



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Scandicci

Via Pisana 36/B Scandicci - tel 320 9098602  
[www.caiscandicci.it](http://www.caiscandicci.it) - [scandicci@caiscandicci.it](mailto:scandicci@caiscandicci.it)



### APUANE: Trekking parzialmente notturno da ISOLA SANTA a PRUNO con OMAGGIO a FOSCO MARAINI e ALBA sulla PANIA DELLA CROCE weekend 20 e 21 luglio 2024



La nostra tradizionale escursione "notturna" di metà luglio quest'anno si svolgerà sulla **Pania della Croce**, quarta vetta, come altezza, della catena delle Alpi Apuane, ma una delle più belle ed integre zone, non devastata da cave o altri interventi umani. Per noi fiorentini la Pania della Croce è l'essenza delle Apuane, non a caso è chiamata anche la "regina delle Apuane" e basta guardare dal Ponte Vecchio lungo l'Arno, verso il mare e quei monti all'orizzonte, con l'aspetto di "montagne vere" sono proprio la **Pania della Croce** (a sinistra) e la **Pania Secca** (a destra) e nel mezzo l'**Uomo Morto**, con la sua forma particolare e le tante leggende che si porta dietro. Nel weekend che proponiamo avremo l'occasione di vedere queste belle montagne durante l'avvicinamento del sabato; le calperemo di notte; vi dormiremo e attenderemo l'alba e il sorgere del sole dalla loro vetta. Le discenderemo nella luce della mattina. Ci sarà anche la parte "Culturale" perché la prima parte del sabato la dedicheremo a ricordare il grande **Fosco Maraini**, che su queste montagne ha imparato ad arrampicare e vi ha trascorso gran parte degli ultimi anni. Aveva casa alla **Pasquiglora**, una piccola frazione dell'Alpe di Sant'Antonio, nel comune di Molazzana. L'abitazione è ora un museo e intorno sono stati tracciati sentieri in suo nome.

La cena al **rifugio Rossi**, la colazione al **rifugio del Freo** e il pranzo della domenica alla locanda "**Poveromo**" di **Pruno**, riempiranno piacevolmente il weekend.



**Sabato 20** – Arriveremo con il pullman, provenendo da Castelnuovo Garfagnana, fino all'inizio del sentiero **138** a quota 430 m, circa 2,5 Km prima di Isola Santa,. Ci avvieremo su strada asfaltata fino al piccolo borgo di **Pizzorno**, poi proseguiremo verso sud e poi sud-est seguendo il sentiero che sale aggirando Monte Rovaio e poi Monte Nome del Gesù. In circa due ore arriveremo a **Colle Panestra** (1008m). Qui troveremo il sentiero **133** che percorreremo verso est fino a **Pasquiglora**, dove si trova la casa museo di **Fosco Maraini**. Continueremo sul 133 verso est fino all'Alpe di Sant'Antonio, dove Maraini è sepolto. Ritroneremo e saliremo fino a **Piglionico**, alla Capanna dei Partigiani Caduti (1120 m). Qui prenderemo, verso sud, la scorciatoia verso **Baita Pania** (1200 m) e quindi il sentiero **7** che in circa 2 ore ci porterà al **Rifugio Rossi alla Pania** (1593 m). Pastasciuttata (ore 18..18.30) e breve riposo.

**Sabato 20 notte** – Il nostro obiettivo è la cima della **Pania della Croce** (1858 m). Partiremo dal rifugio alle prime ombre della sera e saliremo sulla Pania seguendo il sentiero **126**. Dormiremo qui, nel sacco a pelo, aspettando l'alba che si annuncia spettacolare, con l'ombra del monte proiettata sul mare, come se nascesse una montagna fantasma!

