

Guida ambientale escursionistica Daniele Canossini

specializzazione territorio montano, abilitato dalla Regione Emilia Romagna
aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche
e ad AltriPassi, guide ambientali escursionistiche dell'Appennino Tosco-emiliano
tel. 349-6743630 /370-3088168
E-mail: daniele_canossini@hotmail.it Sito web : www.reggiogas.it

Prenotazioni e iscrizioni: c/o

Reggiogas Verdeblu - via Cecati 3/b

Reggio Emilia - tel. 0522-431875

OLTREKING oltre il trekking. trekking e oltre. all-trekking

PROGRAMMI ESCURSIONI 2013

IL PROGRAMMA DELLE ESCURSIONI 2013 SI FONDA SULLA RISCOPERTA DI TESTIMONIANZE DELLA
STORIA E DELLA CULTURA NEL PAESAGGIO:

LE PRIME ESCURSIONI SARANNO DEDICATE ALLA NATURA INVERNALE MEDITERRANEA, POI UN
CICLO SUI COLORI E PAESAGGI DI PRIMAVERA, ANCHE IN BICI.

QUINDI TRE ESCURSIONI DEDICATE PER IL DECIMO ANNO ALL'APPENNINO TOSCO-EMILIANO NEI
SUOI ANGOLI MENO NOTI, E INFINE UN AUTUNNO SUI SENTIERI DELLA STORIA LUNGO LA LINEA
GOTICA, NEL 70° ANNO DELL'INVASIONE NAZISTA DELL'ITALIA.

NEI VIAGGI IN OCCASIONE DEI PONTI IN CAMPANIA, PROVENZA E MAREMMA ,E INOLTRE IN
QUELLI DI UNA SETTIMANA IN CORSICA E SULLE ALPI CAMMINEREMO QUASI SEMPRE ALL'INTERNO
DI PARCHI NAZIONALI O REGIONALI, E COMUNQUE ALLA RICERCA DI UN RAPPORTO EQUILIBRATO
UOMO-NATURA. BUON DIVERTIMENTO.

giorno	data inizio	data fine	TITOLO	CICLO ESCURSIONI
domenica	27/01/13		IL MONTE CAPENARDO (GE)	NATURA D'INVERNO
domenica	10/02/13		VIA FRANCIGENA DA AULLA A SARZANA (MS-SP)	NATURA D'INVERNO
domenica	03/03/13		IL MONTE GABBERI (LU)	NATURA D'INVERNO
mercoledì	06/03/13	ore 21	Presentazione viaggi 2013	C/o Reggiogas
domenica	17/03/13		LUNGO L'ARNO IN BICI (PT-PI)	PRIMAVERA CON VISTA
domenica	07/04/13		SUL LAGO DI COMO DA BELLANO A COLICO (LC)	PRIMAVERA CON VISTA
ponte	25/04/13	28/04/13	NELLA PENISOLA SORRENTINA (NA)	VIAGGI MEDITERRANEI
ponte	01/05/13	05/05/13	GOLE DEL VERDON – PROVENZA (F)	VIAGGI MEDITERRANEI
domenica	19/05/13		IL CASTELLARO DI VALCIECA (RE-PR)	APPENNINO SCONOSCIUTO
domenica	09/06/13		TRAVERSATA DEL MONTE ANTOLA (GE-AL)	PRIMAVERA CON VISTA
domenica	23/06/13		IL MONTE SILLANO – da Ligonchio a Sillano (RE-LU)	APPENNINO SCONOSCIUTO
trekking	14/07/13	21/07/13	ATTORNO ALLA VANOISE (SAVOIA – F)	TREKKING SULLE ALPI
domenica	08/09/13		LA LINEA GOTICA IN VAL PANARO (MO-BO)	SUI SENTIERI DELLA STORIA
trekking	28/09/13	06/10/13	CORSICA DAL MARE AI MONTI (F)	VIAGGI MEDITERRANEI
domenica	20/10/13		IL MONTE MATTO – dai Lagoni a Treschietto (PR-MS)	APPENNINO SCONOSCIUTO
ponte	01/11/13	03/11/13	L' ISOLA DI CAPRAIA (LI)	VIAGGI MEDITERRANEI
domenica	17/11/13		LA LINEA GOTICA IN GARFAGNANA (LU)	SUI SENTIERI DELLA STORIA
domenica	01/12/13		LA LINEA GOTICA SUL MAR LIGURE (MS)	SUI SENTIERI DELLA STORIA

Guida ambientale escursionistica Daniele Canossini

specializzazione territorio montano, abilitato dalla Regione Emilia Romagna aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche e ad AltriPassi, guide ambientali escursionistiche dell'Appennino Tosco-emiliano /tel. 349-6743630 / 370-3088168

E-mail: daniele_canossini@hotmail.it Sito web : www.reggiogas.it

OLTREKING 2013

(oltre il trekking, trekking e oltre, all-trekking)

