sentieri

SABATO 27 / DOMENICA 28 MAGGIO

Anello del Monte Amiata EE*

ANE Massimo Vegni (347 5222852) - AE Giacomo Gambini (340 8304233)

Quale modo migliore di esplorare il Monte Amiata se non quello di percorrere il periplo? Un'escursione di due giorni che ci porterà a percorrere integralmente l'itinerario ad anello di circa 29 chilometri che si snoda fra i 1000 ed i 1300 metri di altitudine fra boschi di faggio, castagno, abete e cerro caratterizzati da massi trachitici dalle bizzarre forme. Lungo il percorso tanti saranno i punti caratteristici che incontreremo: foreste incantate e scorci panoramici, vecchi manufatti e luoghi ancora incontaminati e selvaggi, sorgenti e poderi di montagna. Un'esperienza che ci porterà a conoscere la storia, le bellezze, le tradizioni e la cultura millenaria della Montagna Madre.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 19 aprile**.

DOMENICA 28 MAGGIO

Tra vapori e... sapori, V^a edizione MTB

AAG Luca Vigni (338 7374138) - Lanfranco Querci (339 8744448)

Anche quest'anno viene riproposta un'uscita in mountain bike nei dintorni di Travale. Durante il percorso sarà necessario guardare il torrente Cecina, compatibilmente allo stato di secca o piena del torrente, sicuramente più e più volte! Ci aspettano scenari da favola ed ambiente suggestivo attorno alle centrali geotermiche. Come di consueto, a fine escursione dedicheremo un po' di tempo alla ricerca dei sapori genuini di una volta. Necessaria MTB preferibilmente biammortizzata, con ruote tassellate; sono inoltre richieste una sufficiente preparazione e voglia di divertirsi.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 10 maggio**. Chiusura iscrizioni: **mercoledì 24 maggio**.

VENERDÌ 2 / DOMENICA 4 GIUGNO**I Laghi del Salto e del Turano T, E, Sr, P***

ASE Mauro Mozzoni (368 7239646) - Giuliano Conticelli (335 6778071) - Giovanna Nencioni (329 2017687)

I laghi del Salto e del Turano sono due bacini artificiali in provincia di Rieti, al confine tra il Lazio e l'Abruzzo, realizzati per alimentare la centrale idroelettrica di Cotilia, costruita nel 1942 per le acciaierie di Terni. Il "Parco Regionale del Monte Navegna e Monte Cervia" (istituito nel 1988), una catena montuosa che raggiunge nel Monte Navegna i 1508 m, offre paesaggi incantevoli, poco conosciuti, tra i più belli della regione, in mezzo ad una natura incontaminata e impreziosita da boschi secolari e dal profumo dei fiori. Luoghi ricchi di storia e misticismo, come la Rocca Sinibalda (Monumento Nazionale dal 1928) – trasformata nel 1530 in fortezza inaccessibile dall'architetto Baldassarre Peruzzi –, Rocca Cenci a Petrella Salto, di cui rimangono solo i resti del castello, legata alla storia di Beatrice Cenci, la grotta di Santa Filippa Mareri, fondatrice dell'ordine monastico delle Clarisse, e splendidi borghi come Castel di Tora.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 12 aprile.**

VENERDÌ 2 / DOMENICA 4 GIUGNO**Trekking delle fioriture nei Monti Sibillini E, AQ***

Camilla Ardinghi (328 9710564) - Fiamma Peccianti (338 3851067)

Tra la fine di maggio e la metà di luglio, l'altopiano di Castelluccio è testimone di un evento spettacolare e di particolare rilevanza: la fioritura. Per diverse settimane la monotonia cromatica del pascolo viene spezzata da un mosaico di colori, con variazioni di toni che vanno dal giallo ocra al rosso. Con i nostri Aquilotti attraverseremo la piana fiorita lungo un facile sentiero che ci condurrà fino al valico di Forca di Presta. Il giorno successivo percorreremo un tratto del sentiero che conduce sul Monte Vettore (2476 m), la cima più elevata dei Monti Sibillini. Pernottamento in rifugio o struttura gestita.

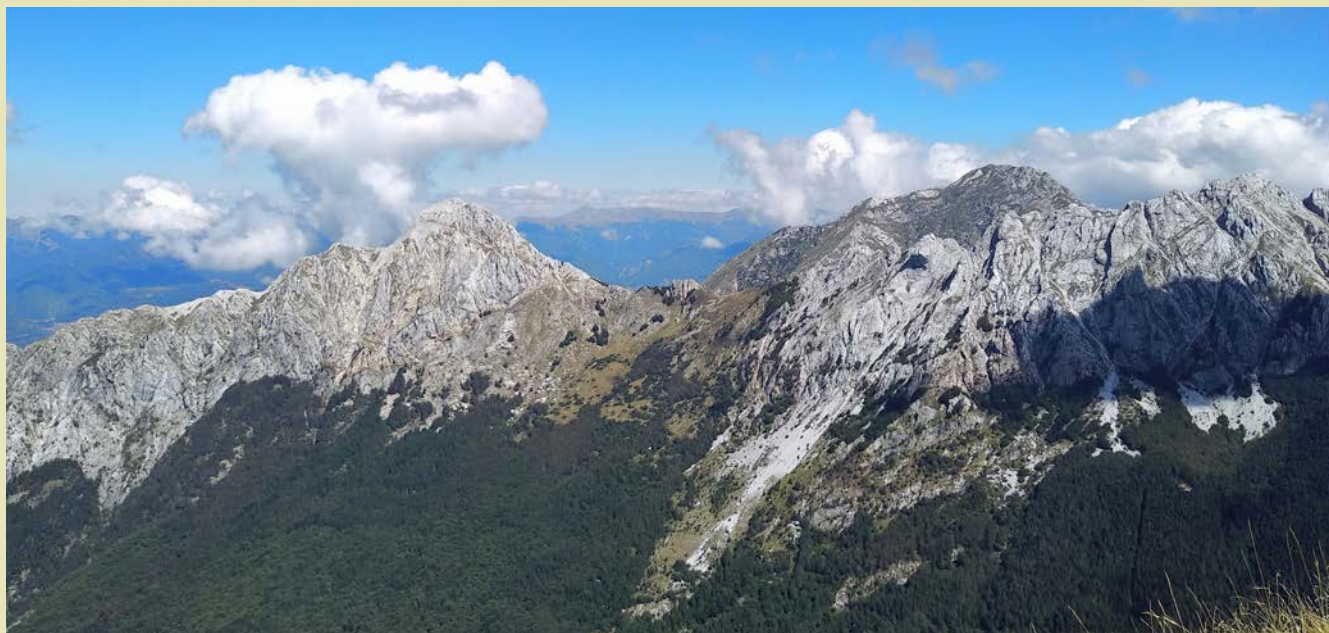
Apertura iscrizioni: **mercoledì 12 aprile.**

DOMENICA 4 / LUNEDÌ 5 GIUGNO**Il cammino fra i tramonti e le albe: notturna al Corno alle Scale con luna piena EE***

AE Stefano Carli (338 4285236)

Due tramonti e due albe. Caratteristica escursione notturna fra un tramonto solare e un'alba lunare, per ammirare il successivo tramonto lunare e alba solare dai 1945 metri del Corno alle Scale, la principale cima dell'Appennino bolognese. Affronteremo l'ascesa dal versante toscano partendo da Piano di Pratarsi o Casetta Pulledrari nel tardo pomeriggio, per giungere al tramonto del sole sul Poggio dei Malandrini, nei pressi del Rifugio Montanaro. Dislivello di 800 metri con circa 10 ore di tempo di percorrenza, soste incluse. Iniziativa a numero limitato che sarà confermata solo con condizioni meteo ottimali. Maggiori dettagli saranno resi noti al momento di apertura delle iscrizioni.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 10 maggio.**



VENERDÌ 9 / DOMENICA 11 GIUGNO

Fra il Cervino Apuano e la Bella Addormentata: tour delle Apuane settentrionali EE*
Riccardo Ciofi (349 3988293) - Pietro Brunelli (380 6830247)

Itinerario di due giorni alla scoperta della più settentrionale e spettacolare vallata apuanica: Orto di Donna, da alcuni definita, in realtà non puntualmente, Val Serenaia. Proprio sulla sinistra orografica del Serchio di Gramolazzo, in quella che fu una imponente valle glaciale, sorgono alcune delle cime rocciose che hanno reso maggiormente celebri le Alpi Apuane: Il Pizzo d'Uccello (1781 m), noto come il Cervino Apuano (G. Dalgas, 1877), la cui parete nord è la più estesa e verticale della catena apuanica, e il Monte Grondilice (1808 m), la cui cresta nord-ovest, proseguendo con cresta Garnerone verso Foce di Giovo, va a disegnare la sagoma di una bella addormentata. Due escursioni ad anello con base al Rifugio G. Donegani alla volta di due vette uniche. Partenza da Siena nel pomeriggio di venerdì 9 giugno.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 26 aprile.**

DOMENICA 11 GIUGNO

La tana che urla SP

QSS Marco Bianchi (339 1024925) - Alice Buccero (339 2559496) - Cristina Costa (328 6512647)

«...Perché, accostando l'orecchio alla bocca della medesima, s'ode sempre un certo oscuro strepito, o lontano rimbombo, a guisa d'uomo che colà gridi ed urla...». Così Antonio Vallisneri, caposcuola dell'idrogeologia moderna, battezza una delle grotte più visitate della Garfagnana per il rombo dell'acqua che sgorga e fluisce in cascate al suo interno, andando poi ad alimentare il torrente Turrite. La Tana che Urla è una cavità carsica che si apre ai piedi del Monte Forato, a 615 m di quota, poco sopra l'abitato di Fornovolasco. Il costante ed incessante lavoro dell'acqua ha disciolto i "grezzoni", creando una galleria freatica pressoché orizzontale di 400 m di lunghezza, con un dislivello positivo rispetto all'ingresso di 48 m. Risaliremo lungo il naturale corso dell'acqua, fino a giungere al lago sifone, attraversabile solo con tecniche speleo-subacquee. Per partecipare all'uscita non è necessario aver frequentato corsi di speleologia, ma è assolutamente imprescindibile sapersi muovere in ambiente impervio ed essere a proprio agio in grotta. Tempo di percorrenza 4-5 ore.