**Domenica 21 mattina e pomeriggio** - Passata l'alba, l'aurora e con il sole ormai alto sull'orizzonte, ammirato il panorama a 360°, scenderemo verso **Foce di Mosceta** (1186 m) al **rifugio Del Freo**, dove potremo fare colazione e goderci un po' l'ambiente bellissimo che ci circonda. Ripartiremo in direzione sud, seguendo il sentiero **9** fino al **Passo dell'Alpino**, con bella vista sulla Pania, il Corghia, Levigliani e giù fino al mare. Continueremo sul sentiero **122** verso **Pruno** (468 m). Qui verificheremo se, prima del pranzo organizzato alla **Locanda del Poveromo**, ci saranno le condizioni e avremo tempo e voglia per una deviazione fino alla **Cascata dell'Acquapendente**, che richiederà circa un'ora di tempo AR. Dopo il pranzo scenderemo all'incrocio verso Cardoso dove troveremo il pullman per il ritorno (ore 16.30 circa).

**sabato 20 giorno** Difficoltà: E Dislivello totale: salita **1300** m - discesa: **150** m, circa. Percorrenza: **6h00'** circa.

**Sabato 20 notte** Difficoltà: **E-EE** Dislivello totale: salita **350** m - discesa: **50** m, circa. Percorrenza: **1h15'** circa.

**Domen 21 giorno** Difficoltà: E Dislivello totale: salita **50** m - discesa: **1450** m, circa. Percorrenza: **4h30'** circa.

**CIBO** – **Sabato:** Pranzo a sacco – Cena con pasta abbondante, dolce, acqua e vino al Rifugio Rossi. Possibilità di prendere bevande calde per la notte – **domenica:** Colazione libera al rifugio Del Freo – Pranzo con antipasti, zuppa, tordelli, dolce, vino e acqua alla locanda Poveromo di Pruno.

**EQUIPAGGIAMENTO e ABBIGLIAMENTO:** Thermos per bevande calde; borraccia per acqua; lampada frontale e batterie di ricambio; sacco a pelo e materassino leggero per dormire sulla Pania; Scarponi alti, con suola scolpita (tipo Vibram); abbigliamento da escursione in montagna "molto a strati" (avremo freddo la notte e presumibile caldo, da metà mattina). Ricordare: cappello, occhiali e crema x il sole.

**QUOTA di PARTECIPAZIONE:** **45€** - Il trekking è riservato ai soci CAI - Obbligatorio anticipare **15€** al momento dell'iscrizione; si potrà anche fare un Bonifico (IBAN IT74N0103038084000063293556). **La quota comprende:** cena al rifugio Rossi - il pranzo alla locanda del Poveromo - l'organizzazione e gli accompagnatori - Chi cancella la prenotazione dopo il **17 luglio**, dovrà pagare la caparra, se non sostituito.

**VIAGGIO: Con Pullman - Ritrovi:** ore **6.45** UCI Cinema - via del Cavallaccio - ore **7.00** a Firenze-Nord (Bar nei pressi del casello A1).

**Costo del Viaggio:** il costo del viaggio, in pullman, sarà calcolato in base al numero di partecipanti: se saremo in **25** costerà **50,00€** cu.

**INFORMAZIONI e ISCRIZIONI x max 30 partecipanti:** Presso la sede della Sezione **CAI di Scandicci** nel seguente orario: mercoledì (18.00 - 19.30) e giovedì (21.15 - 22.45); oppure dal sito: [www.caiscandicci.it](http://www.caiscandicci.it) oppure email: [scandicci@caiscandicci.it](mailto:scandicci@caiscandicci.it) oppure tel. **3209098602**.

Chi s'iscrive per email dovrà comunicare: Nome e Cognome - Numero di telefono - Ritrovo - Di quale sezione è socio.

**CHIUSURA delle ISCRIZIONI e RIUNIONE:** **mercoledì 17 luglio ore 21.15** nella Saletta Riunioni, in via del Padule 34 (sopra la Scuola di Musica). Sarà illustrato il programma e si dovrà saldare la quota di partecipazione e il viaggio.

**ACCOMPAGNATORI:** AE Paolo BRANDANI (347 5171985) – AE Gabriele BAGGIANI (340 1510790).

Gli accompagnatori si riservano di modificare, o annullare l'escursione per situazioni di rischio per la sicurezza dei partecipanti o per altri motivi.

Regolamento gite della Sezione di Scandicci consultabile all'indirizzo: [caiscandicci.it/images/pdf/Regolamento\\_escursioni\\_completo.pdf](http://caiscandicci.it/images/pdf/Regolamento_escursioni_completo.pdf)