Prenotazioni e iscrizioni: c/o

Reggiogas Verdeblu - via Cecati 3/b

Reggio Emilia - tel. 0522-431875

NATURA D' INVERNO

ESCURSIONI ALLA SCOPERTA DEL FASCINO DEL SOLE RADENTE E DELLE AMOSFERE RAREFATTE DELL'INVERNO IN LIGURIA E TOSCANA, SU MOLTEPLICI PAESAGGI E STORIE DIFFERENTI. DAL MARE AI MONTI IN VISTA MARE, PER CHI VUOLE PRENDERSI UNA PAUSA DAL FREDDO E DALLA NEVE

- Le escursioni richiedono solo un po' di curiosità sulle radici della vita e della storia (oltre a scarponcini, e equipaggiamento impermeabile, eventuali bastoncini telescopici, torcia elettrica e pranzo al sacco con borraccia o termos pieni !).
- Le iscrizioni si prenderanno presso Reggiogas VerdeBlu via Cecati 3 /b RE dietro versamento di una quota di cassa comune indicata per ogni escursione, a coprire le spese di viaggio da Reggio E., guida, materiale informativo e carta del percorso.

DOMENICA 27 GENNAIO 2013 : SANTA GIULIA E M. CAPENARDO da Lavagna a Sestri Levante (GE)

Da secoli Lavagna trae l'ardesia dalle cave retrostanti: saliremo lungo le coste liguri del Tigullio fino al Santuario di S. Giulia e alla panoramica vetta del M. Capenardo, da cui se l'inverno è limpido si possono vedere le isole toscane e la Corsica. La discesa per il M. Castello ci conduce per borgate e terrazzamenti fino alla stazione di Sestri Levante.

Da Lavagna a Sestri Levante Km 16, dislivello 700 m in salita, altrettanti in discesa, 5,30 ore di cammino. Viaggio in treno, partenza ore 7 dalla stazione FS a RE, con rientro verso le 20,50. Iscrizioni (cassa comune € 35) entro venerdì 25/01 c/o Reggiogas - via Cecati 3/b - RE.

DOMENICA 10 FEBBRAIO 2013 : DA AULLA A SARZANA borghi di Lunigiana sulla Via Francigena (MS-SP)

Da Aulla saliremo sulle tracce dei pellegrini verso Roma sui colli di Bibola e Vecchietto, tra castelli e borghi arroccati. Poi scenderemo tra gli uliveti a terrazze di fronte al mare fino alla città medievale di Sarzana, dove ci aspetta una farinata e un vermentino in attesa del treno.

Da Aulla a Sarzana Km 17, dislivello 600 m in salita, altrettanti in discesa, 6 ore di cammino. Viaggio in treno, partenza ore 7 dalla stazione FS a RE, con rientro verso le 21,50. Iscrizioni (cassa comune € 35) entro venerdì 1/2 c/o Reggiogas - via Cecati 3/b - RE.

DOMENICA 3 MARZO 2013 : IL MONTE GABBERI Il balcone sulla Versilia nelle Alpi Apuane (LU)

Salendo dalla Versilia ai paesi arroccati tra castagneti e cime di calcari grigi ci offriamo una vetta secondaria , poco più di 1100 m di quota, ma affacciata sul mar Ligure, una vista sulle vicine vette vere Apuane e sulle isole toscane, Elba e Corsica se limpido. Si scende alla piana di Camaiore, cittadina duecentesca sulla via Francigena circondata da uliveti.

Da Stazzema a Camaiore Km 17, dislivello 850 m in salita, 950 in discesa, 6 ore di cammino. Viaggio in pullman, partenza ore 6 dal parcheggio Cecati a RE, con rientro verso le 21,30. Iscrizioni (cassa comune € 35) entro venerdì 22/02 salvo esaurimento posti c/o Reggiogas - via Cecati 3/b - RE.

Guida ambientale escursionistica Daniele Canossini
specializzazione territorio montano, abilitato dalla Regione Emilia Romagna
aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche
e ad AltriPassi, guide ambientali escursionistiche dell'Appennino Tosco-emiliano
/tel. 349-6743630 / 370-3088168
E-mail: daniele_canossini@hotmail.it Sito web : www.reggiogas.it

OLTREKING 2013
(oltre il trekking, trekking e oltre, all-trekking)
Prenotazioni e iscrizioni: c/o
Reggiogas Verdeblu - via Cecati 3/b
Reggio Emilia - tel. 0522-431875

PRIMAVERA CON VISTA

TRE ESCURSIONI ALLA SCOPERTA DI ANGOLI NASCOSTI DI TRE REGIONI , DAPPRIMA LA TOSCANA IN BICI, POI LA LOMBARDIA DEI LAGHI E INFINE LA LIGURIA SULLE VETTE: FIORITURE, PANORAMI, STORIA E PAESAGGI SEMPRE NUOVI.

DOMENICA 17 MARZO : DA PESCIA A CALCI IN BICI **per il Padule di Fucecchio, le Cerbaie e l'Arno (PT-PI)**

Dalla bellissima Pescia si seguono le rive dell'omonimo fiume fino al suo sbocco nel Padule di Fucecchio, vasto lago bonificato ma ancora ricco di zone umide. Uscendone lungo il Canale Maestro, incrociamo la via Francigena a Ponte a Cappiano. Si segue ora la base dei colli delle Cerbaie, raggiungendo le rive dell'Arno a Pontedera. Lungo il grande fiume andremo a visitare il borgo di Vicopisano, arroccato ai piedi dei Monti Pisani. Sempre lungo l'Arno ne aggireremo i colli ricchi di ulivi e rocche, fino a terminare alla bellissima Certosa di Calci, di fronte alla piana pisana, e sede anche di un museo naturalistico tra i più interessanti della Toscana.