Apertura iscrizioni: **lunedì 29 maggio.**

DOMENICA 11 GIUGNO**Falesia del Catarcione (Monte Amiata) A**

Andrea Rinaldi (333 7816043)

La falesia del Catarcione (Monte Amiata) è divenuta un punto fisso per i climbers, e non solo per quelli della nostra provincia. Tante le vie di arrampicata su roccia lavica che si caratterizza per linee di salita mai banali ed ovvie, in grado di regalare continue emozioni e tanta adrenalina. Come non considerare poi che la falesia si trova in un luogo quanto mai affascinante? Apertura iscrizioni: **lunedì 29 maggio**.

DOMENICA 11 GIUGNO**Cammina nei Parchi TAM**

Commissione Sentieri - Commissione TAM

VENERDÌ 16 / DOMENICA 18 GIUGNO**Appennino parmense: le cime del Parco dei Cento Laghi EE***

AE Claudio Lucietto (338 9804694) - AE Gabriele Clementi (320 0265151)

Le due escursioni previste si svolgeranno in una delle aree più interessanti dell'Appennino settentrionale, compresa nel Parco Regionale dei Cento Laghi e facente parte del Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-emiliano. Nel tratto parmense questo è caratterizzato dalla presenza di innumerevoli laghi, prevalentemente di formazione post-glaciale, succeduti al ritiro della glaciazione del Würmiano. Molto caratteristica è l'uniformità di angolazione delle formazioni di arenaria macigno prospicienti il crinale, effetto esteso dell'elevazione dell'Appennino a causa dello scontro delle falde tettoniche. Le escursioni si svolgeranno sullo spartiacque principale che delimita il confine tra Emilia e Toscana, seguendo il sentiero CAI 00. Durante il percorso toccheremo in successione le sommità del Monte Sillara (1859 m), del Monte Matto (1837 m), del Monte Brusa (1796 m), del Monte Aquila (1779 m), del Monte Marmagna (1851 m), del Monte Braiola (1819 m) e del Monte Orsaro (1830 m). Lungo il crinale principale rivestono notevole interesse la serie di cippi confinari collocati nel 1828 a delimitare i confini tra Ducato di Parma e Granducato di Toscana. Il nostro punto di appoggio sarà il Rifugio Lagdei (1250 m), raggiungibile in auto. Partenza nel primo pomeriggio di venerdì 16 giugno.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 26 aprile (20 posti disponibili)**.

SABATO 17 GIUGNO**Arrampicata alla falesia di Celsa A***Commissione alpinismo*Apertura iscrizioni: **lunedì 5 giugno.****SABATO 17 / DOMENICA 18 GIUGNO****Alpi Apuane: la ferrata del Monte Forato EEA, AQ, AG*****AAG Luca Vigni (338 7374138) - Simone Angelini (339 7509206)**

Dopo la bella esperienza dello scorso anno sul Monte Procinto, la scelta di percorrere un altro sentiero attrezzato è caduta sulla suggestiva ferrata del Monte Forato, che effettueremo il giorno 18. Pernoteremo al rifugio Forte dei Marmi, ai piedi del Procinto, e sarà valutata nell'occasione l'eventuale ripetizione della ferrata omonima. Uscita rivolta ai giovani AG ed anche agli Aquilotti con esperienza acquisita nelle precedenti occasioni.

Apertura iscrizioni: **lunedì 8 maggio.**Chiusura iscrizioni: **lunedì 22 maggio (18 posti disponibili).****GIOVEDÌ 22 / DOMENICA 25 GIUGNO****Sui sentieri storici dell'Isonzo E, TAM*****Gabriele Maccianti (339 7945745) - Dario Bagnacci (333 6540314)**

Prosegue il percorso di conoscenza e di esplorazione dei luoghi teatro dei più accaniti combattimenti del fronte italiano nella Grande Guerra. Ci avvarremo anche quest'anno del prezioso ausilio delle guide del Gruppo di ricerca storica Isonzo. Il primo giorno visiteremo Aquileia, con la stupenda Basilica romanico-gotica (ingresso a pagamento) dove venne scelta la salma del Milite Ignoto poi condotta a Roma al Vittoriano. Il secondo giorno visiteremo al

mattino la linea difensiva austro-ungarica posta al di là dell'Isonzo e, con la sola eccezione del San Gabriele, conquistata dal Regio Esercito nel 1917 dopo durissimi combattimenti. Si tratta di una zona di pregio naturalistico, una dorsale di rilievi che domina la scoscesa e verdissima valle dell'Isonzo che spesso offre spettacolari viste sulla costa. Il terzo giorno ci sposteremo in Slovenia, per salire al Monte Mrzli, a poca distanza da Caporetto, teatro anch'esso di duri combattimenti lungo la linea difensiva austro-ungarica. Al mattino del quarto giorno ancora una escursione nei dintorni di Gorizia e da lì ripartiremo per Siena nel primo pomeriggio con arrivo previsto nella tarda serata.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 26 aprile.**

VENERDÌ 23 GIUGNO / DOMENICA 2 LUGLIO

XXIV Settimana Nazionale dell'Escursionismo e XV Raduno Nazionale di Ciclo-escursionismo nelle Alpi Orobie (BG)

SABATO 24 GIUGNO

Nella faggeta del Monte Amiata MT

Attività di montagna-terapia nel progetto "Spazio DirSi"

DOMENICA 25 GIUGNO

Grotta di Punta agli Stretti SP

Ivan Martini (349 5175267) - Serena Di Sipio (328 1691493) - Francesca Meloni (349 6406911)

La grotta di Punta agli Stretti (Monte Argentario) ha uno sviluppo totalmente orizzontale di circa 950 metri, che collega, attraverso dei piccoli canyon allagati, i suoi tre caratteristici laghetti ipogei. La grotta fu scoperta nel 1841 durante gli scavi per la costruzione della linea ferroviaria



destinata al trasporto dei minerali a Porto Santo Stefano. Lo studio del sistema ipogeo iniziò solo nel 1928 e furono scoperti al suo interno anche resti di ossa e utensili in pietra risalenti al Paleolitico. Per partecipare all'uscita non è necessario aver frequentato corsi di speleologia, ma è assolutamente imprescindibile sapersi muovere in ambiente impervio ed essere a proprio agio in grotta. Tempo di percorrenza 4-5 ore.
Apertura iscrizioni: **lunedì 12 giugno.**

DOMENICA 25 GIUGNO

Giornata nazionale Sentiero Italia CAI

Il Club Alpino Italiano organizza la seconda edizione della "Giornata nazionale Sentiero Italia CAI": un evento diffuso che prevede appuntamenti escursionistici curati dai Gruppi regionali e dalle Sezioni del CAI in 17 regioni, lungo le oltre 500 tappe del Sentiero Italia. L'itinerario ha uno sviluppo di 7200 chilometri e collega la Sardegna al Friuli Venezia Giulia risalendo la dorsale appenninica e attraversando l'arco alpino. Maggiori dettagli saranno forniti in prossimità dell'evento.

Il giro del Zimòn



GIOVEDÌ 6 / DOMENICA 9 LUGLIO**Il giro del Zimòn (Cima d'Asta) EE, EEA***

AE Claudio Lucietto (338 9804694) - AE Riccardo Soldati (347 3319939) - Riccardo Ciofi (349 3988293)

"Zimòn" è il toponimo attribuito dagli abitanti della Valsugana alla Cima d'Asta, vetta principale dell'omonimo massiccio granitico del Trentino orientale. Il giro del Zimòn inizia dal Rifugio O. Brentari (m 2476) ed è destinato ad escursionisti esperti, ben allenati e con assenza di vertigini. L'itinerario scavalca la sequenza di forcelle e di selvaggi anfiteatri del versante nord-occidentale del massiccio, per poi collegarsi al sentiero militare italiano del Col del Vento, lungo e magnifico percorso di cresta, a tratti esposto (necessario l'utilizzo del set da ferrata), che consente di chiudere l'anello. Prima di scendere al rifugio, con una digressione di circa mezz'ora, è possibile raggiungere la sommità di Cima d'Asta (m 2847), punto panoramico di eccezionale pregio sulle Dolomiti e su buona parte dell'arco alpino centro-orientale. La salita al Rifugio Brentari (venerdì 7) e la successiva discesa (domenica 9) si svolgeranno su sentieri alternativi e certamente meno frequentati rispetto al più diretto sentiero SAT 327: gli ambienti selvaggi, ma sempre aperti, della Campagnassa ad oriente e del Monte Cengello ad occidente, offriranno scenari ed emozioni che non deluderanno le aspettative anche degli escursionisti più esigenti. La partenza è prevista nel primo pomeriggio di giovedì 6 luglio.

