

APUANE CHE PASSIONE! ... La Montagna dei Carrarini (MS)

Data	Sabato 13 e Domenica 14 Luglio 2013
Socio Accompagnatore	Nome Cognome: Santina M. ✉ tanis2011@email.it ☎ 347_9203174
Difficoltà	1 orma (sabato)  3 orme (domenica) 
Dislivello	Sabato: circa 500 m. Domenica: circa 800 m
Ore di cammino	Sabato effettive: 4 ore Domenica effettive: 6 ore
Luogo di partenza	Sabato ORE 12:00 Località AQUASPARTA - parco dedicato alla Shoah <i>Pranzo condiviso nel bosco ognuno porti qualcosa.</i>
Ritrovo	Da concordare a secondo della provenienza dei partecipanti e con possibilità di essere ospitati la sera precedente Indicativo da concordare Ore 09:00 Altopascio Ore 11.45 CAMPOCECINA - entrare in Carrara seguire indicazioni Cave, Castelpoggio SS446/SP449 - proseguire fino al parcheggio del <u>Ristorante Belvedere</u>

La partecipazione alle escursioni dell'Associazione PassoBarbasso è riservata ai soci. Tessera annuale adulti: 20€. Tessera annuale ragazzi (<18 anni) gratuita. Il costo per la partecipazione degli adulti alle escursioni è di 5 euro al giorno, gratuito per i minorenni. Il costo del primo giorno di escursione è compreso nel costo della tessera.

Per iscrizioni e maggiori dettagli contattare direttamente il Socio Accompagnatore.

In caso di ritiro all'ultimo momento avvisare telefonicamente l'accompagnatore stesso.

Equipaggiamento:

In montagna e specie in quest'area influenzata dalla vicinanza del mare, il meteo può variare improvvisamente, bisogna essere pronti ad inattesi cambi atmosferici.

Scarponcelli da escursionismo (no scarpette!), giacca a vento, vestiario a "cipolla", mantella e/o k-way, bastoncini, copri zaino, abbondante scorta d'acqua (possibilità di rifornirsi solo alla partenza), creme e/o cappellini da sole, frontale. Si cammina con ZAINO LEGGERO.

Pranzo: al sacco sabato e domenica.

Pernotto in rifugio - DA LASCIARE IN AUTO: sacco lenzuolo e/o sacco a pelo, federa, igiene personale.

Descrizione escursione

Sabato dopo aver pranzato affronteremo una ripida discesa, successivamente con un anello di saliscendi graduale ritorneremo al punto di partenza. Cammineremo a mezza costa sul versante marino al fresco nei boschi di faggi. Il base al tempo potremo leggere di storie locali, chi ne ha sono ben accolte.

La sera cena al rifugio. Per chi vorrà, visione del film "Le Vene dei Monti" (30 minuti di spettacolari immagini speleo) a seguire facile passeggiata in notturna con visuale sul Golfo di La Spezia.

Domenica di buon ora affronteremo la salita del Monte Sagro (la sacra montagna di antiche tribù), un percorso ad otto in territorio variegato ci riporterà al luogo di partenza. Se saremo fortunati, scorci spettacolari sulle vette Apuane tra cui il Re Pisanino, dall'Arcipelago Toscano alle Alpi Marittime e in lontananza ma non troppo, la Corsica. Potremo osservare la fragilità, la flora endemica, le valli, i paesi antichi e ... il colore bianco abbagliante.

Purtroppo in tanta bellezza incontreremo anche luoghi depauperati. Siamo nel Parco delle Apuane, caratteristiche diverse rispetto agli altri parchi ... la difficile ricerca di equilibrio Invito alla riflessione ... c'è bisogno di nuove idee ...

Cartografia: Carta dei sentieri Alpi Apuane 1:25.000 Parco delle Alpi Apuane.



Cartina della zona



Altimetria Domenica



Qualche scorcio.

Difficoltà tecniche

Il PERCORSO è quello delle Apuane, MISTO :
qualche roccetta, paleo, alcuni brevi tratti esposti, strada marmifera, sentieri facili e meno facili sconnessi e non, necessario piede fermo e assenza di vertigini.

Note:

- Cena, pernottamento e colazione al Rifugio Carrara, il costo di mezza pensione è di Euro 38,00.
- Avvisare se: celiaci, vegetariani, vegan e *avocalici*, verrà cucinato menù apposito.
- Confermare la partecipazione preferibilmente entro mercoledì 10 Luglio 2013.
- **L' accompagnatore si riserva la facoltà di variare il programma sopra riportato in funzione di eventuali necessità e in base al meteo.**