Km 60, dislivello minimo, 6 ore circa. Viaggio in pullman, partenza ore 6 dal parcheggio LE QUERCE , via Francia a RE, con le proprie biciclette (attrezzatura per forature compresa), con rientro verso le 21,30. Iscrizioni (cassa comune € 45, ingressi a musei e monumenti esclusi) entro venerdì 8/03 salvo esaurimento posti c/o Reggiogas – via Cecati 3/b – RE. In collaborazione con Tuttinbici.

DOMENICA 7 APRILE 2013 : SUL LAGO DI COMO **il sentiero del Viandante da Bellano a Colico (LC)**

Dalle rive del Lago di Como si percorrono le mulattiere di mezza costa lungo l'antica via che dalle valli del Reno e del Danubio scendeva a Milano. Partiremo da Bellano, famoso per la stretta gola dell'Orrido e l'ambientazione dei romanzi di Andrea Vitali. Tra oratori, paesi abbandonati, torri e terrazzamenti ancora coltivati, avremo di fronte le Alpi Lepontine innestate sul blu e il verde del lago. Termineremo a Colico, presso lo sbocco dell'Adda nel lago.

Km 16, dislivello 700 m in salita, altrettanti in discesa, 6 ore di cammino. Viaggio in treno, partenza ore 5,40 dalla stazione di RE, con rientro verso le 21,15. Iscrizioni (cassa comune € 45) entro venerdì 5/4 c/o Reggiogas – via Cecati 3/b – RE.

DOMENICA 9 GIUGNO : TRAVERSATA DEL MONTE ANTOLA **il balcone della Liguria tra Val Trebbia e Valle Scrivia (GE-AL)**

Il Parco regionale ligure del M. Antola si stende sul versante meridionale del massiccio, mentre quello settentrionale fa parte della Val Borbera nel tortonese, quindi l'estremità sudorientale del Piemonte. Non siamo sullo spartiacque appenninico, ma è proprio come se lo fossimo: dai 1600 m della vetta si domina il mar Ligure e le Alpi, oltre a decine di quinte di crinali, borghi, città e chiesette isolate. Partiremo dalla Salata, valico dell'antica Via del Sale e arriveremo ad un valico con locanda ancora aperta, con tanto di rifugio intermedio sotto la vetta. Sembrano monti di 50 anni fa....

Dalla Salata di Mongiardino a Case del Romano Km 16, dislivello 750 m in salita, 500 in discesa, 6 ore di cammino.

Viaggio in pullman, partenza ore 6 dal parcheggio Cecati a RE, con rientro verso le 22. Iscrizioni (cassa comune € 45) entro venerdì 31/05 salvo esaurimento dei posti, c/o Reggiogas – via Cecati 3/b – RE.

- Le iscrizioni si prenderanno dal 1/02 presso Reggiogas VerdeBlu via Cecati 3/b a RE dietro versamento di una quota di cassa comune indicata per ogni escursione, a coprire le spese di viaggio da Reggio E., guida, materiale informativo e carta del percorso.
- **Mercoledì 6 marzo 2013** - ore 21 in via Cecati 3/b a Reggio E. : presentazione degli ambienti delle escursioni, informazioni sull'equipaggiamento, e proiezione.

Guida ambientale escursionistica Daniele Canossini

specializzazione territorio montano, abilitato dalla Regione Emilia Romagna aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche e ad AltriPassi, guide ambientali escursionistiche dell'Appennino Tosco-emiliano tel. 349-6743630 /370-3088168

E-mail: daniele_canossini@hotmail.it Sito web : www.reggiogas.it

OLTREKING

(oltre il trekking, trekking e oltre, all-trekking)

Prenotazioni e iscrizioni: c/o

Reggiogas Verdeblu - via Cecati 3 /b

42100 Reggio Emilia - tel. 0522-431875

APPENNINO SCONOSCIUTO 2013

PER IL DECIMO ANNO CERCHEREMO DI SCOPRIRE ALCUNI DEI TANTI PERCORSI POCO NOTI DELL'APPENNINO TOSCO-EMILIANO, TRA SPETTACOLI DI NATURA E DELLE TESTIMONIANZE DI STORIE SECOLARI TRA LE PROVINCE CHE ADERISCONO AL PARCO NAZIONALE

- Le escursioni richiedono solo un po' di curiosità sulle radici della vita e della storia e di senso dell'avventura, oltre a scarponcini, equipaggiamento impermeabile e pranzo al sacco con borraccia piena. Sono utili un thermos, berretto, da sole o da freddo in base alla stagione, la torcia elettrica e i bastoncini.
 - La partecipazione ad ogni escursione comporterà una quota di cassa comune comprensiva di viaggio da Reggio E., guida, materiale informativo e carta del percorso, indicata tra parentesi in ogni descrizione.
- Mercoledì 6 marzo 2013** - ore 21 in via Cecati 3/b a Reggio E. : presentazione degli ambienti delle escursioni, informazioni sull'equipaggiamento, e proiezione