Apertura iscrizioni: **lunedì 15 maggio (12 posti disponibili).**

VENERDÌ 7 / DOMENICA 9 LUGLIO**Vie lunghe in Dolomiti: Passo Falzarego A**

ISA Riccardo Corbini (331 6381252)

La zona del Passo Falzarego è sicuramente un paradiso per i climbers di tutta Italia. Riproponiamo quindi un fine settimana lungo dedicato all'arrampicata su via lunga. Qui c'è solo l'imbarazzo della scelta: gli itinerari di salita sono un'infinità, gli avvicinamenti spesso veloci ed agevoli e le difficoltà partono dal IV grado. L'ambiente è quello tipico dolomitico, con roccia spesso ben appigliata, a volte non proprio solidissima. Non mancheranno verticalità, esposizione e panorami unici. Sono indispensabili esperienza di arrampicata e dimestichezza con le manovre di corda.

Apertura iscrizioni: **lunedì 12 giugno.**

GIOVEDÌ 13 / DOMENICA 16 LUGLIO**Le ciclabili del Garda MTB***

AC Antonio Burroni (338 3061283) - AE Lorenzo Franchi (335 7221198) - AAG Luca Vigni (338 7374138)

Per la tradizionale ciclabile quest'anno torniamo sul territorio nazionale e andremo alla scoperta dei percorsi del Lago di Garda. Uno spettacolare circuito ad anello con partenza da Trento, visita a Rovereto da dove prenderemo la ciclabile che ci porterà a Riva del Garda. Dopo un meritato riposo affronteremo la mitica Strada del Ponale e, dopo una visita al lago di Ledro, torneremo a Riva del Garda per il secondo pernottamento. Il giorno successivo percorreremo la ciclabile dei laghi per tornare al punto di partenza.

Apertura iscrizioni: **lunedì 5 giugno.**



Le ciclabili del Garda

SABATO 22 / SABATO 29 LUGLIO

Settimana da Rifugio a Rifugio nel Parco Naturale del Gruppo di Tessa EE*
 AE Claudio Lucietto (338 9804694) - Riccardo Ciofi (349 3988293)

Il Parco naturale del Gruppo di Tessa è delimitato ad Ovest dalla Val Senales, a Sud dalla Val Venosta, ad Est dalla Val Passiria e a Nord dalle creste di confine con l'Austria. Esso comprende quindi, oltre all'intero Gruppo di Tessa, parte delle Alpi dell'Ötztal, con la cresta di Senales e di Gurgl, nonché una piccola parte delle Stubaier Alpen, tra il Passo del Rombo e il Monte Rombo. Oltre ai famosi e bellissimi laghi di Sopranes, una delle maggiori attrazioni del Parco Naturale è la Cascata di Parcines, la quale durante il periodo del disgelo rappresenta una delle più suggestive cascate dell'intero arco alpino. Qui l'acqua precipita con un salto di ben 97 metri. Le vette più importanti dell'area montuosa sono l'Altissima (Hohe Wilde, m 3480), la Cima delle Anime (Seelenkogel, m 3470), il Monte Rosso (Roteck, m 3318), la Cima di Tessa (Texelspitze, m 3318), la Cima Bianca Grande (Hohe Weisse, m 3281) e il Cigot (Tschigat, m 2998). L'itinerario si svolge in gran parte lungo l'Alta Via di Merano, magnifico percorso circolare a tappe che effettua il periplo del gruppo montuoso. I sette pernottamenti sono previsti in agriturismi e rifugi. La partecipazione è riservata ai soli escursionisti ben allenati e con esperienza di montagna.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 19 aprile (12 posti disponibili).**

**SABATO 29 / DOMENICA 30 LUGLIO**

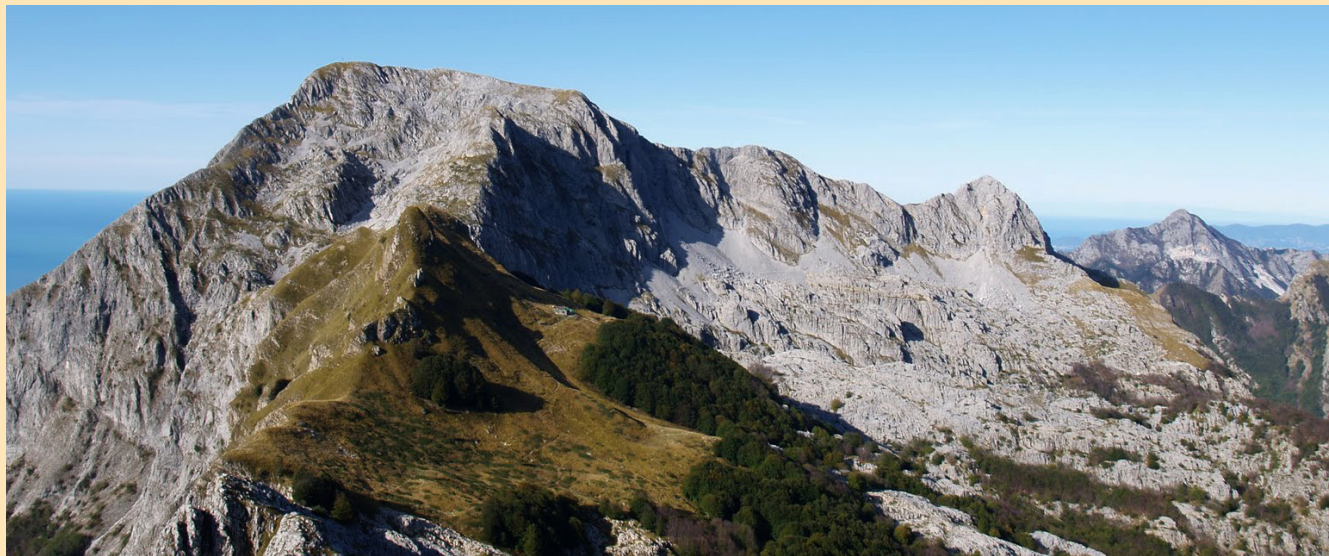
Alpi Apuane: alba sulla Pania E*

AE Giacomo Gambini (340 8304233) - AE Gianpaolo Betti (348 9758797) - Erika Pastorelli (347 8562768)

La Pania della Croce è considerata la Regina delle Apuane e, pur non essendo la cima più alta e nemmeno la più difficile da salire, sin dall'antichità ha colpito visitatori ed osservatori

per la sua indubbia possanza. Ne scrissero grandi letterati, a cominciare da Dante nella sua Commedia, e la salirono viaggiatori e naturalisti sin dal XVII secolo, ma non possiamo escludere che già prima qualcuno sia arrivato alla sua sommità. Consapevoli di ciò, ci accingeremo a compiere una meravigliosa escursione dal sapore tutto apuano che ci condurrà alla vetta della Pania della Croce per assistere allo spettacolare sorgere del sole; attraversando ambienti altamente suggestivi, raggiungeremo la vetta per pernottare in tenda in attesa dell'alba che ci sorprenderà con la sua luce, immersi in un panorama a 360 gradi sulla costa e le vette Apuane. Potremo eventualmente utilizzare il Rifugio Rossi come punto di appoggio in caso di necessità. Un'esperienza davvero unica riservata ad un numero massimo di 10 soci, ben allenati e con buon spirito di adattamento.

Apertura iscrizioni: **lunedì 10 luglio.**



DOMENICA 30 LUGLIO

La "laguna blu" della Merse MTB

AE Lorenzo Franchi (335 7221198)

Un luogo magico, sconosciuto ai più, da scoprire in bici con un itinerario ad anello di circa 30 Km e con circa 200 m di dislivello, con partenza e rientro dalla frazione di Brenna. A circa metà percorso, in prevalenza sterrato, con un breve tratto a piedi si potrà raggiungere il fiume, dove si potrà fare un bel bagno tra cascatelle e rocce affioranti, circondati da un bosco d'alto fusto.

Apertura iscrizioni: **lunedì 17 luglio.**

VENERDÌ 4 / LUNEDÌ 7 AGOSTO**Dolomiti di Sesto: giro del Gruppo del Popera EEA ***

ANE Francesco Reda (339 1667171) - AE Lorenzo Franchi (335 7221198) - Cesare Gambini (366 2954156)

Escursione di quattro giorni intorno al Monte Popera con pernottamento nei rifugi Berti e Carducci. Il giro si svolge su sentieri, ferrate, cenge e colatoi ombreggiati che potrebbero presentare condizioni di percorribilità non ottimali. Con condizioni favorevoli di visibilità il percorso regala scorci panoramici unici. Verranno affrontate la Ferrata Roghel, dove predomina la verticalità, la Cengia Gabriella, che offre una "gradevole passeggiata" di alta quota fra i dirupi rocciosi del Monte Giralba di Sotto, la Strada degli Alpini, che richiede la mancanza assoluta di vertigini e che a volte presenta tratti ghiacciati. Il giro si svolge sui diversi versanti del massiccio montuoso, con panorami e visuali sui quattro punti cardinali ed ampia varietà di roccia e di percorsi. Un itinerario che consente di approfondire la conoscenza di questo gruppo dolomitico. Ai partecipanti è richiesta buona preparazione fisica, anche alla luce degli importanti dislivelli da affrontare, ed una buona esperienza su percorsi attrezzati. Sono necessari, oltre all'attrezzatura per la percorrenza delle ferrate, un buon paio di scarponi, una giacca a vento e comunque tutto il necessario per un trekking di più giorni in alta montagna. L'organizzazione si riserva di escludere persone ritenute non idonee e si riserva altresì la facoltà di variare il percorso o annullare l'iniziativa per sopravvenute necessità.

Apertura iscrizioni: **lunedì 22 maggio**.



DOMENICA 27 AGOSTO / DOMENICA 3 SETTEMBRE**Vacanza Alpina tra l'Alta Badia e il Livinallongo T, E, EE, EEA, A, AQ, AG, MTB ***

Per la prima volta nella storia della nostra Sezione, la località che ci ospiterà per la tradizionale Vacanza Alpina sarà il Passo di Campolongo (Ju de iaulunch in ladino), valico delle Dolomiti posto a quota 1875 m, al confine tra Veneto e Alto Adige. Posto immediatamente ad est del Gruppo del Sella e ad ovest del vasto altipiano del Pralongià, il Campolongo mette in comunicazione Arabba (frazione di Livinallongo del Col di Lana) con Corvara in Badia, unendo quindi la Val Cordevole con la Val Badia. Le nostre escursioni giornaliere saranno suddivise, come al solito, in tre livelli (gruppi 1, 2 e 3), in base all'impegno e alle difficoltà del percorso, e si svolgeranno nei gruppi montuosi della Marmolada (Catena del Padón), del Sella, del Puèz-Gardenaccia, di Fânes, del Pralongià-Settsass e del Col di Lana. L'hotel prescelto sorge in posizione strategica a soli 4 Km da Arabba e a 6,5 Km da Corvara e ci riserverà, come di consueto, un trattamento di mezza pensione. La partecipazione alla Vacanza Alpina è riservata ai Soci in regola con il tesseramento 2023. Al momento dell'iscrizione verrà consegnato un opuscolo con le informazioni dettagliate riguardanti l'hotel, l'area montuosa e le escursioni in programma.

Apertura iscrizioni: **lunedì 3 aprile.**

VENERDÌ 8 / DOMENICA 10 SETTEMBRE**Visita alla fortezza dei Savoia E, TAM ***

Gabriele Maccianti (339 7945745) - Dario Bagnacci (333 6540314)

Venerdì mattina presto partenza verso il Parco e la Residenza reale sabauda del Castello di Racconigi (TO). Visita del castello a pagamento. Conclusa la visita, ci dirigeremo verso l'albergo dove pernoveremo. Sabato alle ore 9 inizierà la visita guidata (a pagamento, con prenotazione obbligatoria) dei tre complessi fortificati sabaudi di Fenestrelle, la più alta fortezza alpina d'Europa. Saliremo di circa 650 metri di dislivello fino al punto più alto delle fortificazioni per poi ridiscendere per la "Strada dei Cannoni". Faremo quella che viene denominata la "Passeggiata Reale", arrivando a quota 1800 m. e percorrendo anche i 3.996 gradini della Galleria coperta, la più lunga scala coperta d'Europa. La durata dell'escursione è di almeno 7 ore ed è impegnativa. Al termine ritorno in albergo per un po' di meritato riposo. Domenica alle ore 9.30 (a pagamento, con prenotazione obbligatoria) saremo all'Ecomuseo delle Miniere e della Val Germanasca per un giro sottoterra con i carrelli dei minatori dentro la vecchia miniera di talco. Possibilità di pranzo al Ristoro del Minatore, la vecchia mensa della miniera. Terminate le visite, partenza con arrivo a Siena previsto nella tarda serata.

Apertura iscrizioni: **lunedì 26 giugno.**

SABATO 9 / DOMENICA 10 SETTEMBRE**Il bramito del cervo nelle Foreste Casentinesi E, TAM ***

AE Gabriele Clementi (320 0265151) - ASE Barbara Anselmi (339 3855427)

Tra settembre e ottobre, nei boschi riecheggia un richiamo misterioso, un verso rauco e possente: è il bramito del cervo. In questo periodo infatti gli esemplari maschi intonano il loro canto d'amore per conquistare le femmine. Le nostre escursioni si svolgeranno all'interno del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi. Il primo giorno da Campigna ci addentreremo nel bosco nel tardo pomeriggio e chiuderemo l'itinerario nelle prime ore della notte, immersi nei suoni della



Vacanza Alpina tra l'Alta Badia e il Livinallongo

vita notturna. Il secondo giorno esploreremo i boschi tra il Monte Falco e il Monte Falterona e saliremo sulle loro vette.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 9 agosto (15 posti disponibili)**.

SABATO 9 / DOMENICA 10 SETTEMBRE

Il Rifugio "I Diacci" e la Cascata dell'Abbraccio E, AQ*

Camilla Ardinghi (328 9710564) - Nicola Capannoli (349 1056902)

Escursione per i nostri Aquilotti di notevole interesse naturalistico e paesaggistico che si snoda all'interno del complesso demaniale denominato "Giogo-Casaglia", una vasta area compresa nei comuni di Firenzuola, Palazzuolo sul Senio, Marradi, Scarperia e Borgo San Lorenzo, caratterizzata paesaggisticamente da rilievi di altezza limitata (attorno ai 1000 metri) ma profondamente scavati dall'azione dei torrenti che formano dei veri e propri canyon, come quelli della Valle dell'Inferno e della Valle del Rovigo. Ed è proprio un corso d'acqua secondario che alimenta il Rovigo a creare la suggestiva Cascata dell'Abbraccio. Nel 1996 l'intero complesso è stato riconosciuto come Sito d'Importanza Comunitaria. Pernottamento presso il Rifugio "I Diacci", immerso nelle verdi faggete dell'alto Mugello, sul crinale dell'Appennino Tosco-Romagnolo.

Apertura iscrizioni: **lunedì 10 luglio**.

SABATO 9 / DOMENICA 10 SETTEMBRE

Uscita alpinistica sul Gran Sasso d'Italia A*

Carlo Cristel (349 4680414)

Uscita alpinistica di due giorni sul massiccio del Gran Sasso, con pernottamento al Rifugio Franchetti. Innumerevoli le possibili vie alpinistiche: da ricordare in particolare la Via Valeria, la Via dei Triestini, la Due Generazioni, la Via delle Clessidre, la Iskra e la cresta Nord-Est del Corno Piccolo. Per chi vuole cimentarsi su percorsi attrezzati, la Ricci e soprattutto la Danesi sono due ferrate mediamente difficili ed estremamente appaganti.

Apertura iscrizioni: **lunedì 10 luglio**.

SABATO 16 / GIOVEDÌ 21 SETTEMBRE

Alpi Cozie: escursioni, ferrate e arrampicate in Val Maira E, EE, EEA, A*

AAG Luca Vigni (338 7374138) - Pierantonio Cian (348 5126913) - AE Giacomo Gambini (340 8304233)

"Questa è una delle valli più belle che abbia mai visto". A dirlo è Stephan Schoenenberg, un turista svizzero che fa trekking a piedi nudi. Valle selvaggia e incontaminata, dove la natura è indiscussa regina. Si possono vedere rari fenomeni naturalistici, i "ciciu di Villar San Costanzo", torri di terra sormontate da grossi massi, e sono presenti musei che ricordano antichi mestieri caratteristici della Val Maira (i sellai, gli acciugai, i bastai ed i raccoglitori di capelli). In Valle Maira ancora oggi si parla la lingua occitana-provenzale: lingua romanza, definita per la prima volta come tale da Dante nel *De Vulgari Eloquentia*, oltre all'italiano e al francese. È riconosciuta in Italia come lingua minoritaria dal 1999. Visitando la Valle Maira, si rimane sorpresi dal numero di testimonianze artistiche presenti sul suo territorio, la maggior parte delle quali risale al Medioevo. La valle fu soggetta al Marchesato di Saluzzo: questo aspetto influì notevolmente sullo sviluppo e sulla diffusione delle arti; la vicinanza culturale al Midi francese e alle corti dei signori d'oltralpe inoltre contribuì a diffondere lo spirito della civiltà cavalleresco-cortese, retaggio della grande epoca trobadorica, di cui anche la corte dei Marchesi di Saluzzo era

impregnata.

Apertura iscrizioni: **lunedì 12 giugno** (12 posti disponibili).



DOMENICA 17 SETTEMBRE

(In)solito Pratomagno EE

Salvatore Varca (335 577 7714) - Gabriele Papi (333 819 5358)

Saliremo alla Croce del Pratomagno seguendo un anello poco conosciuto rispetto ad altri più "classici": dalla partenza (il bivio tra i borghi di Modine e Gorgiti) saliremo verso Rocca Ricciarda per poi raggiungere, costeggiando il Poggio Cocolluzzo, la caratteristica dorsale prativa e l'iconica Croce (1591 m), con il suo impareggiabile panorama. Da qui scenderemo attraverso il poggio Varco di Castelfranco (1516 m), per poi proseguire lungo il versante occidentale della dorsale, godendo di un bellissimo panorama sul Valdarno. Percorso classificato "EE" per la lunghezza abbinata ad un dislivello di oltre mille metri, da affrontare se ben preparati fisicamente.

Apertura iscrizioni: **lunedì 4 settembre**.

SABATO 23 SETTEMBRE

Arrampicata alla falesia di Celsa A

Commissione alpinismo

Apertura iscrizioni: **lunedì 11 settembre**.

DOMENICA 24 SETTEMBRE

Anello di Serravalle E, Sr

ASE Mauro Mozzoni (368 7239646)

Trekking di sicuro interesse storico-paesaggistico che si svolge tra antichi casali e pievi, nel

comune di Buonconvento. La partenza avrà luogo da Ponte d'Arbia. Percorreremo un tratto della Via Francigena, poi andremo a salire sul dolce crinale compreso tra il fiume Arbia ad ovest e il fiume Ombrone ad est. Man mano che guadagneremo quota, si apriranno ampi panorami sulle Crete senesi, sulla Val d'Orcia e sul Monte Amiata.

Apertura iscrizioni: **lunedì 11 settembre**.