DOMENICA 19 MAGGIO : I BORGHI DELLA VAL BRATICA

dalla Val Cedra alla Val Parma (PR)

Una splendida tappa della traversata dei borghi del parco nazionale. Si parte dall'antico nucleo di Pianadetto in Val Cedra, con i suoi splendidi portali e Maestà, si scollina con vasti pascoli panoramici fioriti in Val Bratica a Casarola, origine dei Bertolucci, e Riana, dove nidifica l'aquila. Risaliti tra antichi coltivi terrazzati e pascoli al Passo della Sisa, teatro di episodi della resistenza, scendiamo in Val Parma al borgo di Mossale.

Dal Pianadetto a Mossale Strada Km 15 c., dislivelli di 700 m in salita e 850 in discesa, 5,30 ore di cammino. Viaggio in pullman con partenza alle ore 7 dal parcheggio Cecati a RE, rientro verso le 21. Iscrizioni (cassa comune € 30) entro venerdì 11 / 10, salvo esaurimento posti, presso Reggiogas, via Cecati 3 /b - RE.

DOMENICA 23 GIUGNO : IL MONTE SILLANO

da Sillano a Ligonchio (LU -RE)

Su sentieri poco noti saliremo dal paese garfagnino di Sillano tra castagneti prima e faggete poi fino ad uscire sulle praterie del crinale in faccia alle Apuane. Saliremo dapprima sul Monte Soraggio, con la spettacolare cima detta La Rocchetta, quindi lungo il crinale spartiacque sul vicino Monte Sillano con vasto panorama dalle Alpi al mare. La discesa verso la Val d'Ozola su vecchie tracce di pastori ci porta al crinale del Monte in faccia alla Pietra e al Cusna, per scendere a Ligonchio per il rifugetto del Piano e Tarlanda, lungo le condotte.

In attesa di una merenda al nuovo Rifugio dell'Aquila (per concludere i primi 6 mesi del programma di escursioni) si potrà salire il vicino Monte del Faro, dove si scoprono trincee e postazioni partigiane utilizzate per difendere la centrale idroelettrica dalla distruzione pianificata dall'esercito tedesco in fuga.

Km 16, dislivello 1000 m in salita, 800 in discesa, 6 ore di cammino. Viaggio in pullman, partenza ore 7 dal parcheggio Cecati a RE, con rientro verso le 21. Iscrizioni (cassa comune € 35, merenda esclusa) entro venerdì 21/06, salvo esaurimento posti, c/o Reggiogas - via Cecati 3/b - RE.

DOMENICA 20 OTTOBRE : IL MONTE MATTO

dai 100 Laghi alla Lunigiana (PR-MS)

Il Passo di Badignana, percorso per molti secoli tra Val Parma e Lunigiana nonostante l'altitudine, divide gli splendidi laghi della Val Parma con le loro fioriture più rare dalle ripide mulattiere che scendono nei piccoli borghi storici annidati con i loro castelli ai piedi del crinale. Graffiti preistorici, Maestà a dir poco originali, antichi alpeggi recuperati a piccoli rifugi aperti, i ruderi del castello dei feroci Malaspina, castagneti sterminati e uliveti: questo troveremo nell'antico feudo di Treschietto, oggi famoso per le cipolle.

Dai Lagoni a Vico Km 15, dislivello 600 m in salita, 1250 in discesa, 6 ore di cammino. Viaggio in pullman, partenza ore 7 dal parcheggio Cecati a RE, con rientro verso le 21. Iscrizioni (cassa comune € 35) entro venerdì 11/10, salvo esaurimento dei posti, c/o Reggiogas - via Cecati 3/b - RE.

Guida ambientale escursionistica Daniele Canossini

specializzazione territorio montano, abilitato dalla Regione Emilia Romagna aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche e ad AltriPassi, guide ambientali escursionistiche dell'Appennino Tosco-emiliano tel. 349-6743630 /370-3088168
E-mail: daniele_canossini@hotmail.it Sito web : www.reggiogas.it

OLTREKING 2013

(oltre il trekking, trekking e oltre, all-trekking)
Prenotazioni e iscrizioni: c/o

Reggiogas Verdeblu - via Cecati 3 /b
42100 Reggio Emilia - tel. 0522-431875

SUI SENTIERI DELLA STORIA

PER IL SETTANTESIMO ANNIVERSARIO DELL'INVASIONE TEDESCA DOPO L'8 SETTEMBRE 1943, DEDICHIAMO TRE ESCURSIONI A PARTIRE DALLA STESSA DATA ALLE TESTIMONIANZE RIMASTE DELLA "LINEA GOTICA", CHE DOVEVA DIFENDERE LA REPUBBLICA FANTOCIO DI SALO' E LA STESSA GERMANIA NAZISTA DALL'AVANZATA ALLEATA

- Le escursioni richiedono solo un po' di curiosità sulle radici della vita e della storia e di senso dell'avventura, oltre a scarponcini, equipaggiamento impermeabile e pranzo al sacco con borraccia piena. Sono utili un thermos, berretto, da sole o da freddo in base alla stagione, la torcia elettrica e i bastoncini.
 - La partecipazione ad ogni escursione comporterà una quota di cassa comune comprensiva di viaggio da Reggio E., guida, materiale informativo e carta del percorso, indicata tra parentesi in ogni descrizione.
- Mercoledì 6 marzo 2013** - ore 21 in via Cecati 3/b a Reggio E. : presentazione degli ambienti delle escursioni, informazioni sull'equipaggiamento, e proiezione

DOMENICA 8 SETTEMBRE : LA LINEA GOTICA IN VAL PANARO dal Lago Scaffaiolo a Rocca Corneta (BO-MO)

Dopo lo sfondamento alleato in Romagna e nel bolognese nell'autunno 1944, i tedeschi rafforzarono la Linea Gotica lungo il crinale Spigolino - Rocca Corneta, abbandonando il crinale bolognese per una linea che scendeva verso la difesa a oltranza di Bologna, nodo strategico. Infatti il crinale tra le valli del Leo e del Dardagna segue il confine tra le province di Modena e Bologna, un tempo tra Estensi e Papato. Alto e panoramico, dal Lago Scaffaiolo si tocca il Lago Pratignano e il Monte Cappel Buso, dove le trincee sono ancora visibili.

Km 16, dislivello 200 m in salita, 950 in discesa, 6 ore di cammino. Viaggio in pullman, partenza ore 7 dal parcheggio Cecati a RE, con rientro verso le 21. Iscrizioni (cassa comune € 35) entro venerdì 8/11, salvo esaurimento posti, c/o Reggiogas - via Cecati 3/b - RE.

DOMENICA 17 NOVEMBRE : LA LINEA GOTICA IN GARFAGNANA da san Pellegrino a Lupinaia per la Bassa del Saltello (LU)

Sui percorsi delle guide civaghine che conducevano oltre la linea gotica gruppi di prigionieri alleati evasi, saliremo da San Pellegrino alla Bassa del Saltello, il punto più pericoloso, e da qui lungo mulattiere antiche e marcate dai confini granducali si scende verso la valle Serchio tra Barga e Fosciandora, da cui oltre 1000 anni fa ebbe origine la famiglia della Contessa Matilde. A Lupinaia sosteremo nella bella festa della castagna per riscaldarci con il vino locale, poi in serata giù al Serchio, dove gli alleati si erano attestati al ponte di Campia.

Km 15, dislivello 200 m in salita, 950 in discesa, 6 ore di cammino. Viaggio in pullman, partenza ore 6 dal parcheggio Cecati a RE, con rientro verso le 21. Iscrizioni (cassa comune € 35) entro venerdì 8/11, salvo esaurimento posti, c/o Reggiogas - via Cecati 3/b - RE.

DOMENICA 1° DICEMBRE : LA LINEA GOTICA SUL MAR LIGURE dal Pasquilio al Cinquale (MS)

Sui sentieri tracciati tra trincee e postazioni scenderemo dalle pendici delle Alpi Apuane tra Massa e Versilia, sotto il Monte Carchio, e sul Monte Folgorito, aperto panorama sull'intera costa ligure-toscana. Rivivremo gli assalti alleati alla più forte barriera difesa dai tedeschi. Discenderemo infine a Montignosio e al castello Aghinolfi, roccaforte tedesca e infine sul termine della Linea Gotica sul Mar Ligure alla spiaggia del Cinquale, rimasta quasi come allora.

Km 14, dislivello 100 m in salita, 850 in discesa, 6 ore di cammino. Viaggio in pullman, partenza ore 6 dal parcheggio Cecati a RE, con rientro verso le 21. Iscrizioni (cassa comune € 35) entro venerdì 22/11, salvo esaurimento posti, c/o Reggiogas - via Cecati 3/b - RE.

Guida ambientale escursionistica Daniele Canossini

abilitato dalla Regione Emilia Romagna

aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche

tel. 349-6743630 /370-3088168

E-mail: daniele_canossini@hotmail.it web : www.reggiogas.it

OLTREKING 2013

Prenotazioni e iscrizioni: c/o

Reggiogas Verdeblu - via Cecati 3 /b

Reggio Emilia - tel. 0522-431875

GIOVEDÌ 25 - DOMENICA 28 APRILE

LA PENISOLA SORRENTINA

TRA I PIÙ AFFASCINANTI PAESAGGI DEL MEDITERRANEO, PROTESA TRA LE VISTE SUL VESUVIO, SUL CILENTO, SU CAPRI ED ISCHIA. SI CAMMINA TRA AGRUMETI E LECCETE, A PICCO SUL MARE TRA SORRENTO, POSITANO E PUNTA CAMPANELLA

Giovedì 25 : partenza alle ore 4,15 dalla STAZIONE FS di Reggio E. per Bologna, Napoli e Sorrento. Nel pomeriggio escursione da Colli San Pietro a Positano, lungo il crinale tra i due mari per il Monte Comune e S. Maria di Castello. Vista continua sui golfi di Napoli e Salerno. Positano custodisce una Madonna Nera nella chiesa sul mare. Rientro a Sorrento in bus. Cena in paese e pernottamento all'ostello.