DOMENICA 24 SETTEMBRE

Intersezionale nella Montagna Pistoiese E, MTB

Otto escursionismo Toscana

SABATO 30 SETTEMBRE / MARTEDÌ 3 OTTOBRE

Traversata orientale dell'Elba: in cammino tra mare, monti e miniere E, P*
 AE Claudio Lucietto (338 9804694) - Riccardo Ciofi (349 3988293)

Itinerario a tappe nella parte orientale dell'Elba, che ci condurrà alla scoperta di un lato autentico, storico dell'isola: le sue miniere. Ricchissime di minerali come ematite, magnetite, limonite e pirite, le miniere regalano panorami unici e raccontano la storia del posto. Nascoste tra grotte profonde e cavità rocciose, hanno infatti origini antichissime. Erano una risorsa preziosa nell'antichità, quando venivano sfruttate prima dagli Etruschi e dai Romani, poi dai Pisani e dai Genovesi nel Medioevo, ambite da Cosimo de' Medici e persino da Napoleone. Arrivati con l'aliscafo a Cavo, seguendo il tracciato della GTE raggiungeremo Rio nell'Elba e quindi Rio Marina, dove visiteremo il Museo dei Minerali e dell'Arte Mineraria. La tappa successiva si svolgerà sugli aperti e panoramici crinali della Cima del Monte e del Monte Castello, fino a giungere a Capoliveri, uno dei più caratteristici centri elbani. Ci porteremo infine all'estremità del promontorio del Monte Calamita, dove è prevista la visita guidata alla ex Miniera del Ginevro, che custodisce il giacimento di magnetite più grande d'Europa. Muniti di casco e torcia, scenderemo nella galleria della miniera fino a 24 metri sotto il livello del mare. Pernottamenti in hotel a Rio Marina e Capoliveri (2 notti). Viaggio Siena-Piombino in pullman. Apertura iscrizioni: **lunedì 31 luglio (25 posti disponibili)**.



DOMENICA 1 OTTOBRE**Corno alle Scale: i Balzi dell'Ora e Punta Sofia EE ***

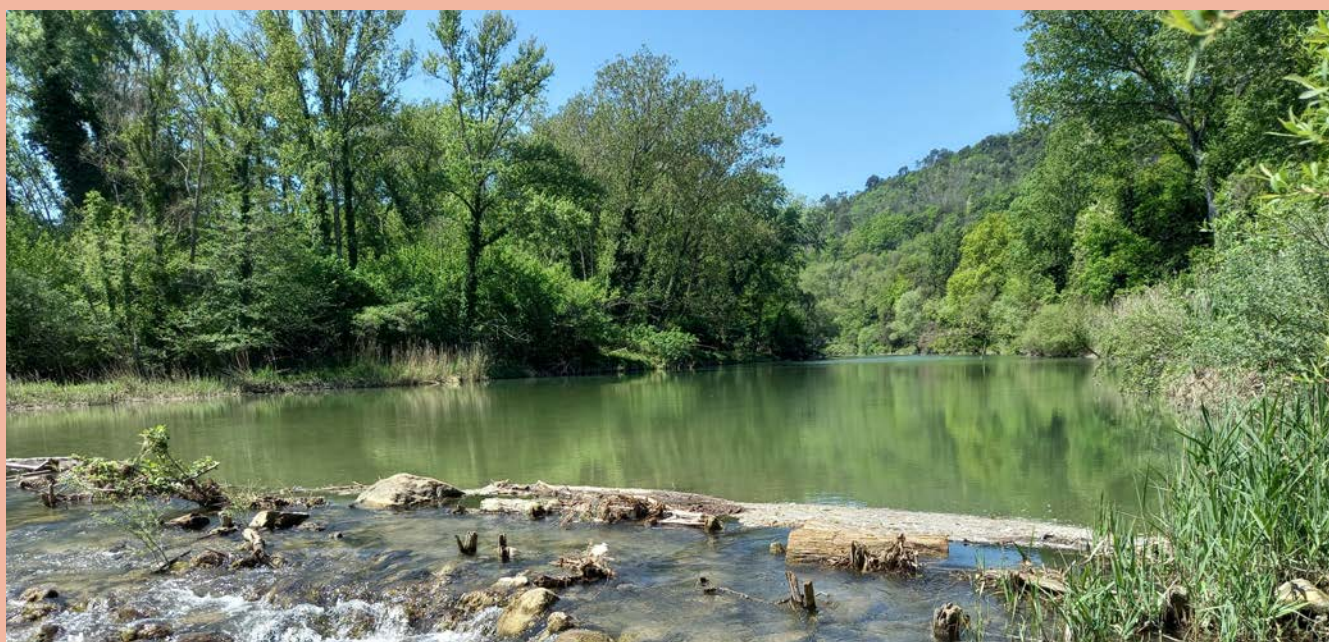
AE Gabriele Clementi (320 0265151) - AE Gianpaolo Betti (348 9758797) - AE Giacomo Gambini (340 8304233)

Il nome "Balzi dell'Ora" deriva dalla morfologia della cresta Nord del Corno alle Scale: la sua conformazione infatti si sviluppa per sbalzi, blocchi e gradoni di roccia. Questo territorio costituiva il confine fra il Granducato di Toscana e il Ducato di Modena. La nostra escursione ci porterà a Punta Sofia (1936 m), che ospita una grande croce alta 15 m. Percorreremo il sentiero n. 129 che, dopo aver raggiunto il Monte Nuda (1829 m), continua il suo tracciato attraversando i Balzi dell'Ora e offrendo panorami e scorci mozzafiato. Quest'ultima parte del sentiero richiede passo sicuro e assenza di vertigini. Apertura iscrizioni: **lunedì 11 settembre (15 posti disponibili)**.

**DOMENICA 1 OTTOBRE****Brenna in autunno, tra antichi mulini e castelli T, Sr, AQ**

In collaborazione con Fondazione Musei Senesi

Ogni escursione in Val di Merse è un'occasione per innamorarsi di questa terra dal fascino



discreto, che si lascia scoprire lentamente. Brenna, il nostro punto di partenza, era chiamato dagli antichi "mare", un luogo dove si poteva nuotare a lungo, esattamente come adesso. L'estate è lontana e noi ci potremo muovere in tranquillità, spingendoci "a piedi" dentro la Riserva Naturale Alto Merse, alla ricerca di castelli che "Dio sol sa" dove si trovano. A coronamento delle tante curiosità legate alla vita e alle attività umane dell'ecosistema bosco, di cui parleremo durante il nostro percorso, visiteremo il Museo Etnografico del Bosco di Orgia.

Apertura iscrizioni: **lunedì 18 settembre.**

SABATO 7 / DOMENICA 8 OTTOBRE

Traversata della Calvana E*

AE Gabriele Clementi (320 0265151) - AE Riccardo Soldati (347 3319939)

Insieme ai nostri amici del CAI di Prato conosceremo un territorio aspro e seducente, ricco di doline, grotte e testimonianze della sua storia, di transiti di pellegrini, di mercanti e briganti: la Calvana. Una dorsale lunga più di 16 Km che dall'Appennino conduce fino alla piana pratese. Il nome deriva dall'aspetto calvo e brullo che caratterizza la sua sommità. Gli abitanti indiscussi di queste praterie sono i cavalli, che non appartengono più all'uomo, ma vivono ormai allo stato brado, in assoluta indipendenza. Nella nostra escursione attraverseremo interamente questo territorio, ricercando i segni del passato e al cospetto di animali che hanno ritrovato la loro libertà.

Apertura iscrizioni: **lunedì 4 settembre (20 posti disponibili).**

DOMENICA 8 OTTOBRE

Le colline del Trasimeno in MTB

AE Lorenzo Franchi (335 7221198) - Simone Periccioli (333 9498079)

Il Lago Trasimeno è un lago di origine tettonica e alluvionale poco profondo (massimo 7 m), ma il più esteso dell'Italia centrale. L'itinerario, con partenza da Borghetto, si sviluppa in parte sulle colline settentrionali del lago e in parte sulla ciclabile, con un fondo misto su mulattiera, sterro e asfalto. Il nostro itinerario passerà anche per i paesi di Tuoro e Passignano. Difficoltà BC, dislivello 350 m.

Apertura iscrizioni: **lunedì 11 settembre.**

DOMENICA 8 OTTOBRE

Falesia di Pale (Foligno) A

AAG Luca Vigni (338 7374138)

Lontano dal rumore e dall'affollamento di altri siti di arrampicata, circondata da itinerari di interesse naturalistico e storico, la falesia di Pale è un vero gioiello. Per raggiungerla, dal paesino di Pale bisogna imboccare il sentiero che conduce all'eremo posto sulla cima del Monte Pale; dopo una breve camminata si incontra la deviazione che porta alle pareti attrezzate: roccia buona e vie impegnative per un'arrampicata tecnica e di resistenza.

Apertura iscrizioni: **lunedì 25 settembre.**

SABATO 14 / DOMENICA 15 OTTOBRE**Alpi Apuane: Monte Prana e Monte Piglione EE, TAM *****AE Lorenzo Franchi (335 7221198) - Manola Terzani (339 3619265)**

Il Monte Prana (1221 m) è la più meridionale delle cime delle Apuane e sovrasta la conca di Camaiore, separandola dalla valle del Pedogna; la vetta, slanciata, sorge all'estremità di una lunga cresta che termina con il più modesto Monte Pedone (1074 m) e ripaga chi vi arriva offrendo un colpo d'occhio veramente grandioso; la vista spazia dalle vette meridionali delle Alpi Apuane alla costa tirrenica (da Livorno fino a La Spezia), alle isole dell'Arcipelago Toscano con il Lago di Massaciuccoli in bella evidenza. Altrettanto interessante è il panorama offerto dalla cima del Monte Piglione (1233 m), che va dalla costiera dei monti Matanna, Nona e Croce, al più lontano Gruppo delle Panie.