3,30 ore di cammino, 450 m. di disl. in salita, 750 in discesa.

Venerdì 26 : ore 8,30 : partenza in treno per Castellammare e quindi in funivia per il M. Faito. Escursione lungo il crinale all'Eremo di San Michele e al Monte S. Angelo a Tre Pizzi (1440 m), la più alta vetta della penisola. Si sale sulla cima detta il Molare, con la più ampia vista sull'intera Campania costiera. Discesa su sentieri lungo i crinali meridionali fino al paese di Moiano e rientro a Sorrento in bus e treno.

6 ore di cammino, 550 m. di disl. in salita, 950 in discesa.

Sabato 27 : ore 8,30 : trasferimento in bus a Termini, escursione a Punta Campanella, Monte San Costanzo, Nerano, Marina del Cantone, possibilità di allungare con deviazioni a Marina di Ieranto e a Recommono. Siamo sulla punta estrema della penisola, con viste straordinarie di fronte a Capri. Rientro in bus a Sorrento.

6 ore di cammino, 500 m. di disl. in salita, 800 in discesa.

Domenica 28 : ore 8,30 : escursione da Colli di Fontanelle a Sant'Agata dei due Golfi, Massa Lubrense e Sorrento su sentieri e stradelle antiche, alti lungo le coste di entrambi i golfi della penisola; alle 16 partenza in treno per Napoli, Bologna e Reggio, con arrivo alle 23,15.

3 ore di cammino, 200 m. di disl. in salita e 450 m in discesa.

Pernottamento in ostello a Sorrento, viaggi in treno e bus di linea, pasti liberi in paese a Sorrento. Necessari scarponcini, equipaggiamento impermeabile, torcia, borraccia, asciugamani e ricambi, pranzo al sacco per il primo giorno. Le escursioni saranno con zainetti leggeri da giornata, in cui ognuno deve caricare ogni giorno il pranzo al sacco.

In caso di cime annuvolate, la giornata di venerdì potrà essere modificata in un'escursione all'Isola di Capri (5 ore di cammino, 400 m di dislivelli).

Cassa comune per le spese di viaggio, vitto escluso : € 350 .

Mercoledì 6 marzo 2013 ore 21 in via Cecati 3/b a Reggio E. : presentazione degli ambienti del viaggio, informazioni sull'equipaggiamento, proiezione, inizio iscrizioni con acconto di € 100 sulla cassa comune.

Iscrizioni entro il 22 MARZO 2013.

Guida ambientale escursionistica Daniele Canossini

accompagnatore di montagna abilitato dalla Regione Emilia Romagna
aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche
tel. 349-6743630 /370-3088168

E-mail: daniele_canossini@hotmail.it web : www.reggiogas.it

OLTREKING 2013

Prenotazioni e iscrizioni: c/o
Reggiogas Verdebilu - via Cecati 3 /b
Reggio Emilia - tel. 0522-431875

LE GOLE DEL VERDON – ALTA PROVENZA

DAL 1° AL 5 MAGGIO

LUNGO LE GOLE PIÙ FAMOSE IN EUROPA SPETTACOLARI SENTIERI SEGUONO LE CORRENTI LIMPIDE DEL VERDON, LUNGO FIUME CHE DALLE PREALPI PROVENZALI SCENDE TRA CALCARI GIALLI FINO AGLI ALTOPIANI DOVE INIZIA A FIORIRE LA LAVANDA. BORGATE STORICHE CON I LORO MERCATI FANNO DA SFONDO A LAGHI BLU E LECCI VERDI.

mercoledì 1° maggio : ore 4 partenza da Reggio per Nizza, Draguignan e st. Maimes ; ore 12 : escursione St. Maimes – belvedere di Rancoumas – pont du Tusset - Point Sublime (4 ore, dislivelli + 250 m, - 600 m) ; trasferimento in bus a La Palud, piccolo borgo montano un tempo pastorale, oggi animato centro delle gole, frequentato da rocciatori, canoisti, parapendisti, ciclisti ed escursionisti. Pernottamento in ostello

Giornata dedicata alla riva sinistra delle gole, tra fattorie isolate e boschi di querce, con un belvedere mozzafiato sulle torri di Trescaire; si supera il Verdon su ponte medievale all'imbocco del tratto più spettacolare

giovedì 2 maggio : ore 8,30 trasferimento in bus a Castellane ; ore 9 anello di Notre Dame du Roc (1.30 ore, disl. 200 m). Dopo una visita al paese e al mercato, alle ore 11,30 inizia l'escursione Castellane - Rougon – Point Sublime (5 ore, disl. + 600 m, - 500 m), e all'arrivo trasferimento in bus a La Palud