Apertura iscrizioni: **lunedì 11 settembre.****SABATO 14 / DOMENICA 15 OTTOBRE****Lago del Brasimone e Lago di Suviana in MTB****AC Antonio Burroni (338 3061283) - Roberto Bartali (328 8261 789)**

L'Appennino Bolognese con la sua terra brulla e le sue spioventi vallate non è zona da laghi, infatti i due bacini acquiferi più importanti hanno origine artificiale: stiamo parlando del Lago del Brasimone e del Lago di Suviana. Questi due laghi risultano situati al centro di un parco di interesse comunitario per la tutela della biodiversità. La storia di questi due invasi risale ai primi anni del secolo scorso, quando per alimentare la tratta ferroviaria Bologna-Pistoia venne edificata una diga per sfruttare le acque del torrente Brasimone che scende dal crinale Tosco-emiliano. Faremo due percorsi che ci permetteranno di scoprire questo angolo di Appennino.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 13 settembre.****DOMENICA 15 OTTOBRE****Nella Riserva Naturale di Cornocchia T, AQ****Camilla Ardinghi (328 9710564) - Mauro Bracalente (339 1072399)**

La Riserva Statale di Cornocchia si trova nel territorio del Comune di Radicondoli (Colline Metallifere) ed è connotata dalla presenza di un'area collinare, posta nel bacino idrografico del fiume Feccia, caratterizzata da un paesaggio di rara bellezza tipico della nostra campagna. Dal punto di vista naturalistico, molto rilevanti sono gli ambienti umidi rappresentati da stagni e abbeveratoi, oltre ad una interessante area boschiva prevalentemente a querceto, misto di latifoglie. Importante - ed è forse questo l'elemento di unicità - è l'attività svolta nella Riserva, diretta alla salvaguardia e tutela della biodiversità, con particolare riferimento alle razze domestiche in via di estinzione. Nella Riserva di Cornocchia vengono ancora allevati, infatti, l'asino grigio sorcino dell'Amiata, il Pony di Monterufoli, i bovini di razza Calvana e la Mucca Pisana.

Apertura iscrizioni: **lunedì 2 ottobre.****SABATO 21 OTTOBRE****Arrampicata alla falesia di Celsa A****Commissione alpinismo**Apertura iscrizioni: **lunedì 9 ottobre.**



DOMENICA 22 OTTOBRE**I luoghi della Battaglia di Monteaperti E****AE Claudio Lucietto (338 9804694) - Roberto Callaioli (339 6773419)**

Escursione ad anello di 14 Km sulle tracce della storia, alla scoperta dei luoghi che fecero da sfondo alla celebre battaglia di Monteaperti. Camminando nell'ambiente aperto e panoramico delle Crete senesi, tra campi coltivati e poderi diroccati, faremo un salto indietro nel tempo fino all'anno 1260. Costeggeremo Pian delle Cortine, Costa Berci, la Malena e tutti quei luoghi che nella loro toponomastica rievocano il celebre scontro tra senesi e fiorentini, citato anche da Dante nella Divina Commedia: "lo strazio e 'l grande scempio che fece l'Arbia colorata in rosso". Saliremo infine al colle adornato da cipressi ove sorge la Piramide di Monteaperti, monumento costruito in epoca romantica in memoria della battaglia.

Apertura iscrizioni: **lunedì 9 ottobre.**

DOMENICA 22 OTTOBRE**Riserva Naturale di Lucciola Bella T, Sr, AQ****In collaborazione con Fondazione Musei Senesi**

Il paesaggio onirico delle crete è ancora protagonista di questa uscita. Da La Foce, nostro punto di partenza, il percorso ad anello toccherà il podere che dà il nome alla Riserva Naturale, dove sarà possibile spaziare con lo sguardo verso il Monte Cetona, il



Monte Amiata, Castiglion d'Orcia e Radicofani. Sulla via del ritorno ci fermeremo presso Castelluccio, il cui nome è legato alle vicende amorose (non documentate) della contessa Giulia Maria di Montefiori. La seconda parte della giornata sarà dedicata alla visita del Museo di Chianciano Terme che vanta la più importante collezione di canopi etruschi, in parte proveniente dal territorio visitato.

Apertura iscrizioni: **lunedì 9 ottobre.**

DOMENICA 29 OTTOBRE

Castagnata T

Anche quest'anno la nostra Sezione organizza la tradizionale Castagnata sociale. Come sempre, al termine di una breve escursione, non mancheranno pranzo e castagne. Destinazione e dettagli dell'iniziativa saranno resi noti con congruo anticipo.

Apertura iscrizioni: **lunedì 2 ottobre.**

DOMENICA 5 NOVEMBRE

La ferrovia delle Miniere di Murlo E, TAM

AE Gabriele Clementi (320 0265151) - Andrea Lucchesi (338 2439250)

Dalle miniere di carbone di Murlo, una linea ferroviaria attraversava la valle del torrente Crevole e arrivava alla Befra, trasportando il materiale estratto. La nostra escursione ripercorrerà il tracciato di questa antica ferrovia, un percorso nella storia mineraria e nelle bellezze naturalistiche che riserva questa zona: fitti boschi, i calanchi di marne e diaspri tra i quali scorre il torrente Crevole, ponti di ferro e i resti delle vecchie gallerie. Dalla Befra, poi, potremo salire sulla sommità del Monte Pertuso da cui l'occhio può spaziare su tutta la Val d'Orcia e le Crete Senesi.

Apertura iscrizioni: **mercoledì 11 ottobre.**

VENERDÌ 10 NOVEMBRE

Assemblea sezionale dei Soci

DOMENICA 12 NOVEMBRE

L'Orto Botanico di Siena: un giardino nel centro storico T, Sr, AQ

In collaborazione con Fondazione Musei Senesi

Ci eravamo ripromessi di ritornare all'Orto Botanico dopo la breve visita dell'anno passato, anche se siamo in pieno autunno. Converrete sicuramente che in natura c'è qualcosa da imparare in ogni stagione. Ad esempio, come affrontano la stagione fredda le varie specie di piante? Prima di scoprire questo e molto altro, addentrandoci tra i viali e le serre di quella



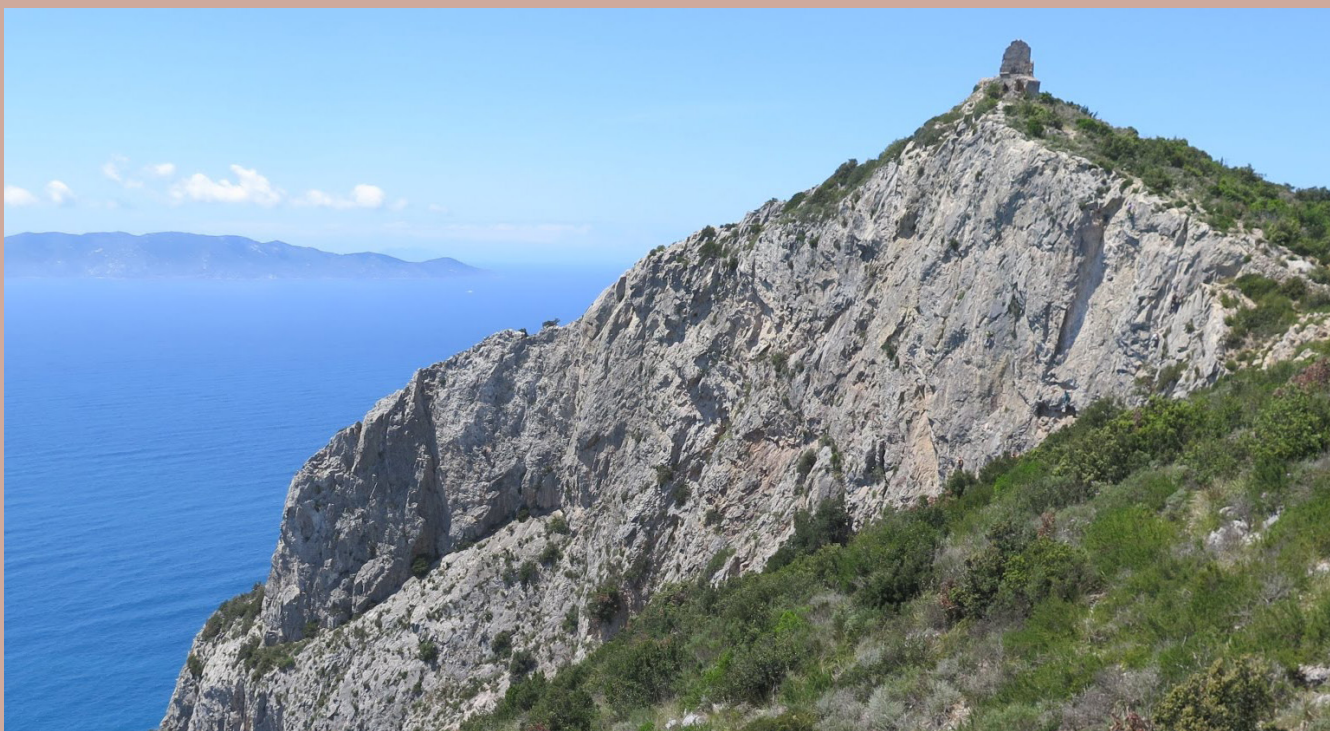
che è una "eccellenza cittadina", ci saremo sgranchiti con un trekking tematico tra le strade di Siena.