Si inizia con il grande mercato di Castellane, e un giro dal paese al santuario che domina la valle del Verdon; la seconda escursione corre alta sul versante destro della valle tra borghi isolati, creste calcaree e oratori panoramici; un pianoro a 1200 m di stampo scozzese termina nella discesa sul borgo medievale di Rougon a picco sulle gole

venerdì 3 maggio : ore 8,30 trasferimento in bus a Moustiers , oggi sede di mercato provenzale ; ore 9,30 escursione ad anello per Notre Dame de Beauvoir e ritorno per la Strada Romana (1.30 ore, disl. 300 m); ore 12,30 seconda escursione: sorgente Chauvin - belvedere du Galetas – grotte di St. Maurin (2 ore, disl. 250 m) ; ore 16 escursione Belvedere Mayreste – sentiero del Bastidon – La Palud (2 ore , disl. 150 m)

Altro borgo antico, altro santuario: Moustiers è tradizionale centro di produzione di ceramiche artistiche, che ospita oggi un piccolo e colorito mercato provenzale; dal santuario nella gola che sovrasta il paese si sale all'altopiano rientrando per la cosiddetta Strada Romana; la seconda escursione corre su antica mulattiera aperta sul grande lago artificiale di S.te Croix, uno dei più grandi della Francia, dove sbocca il Verdon appena uscito dalle gole, e si finisce tra risorgenti carsiche e grotte abitate per secoli e forse millenni; la terza escursione corre alta sulle gole a mezza costa con vista continua sul vuoto scavato dal fiume

sabato 4 maggio : traversata del celebre sentiero Martel, dal Pointe Sublime attraverso le gallerie abbandonate dentro il tratto più profondo delle gole fino alla Mescla (sosta pranzo presso la confluenza dell'Artuby nel Verdon) ; prosecuzione dell'escursione attraverso una passerella nel sentiero dell'Imbut, il più spettacolare del Verdon, da cui si esce per il ripido Sentiero Vidal (7 ore, dislivello +500 m, -450 m).

L'escursione più spettacolare e impegnativa lungo il Verdon, assolutamente superlativa, senza paragoni in nessun angolo europeo

domenica 5 maggio : ore 8,30 trasferimento in bus a Quinson , sede di un museo della preistoria; ore 9,30 escursione lungo le Basses Gorges – St. Maxime (3,30 ore, dislivello 250 m); ore 14 partenza per Brignoles, Nizza e Reggio

Ultima escursione sulle rive delle gole, su canali abbandonati lungo il fiume reso docile da dighe e laghi; sulle acque placide si può scegliere di saltare l'escursione a favore del noleggio di canoe, pedalò o barche elettriche, cosa possibile anche nella mattinata di venerdì 3 sul ponte di Galetas, saltando il mercato e la prima escursione a Moustiers

Escursioni con zaino leggero da giornata. Necessari scarponcini, borraccia, torcia, costume e telo, asciugamani, equipaggiamento impermeabile, consigliato almeno 1 pranzo al sacco, il resto si compra in loco (vitto autonomo). Cassa comune per tutte le spese (vitto escluso) : 400 € . Obbligatoria carta d'identità e tesserino sanitario plastificato.

Mercoledì 6 marzo 2013 ore 21 in via Cecati 3/b a Reggio E. : presentazione degli ambienti del viaggio, informazioni sull'equipaggiamento, proiezione, inizio iscrizioni con acconto di € 100 sulla cassa comune . Iscrizioni entro il 22 MARZO. In collaborazione con il GEB Bibbiano – CAI Val d'Enza

Guida ambientale escursionistica Daniele Canossini

accompagnatore di montagna abilitato dalla Regione Emilia Romagna
aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche
tel. 349-6743630 /370-3088168

E-mail: daniele_canossini@hotmail.it web: www.r/eggiogas.it

OLTREKING 2013

Prenotazioni e iscrizioni: c/o
Reggiogas Verdebulo - via Cecati 3
42100 Reggio Emilia - tel. 0522-431875

ANELLO DELLA VANOISE - TRA LE VALLI DELLA SAVOIA DA DOMENICA 14 A DOMENICA 21 LUGLIO

AI PIEDI DEI GHIACCIAI DELLA SAVOIA, PERCORRIAMO I SENTIERI DEL PRIMO PARCO NAZIONALE FRANCESE, CHE COMPRENDE IL VASTO MASSICCIO TRA LE VALLI DELL'ISERE (TARENTOISE) E DELL'ARC (MAURIENNE), CON NUMEROSE VETTE SOPRA I 3500 M. IL GRANDE ANELLO CHE CIRCONDA IL MASSICCIO PERCORRE TRATTI DEL GR 5, LA GRANDE TRAVERSATA DELLA ALPI FRANCESI E LA SUA VARIANTE GR 55. ATTORNO AL CUORE DELLA VANOISE SI STENDONO LE ALPI GRAIE DI CONFINE, DALLA PIERRE MENUE, E LA ROC D'AMBIN VERSO LA VALSUSA, E DAL ROCCIAMELONE ALLE LEVANNE E ALLA GRANDE SASSIERE, CONFINANTI CON IL PARCO DEL GRAN PARADISO.

1°g. domenica 14 luglio: partenza alle 5 da via Cecati a Reggio E. in auto per il Moncenisio e Termignon, in Maurienne poco oltre il confine, sul fiume Arc. Verso le 11 si parte con la navetta gratuita per la Bellecombe 2307 m, di fronte alle vette e ai ghiacciai della Vanoise. Partenza a piedi per i rifugi Plan du Lac e Entre Deux Eaux, per infilare il Vallon de la Leisse, ai piedi della Grande Casse, la vetta più alta della Vanoise (3855 m). Cena e pernottamento al Refuge de la Leisse 2487 m, del parco nazionale.