Apertura iscrizioni: **lunedì 30 ottobre.**

DOMENICA 12 NOVEMBRE

Argentario: falesia di Capo d'Uomo A

ANE Massimo Vegni (347 5222852)



La falesia di Capo d'Uomo, nel promontorio dell'Argentario, è una fra le meno note ed è situata in un luogo assolutamente incantevole. Su un sito specializzato in arrampicata si può leggere questa presentazione: "... quella di Capo d'Uomo è una stupenda placca verticale di calcare bianco e grigio a gocce, buchi e concrezioni, che consente un'arrampicata tecnica e di continuità." Nuovamente chiodata a seguito dell'azione di usura causata dagli agenti atmosferici, è una delle più belle falesie fra quelle affacciate sul mare.

Apertura iscrizioni: **lunedì 30 ottobre.**

SABATO 18 NOVEMBRE

Arrampicata alla falesia di Celsa A

Commissione alpinismo

Apertura iscrizioni: **lunedì 6 novembre.**

DOMENICA 3 DICEMBRE

La Riserva di Castelvecchio e i Musei di San Gimignano T, Sr, AQ

In collaborazione con Fondazione Musei Senesi

San Gimignano uguale Via Francigena? Certo, ma a pochi chilometri di distanza si trova la Riserva Naturale di Castelvecchio, vasta area boschiva che ricopre dolci colline calcaree e ripidi crepacci. Chi sa che non sia possibile avvistare qualche esemplare di falco pellegrino o biancone? Di certo rimarremo incantati dalle rovine di Castelvecchio, ammantato dal verde e protetto dal silenzio. Al termine della nostra escursione ci trasferiremo a San Gimignano per la visita dei Musei di Fondazione: il Museo Archeologico e la Spezieria di Santa Fina.

Apertura iscrizioni: **lunedì 20 novembre.**

DOMENICA 3 DICEMBRE

Falesia di Monsummano A

Andrea Guideri (338 8686118)

Storica falesia invernale del Pistoiese suddivisa in vari settori. La falesia di Monsummano costituisce, assieme a quella di Avane-Vecchiano, una delle principali mete per la pratica dell'arrampicata sportiva in Toscana, sia per la comodità di accesso che per il gran numero di vie a disposizione.

Apertura iscrizioni: **lunedì 20 novembre.**

DOMENICA 10 DICEMBRE

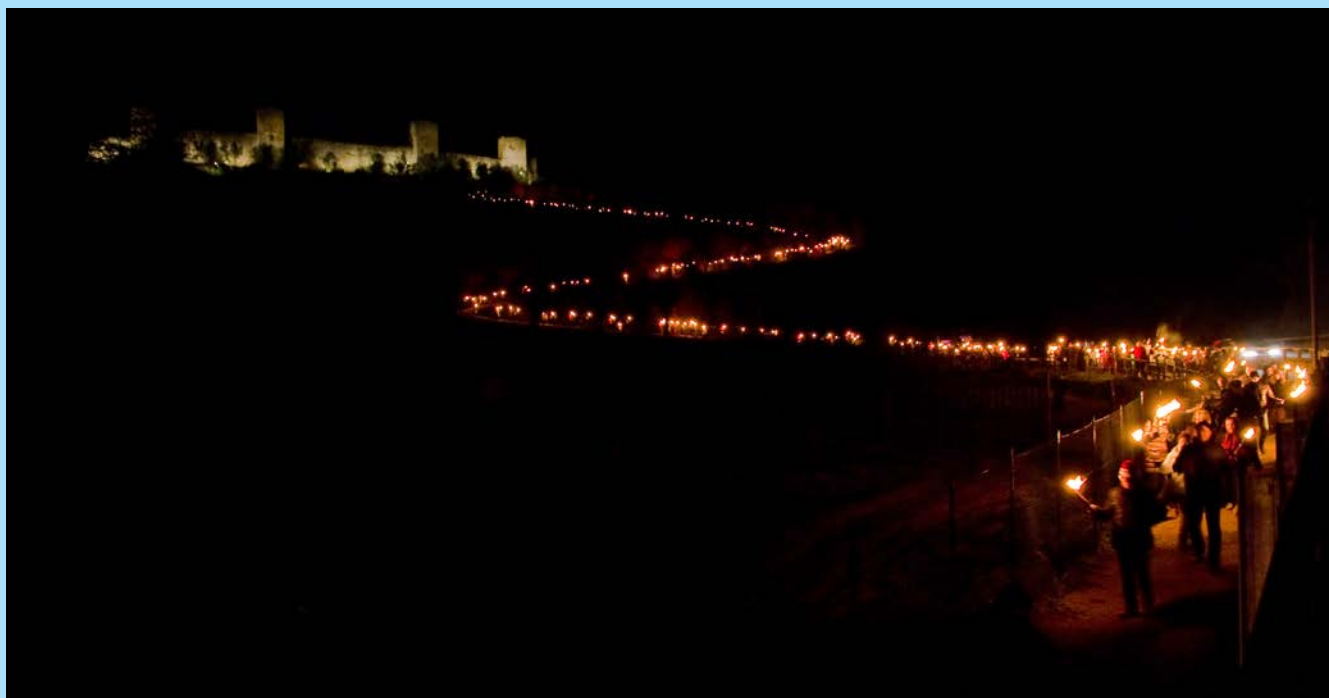
Pranzo Sociale

Occasione conviviale, aperta a tutti, nel corso della quale saranno premiati i Soci Venticinquennali. Il luogo e il menù saranno resi noti tramite i consueti mezzi di comunicazione, ben prima dell'inizio delle prenotazioni.

Apertura iscrizioni: **lunedì 9 ottobre.**

SABATO 23 DICEMBRE**Arrampicata alla falesia di Celsa A***Commissione alpinismo*Apertura iscrizioni: **lunedì 11 dicembre.****DOMENICA 24 DICEMBRE****Fiaccolata di Natale da Monteriggioni a Badia a Isola T****ANE Francesco Reda (339 1667171)**

Anche quest'anno effettueremo la tradizionale camminata notturna con partenza dal Castello di Monteriggioni, che si svolge lungo gli antichi tracciati alle pendici del Monte Maggio, resi ancora più emozionanti dalla luce delle fiaccole. Come di consueto la fiaccolata si concluderà nel piccolo borgo medievale di Badia a Isola, dove, dopo la S. Messa di Natale, ci scambieremo gli auguri.



Regole generali per le attività

Per tutte le iniziative in programma che riportano la data di apertura iscrizioni è obbligatoria la prenotazione.

Le notizie dettagliate sulle iniziative saranno pubblicate nella newsletter mensile; questa viene inviata ai Soci per e-mail entro la fine di ogni mese e riguarda le attività del mese successivo.

I dettagli sulle iniziative sono consultabili anche sul sito internet www.caisiena.it, dove è possibile scaricare la locandina in formato PDF delle singole uscite.

Ricordiamo infine che il rinnovo dell'iscrizione al Club Alpino Italiano entro il 31 marzo 2023 consente di mantenere la continuità della copertura assicurativa e il regolare recapito delle pubblicazioni e delle riviste del sodalizio.

Club Alpino Italiano - Sezione di Siena
Piazza Calabria 25/A, 53100 Siena - Tel / Fax +39 0577 270666
E-mail: info@caisiena.it - ufficiostampa@caisiena.it
Internet: <http://www.caisiena.it>

Scuola Sezionale di Escursionismo "Sabatino Rossi"

SERATE E USCITE DIDATTICHE IN AMBIENTE INNEVATO

GIOVEDÌ 12 GENNAIO

Prima serata tematica dedicata a cartografia e orientamento in ambiente innevato.

GIOVEDÌ 19 GENNAIO

Seconda serata tematica dedicata a cartografia e orientamento in ambiente innevato.

SABATO 21 GENNAIO

Escursione didattica di cartografia e orientamento al Monte Amiata.

CORSO DI ESCURSIONISMO BASE

A chi è rivolto

A tutti coloro che intendano avvicinarsi alla montagna o vogliono approfondirne la conoscenza e affrontarla in sicurezza. Per partecipare al Corso è necessario essere soci del Club Alpino Italiano.

Periodo di svolgimento

Dal 25 marzo al 28 maggio 2023.

Iscrizioni

Il numero dei posti previsti per il corso è di **un minimo di 10 ed un massimo di 25**. La procedura d'iscrizione sarà attiva fino all'esaurimento del numero dei posti disponibili.

Contenuti

Il corso è strutturato in **12 ore di lezioni teoriche e 5 uscite in ambiente** in cui verranno affrontati numerosi argomenti fra cui: l'equipaggiamento e i materiali necessari, il movimento e la preparazione fisica, l'alimentazione, la flora e la fauna, la lettura del paesaggio e l'antropizzazione, la cartografia e l'orientamento, la sentieristica, le nozioni base di meteorologia. Verranno affrontati anche temi che riguardano l'organizzazione di un'escursione e la gestione del rischio, le principali regole di comportamento dentro e fuori dal rifugio, il soccorso alpino e la gestione del primo soccorso. Tutti gli argomenti trattati verranno approfonditi nelle uscite pratiche, ove sarà anche possibile verificare e mettere in pratica le nozioni apprese.

Programma e iscrizioni

WEB: www.cai.it/sezione/siena/scuole/

Info: scuola.escursionismo@caisiena.it

Dettaglio programma

Sabato 25 marzo: l'escursionismo del CAI; cosa serve in montagna; il mondo della montagna.

Domenica 26 marzo: prima uscita ambiente.

Sabato 15 aprile: come arriviamo alla meta; progettiamo l'escursione; come gestire le emergenze.

Sabato 6 e domenica 7 maggio: seconda e terza uscita in ambiente.

Sabato 27 e domenica 28 maggio: quarta e quinta uscita in ambiente.

MONTAGNE PER TUTTI

Sabato 23 settembre dedicheremo il pomeriggio alla divulgazione della sicurezza nel mondo delle "Terre Alte", con simulazioni ed esercitazioni pratiche curate dai nostri soci titolati. La partecipazione è gratuita ed è aperta a tutta la cittadinanza. L'iniziativa avrà luogo a Siena, presso la Fortezza Medicea.

Legenda

T	Escursione su percorso Turistico
E	Escursione su percorso Escursionistico
EE	Escursione su percorso per Escursionisti Esperti
EEA	Escursione su percorso per Escursionisti Esperti con Attrezzatura
EAI	Escursione in ambiente innevato con racchette da neve (ciaspole)
MTB	Uscita ciclo-escursionistica in mountain bike
Sr	Uscita del Gruppo Seniores
A	Uscita alpinistica
SP	Uscita speleologica
SA	Uscita sci-alpinismo
SF	Uscita sci da fondo
AQ	Uscita per Aquilotti
AG	Uscita di alpinismo giovanile
MT	Attività di montagna-terapia
AE	Accompagnatore di Escursionismo
AC	Accompagnatore di Escursionismo - Ciclo-escursionismo
ANE	Accompagnatore Nazionale di Escursionismo
ASE	Accompagnatore Sezionale di Escursionismo
ASE-S	Accompagnatore Sezionale di Escursionismo - Seniores
AAG	Accompagnatore Alpinismo Giovanile
ASAG	Accompagnatore Sezionale di Alpinismo Giovanile
ISA	Istruttore di Sci Alpinismo
ISS	Istruttore Sezionale di Speleologia
IS	Istruttore di Speleologia
OSA	Operatore di Soccorso Alpino
SAST	Soccorso Alpino Speleologico Toscano
TAM	Tutela Ambiente Montano
P	Trasferimento in pullman (importante: vedi Regolamento Escursioni)
*	Iniziativa "a numero chiuso"

Nota: per T, E, EE, EEA, EAI, MTB vedere "Scala delle difficoltà escursionistiche"

Scala delle difficoltà escursionistiche

T = percorso Turistico

Caratteristiche: Percorsi su carrarecche, mulattiere o evidenti sentieri che non pongono incertezze o problemi di orientamento, con modeste pendenze e dislivelli contenuti.

Abilità e competenze: Richiedono conoscenze escursionistiche di base e preparazione fisica alla camminata.

Attrezzature: sono comunque richiesti adeguato abbigliamento e calzature adatte.

E = percorso Escursionistico

Caratteristiche: Percorsi che rappresentano la maggior parte degli itinerari escursionistici, quindi tra i più vari per ambienti naturali. Si svolgono su mulattiere, sentieri e talvolta tracce; su terreno diverso

per contesto geomorfologico e vegetazionale (es. pascoli, sottobosco, detriti, pietraie). Sono generalmente segnalati e possono presentare tratti ripidi. Si possono incontrare facili passaggi su roccia, non esposti, che necessitano l'utilizzo delle mani per l'equilibrio. Eventuali punti esposti sono in genere protetti. Possono attraversare zone pianeggianti o poco inclinate su neve residua.

Abilità e competenze: Richiedono senso di orientamento ed esperienza escursionistica e adeguato allenamento.

Attrezzature: È richiesto idoneo equipaggiamento con particolare riguardo alle calzature.

EE = percorso per Escursionisti Esperti

Caratteristiche: Percorsi quasi sempre segnalati che richiedono capacità di muoversi lungo sentieri e tracce su terreno impervio e/o infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, roccette o detriti sassosi), spesso instabile e sconnesso. Possono presentare tratti esposti, traversi, cenge o tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche e/o attrezzati, mentre sono escluse le ferrate propriamente dette. Si sviluppano su pendenze medio alte. Può essere necessario l'attraversamento di tratti su neve, mentre sono esclusi tutti i percorsi su ghiacciaio.

Abilità e competenze: Necessitano di ottima esperienza escursionistica, capacità di orientamento, conoscenza delle caratteristiche dell'ambiente montano, passo sicuro e assenza di vertigini, capacità valutative e decisionali nonché di preparazione fisica adeguata.

Attrezzature: Richiedono equipaggiamento e attrezzatura adeguati all'itinerario programmato

EEA = percorso per Escursionisti Esperti con Attrezzatura

Per ferrata si intende un itinerario i cui tratti su roccia sono appositamente attrezzati con strutture metalliche: cavi, catene, scale, pediglie e staffe, che ne facilitano e consentono la progressione. Prevedono l'uso dei dispositivi di protezione individuali certificati secondo le normative vigenti (imbragatura, kit da ferrata e casco) e una adeguata preparazione tecnica.

Sono segnalate alla partenza da apposita tabella e rispettano precisi criteri costruttivi e normativi.

EAI = Escursionismo in Ambiente Innevato con racchette da neve

Percorsi che si svolgono in ambiente innevato con l'utilizzo di racchette da neve, entro i limiti dell'escursionismo e quindi su pendenze medio basse ($\leq 25^\circ$). Sono suddivisi su tre diversi livelli di difficoltà (facile, poco difficile e difficile) in ragione del dislivello, del contesto ambientale in cui si svolgono, della preparazione tecnica e dalle problematiche relative alla valutazione del pericolo di valanga che presentano.

Prevedono tutte le cautele derivanti dalle specifiche e contestuali condizioni ambientali, tipiche dell'ambiente montano innevato differenti a seconda di altitudine e latitudine dell'itinerario.

Scala delle difficoltà Cicloescursionistiche

TC (turistico)

Percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile.

Rientrano sotto questa sigla tutti i percorsi che si svolgono su strade agevolmente percorribili dalle comuni autovetture: sterrati inghiaati, tratturi inerbiti o di terra battuta senza solchi, ecc.; anche se esulano dal cicloescursionismo, si faranno rientrare sotto questa sigla le strade pavimentate (asfaltate, cementate, acciottolate, lastricate...).

Richiede un uso corretto del mezzo e capacità ciclistica di base.

MC (per cicloescursionisti di media capacità tecnica)

Percorso su sterrate con fondo poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo scorrevole.

Tutte le strade rientranti nelle categorie di tratturi, carrarecce, piste agro silvo pastorali o di servizio

a impianti, strade militari alpine ecc., che sono agevolmente percorribili da veicoli fuoristrada e non da una comune autovettura, segnate da solchi e/o avvallamenti o con presenza di detrito che non penalizza la progressione (ma che induce a cambiare la traiettoria per cercare un passaggio più agevole). Mulattiere selciate, sentieri inerbiti o in terra battuta, con fondo scorrevole, senza ostacoli (solchi, gradini) rilevanti, dove l'unica difficoltà di conduzione è data dalla presenza di passaggi obbligati che impongono precisione di guida.

Richiede capacità di conduzione in passaggi obbligati, saper applicare la tecnica del fuori-sella, un minimo di equilibrio e conduzione attiva, oltre a un uso corretto del mezzo e buona padronanza dei fondamentali della ciclismo di base.

BC (per cicloescursionisti di buone capacità tecniche)

Percorso su sterrate molto accidentate o su mulattiere e sentieri dal fondo abbastanza scorrevole ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici). Strade sterrate percorribili solo ed esclusivamente da veicoli fuoristrada, dal fondo irregolare o molto irregolare, con solchi e piccoli gradini. Mulattiere e sentieri dal fondo irregolare con presenza significativa di modesti ostacoli elementari (detrito che non penalizza la progressione, radici, gradini non molto alti, avvallamenti, tornanti stretti) sufficientemente distanziati.

Richiede applicazione di tutti i fondamentali, buona conduzione e precisione di guida in passaggi obbligati, da discreto a buon equilibrio, capacità di superare ostacoli semplici in piano, in salita e in discesa, capacità di conduzione attiva, ricerca della massima aderenza in salita

OC (per cicloescursionisti di ottime capacità tecniche)

Percorso come per il BC ma su sentieri dal fondo molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli. Mulattiere e sentieri con presenza di frequenti ostacoli composti e in rapida successione (grossi ciottoli, detrito grossolano, gradoni, radici, tornantini...).

Richiede padronanza di tutti i fondamentali, ottimo equilibrio, massima sensibilità, grande precisione di guida, ottime capacità di conduzione attiva a bassa velocità e di applicazione di diverse tecniche in contemporanea a causa della rapida successione di ostacoli composti, senza peraltro la necessità di dover applicare tecniche trialistiche.

Per completezza, la scala indica una quinta classe di difficoltà, che esula dalle attività proposte dal CAI:

EC (altre attività ciclistiche estreme)

Percorsi su sentieri caratterizzati da gradoni e ostacoli in continua successione, non superabili con le tecniche cicloescursionistiche ma che richiedono tecniche di tipo trialistico, ottime doti di equilibrio e di destrezza.

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI SIENA
Piazza Calabria, 25/A - 531 00 Siena
Telefono 0577 270666
www.caisiena.it - E-mail: info@caisiena.it

DIRETTORE RESPONSABILE: *Augusto Mattioli*
REDAZIONE: *Dario Bagnacci, Costantino Cioni, Monica Folchi,
Antonella Gozzoli, Claudio Lucietto, Ilaria Meloni, Filomena
Petretera, Franco Tinelli, Manola Terzani, Marco Sabbatini*

Sped.A.P.Art. 2 - Comma 20/d - Legge 662/96 - Siena
Stampa: Torchio srl Via delle Nazioni Unite, 16/18
53035 Monteriggioni (SI)
distribuzione gratuita - riservato ai soci
Autorizzazione del Tribunale di Siena n. 436 del 1 3 Gennaio
1983

STAMPE