4,00 ore di cammino, 500 m. di dislivello in salita, 300 m. in discesa.

2°g. lunedì 15 luglio: Dal rifugio si risale ancora il Vallon de la Leisse, ai piedi della parete della Grande Motte (3653 m), fino al Col de la Leisse 2761 m, dove si lascia la Maurienne per la Tarentaise, l'alta valle dell'Isere, uno dei principali fiumi delle Alpi francesi. Segue una discesa in Val Claret 2107 m in alta Val d'Isere e la risalita al il Col du Palet 2652 m, con vista sulla Aguille de la Grande Sassiere 3747 m, la più alta vetta del confine con la valdostana Valgrisenche. Cena e pernottamento al Refuge du Palet, poco oltre il passo, anch'esso del parco nazionale, il più alto del tour.

5,00 ore di cammino, 750 m. di dislivello in salita, 600 m. in discesa.

3°g. martedì 16 luglio: dal Col du Palet si scende gradualmente nella conca del Plan de Grassaz, a monte di un bel lago con vista sulle vette più settentrionali del parco della Vanoise: il Dome de la Sache 3601 m e il Mont Pourri 3779. Una breve risalita al Col du Plan Sery 2609 m, poi inizia la discesa al Rifugio Plaisance 2184 m e poi verso il fondovalle del Doron, raggiungendo le borgate alpestri di Champagny le Haut, dove pernottiamo al refuge de le Bois 1470 m, in realtà comodo gîte d'étape presso la borgata, una delle porte del parco nazionale.

5,30 ore di cammino, 250 m. di dislivello in salita e 1500 m. in discesa.

4°g. mercoledì 17 luglio : dal rifugio si scende per poco tra i borghi di Champagny, risalendo poi a lato di profonde gole del fiume Doron tra alpeggi. Varcato il colle della Tour du Merle 1941 m segue una ripida discesa al villaggio di Plan Fournier 1740 m. La mulattiera risale poi ai piedi del Grand Bec (3398 m) fino a raggiungere il refuge du Grand Bec 2404 m, dove si pernotta, con panorama sulle Alpi Savoiarde.

5,00 ore di cammino, 1150 m. di dislivello in salita, 200 m. in discesa.

5°g. giovedì 18 luglio: dal rifugio si percorre il sentiero-balcone sulla vallata di Pralognan la Vanoise per il Col de Leschaux 2565 m, il cirque de la Creux Noir ai piedi della vetta omonima, il col du Rosset 2570 m. Per costoni panoramici si cala nella conca del Col Vanoise, tra la Grande Casse e il ghiacciaio della Vanoise. Tra il Lac Long e il Lac Rond pernottiamo nel refuge Col de la Vanoise 2517 m, vero cuore del gruppo e del parco nazionale.

4,30 ore di cammino, 600 m. di dislivello in salita, 650 m. in discesa.

6°g venerdì 19 luglio.: dal Col de la Vanoise si attraversano i laghetti des Assiettes, e a saliscendi si aggira il grande ghiacciaio della Vanoise per il Col du Grand Merchet 2490 m, i grandi anfiteatri glaciali del Grand e Petit Merchet, il Passo dell'Asino. Superato il rifugio de la Vallette si scende in fondovalle del Doron de Chaviere al Refuge du Roc de la Peche 1870 m, dove si pernotta.

7,00 ore di cammino, 700 m. di dislivello in salita, 1350 m. in discesa. Tappa abbreviabile con percorso di fondovalle.

7°g. sabato 20 luglio : dal fondovalle delle malghe di Ritort 1971 m si risale lungamente di fronte all'Aiguille de Polset (3531 m) fino al Col d'Aussois 2916 m, il passo più alto del Tour, con vista straordinaria sulle più alte vette delle Alpi Graie. Una breve digressione sale facilmente alla Pointe de l'Observatoire 3015 m, ancora più panoramica. La discesa ai piedi della Dent Parrachee (3697 m) ci riporta dalla Tarentaise in Maurienne dove pernottiamo nel Rifugio Plan Sec 2316 m, ormai di fronte alle vette di confine con la Valsusa.

6,30 ore di cammino, 1250 m. di dislivello in salita, 700 m. in discesa.

8°g. domenica 21 luglio : Dal rifugio si aggira la Roc des Corneilles risalendo alla Turra e alla Loza, con sentiero panoramico, fino alla mulattiera che in discesa progressiva tra alpeggi e villaggi torna a Termignon 1300 m. Rientro a Reggio in serata.

5 ore di cammino, 250 m. di dislivello in salita, 1250 m. in discesa.

***** si tratta di un trekking mediamente impegnativo per dislivelli e ore giornaliere di cammino, con pernottamenti a mezza pensione per cui il carico dello zaino si può limitare ai 6 - 8 kg, con sacco-lenzuolo, ricambi e set per l'igiene personale, torcia, maglione, giacca a vento ed altro equipaggiamento impermeabile, ghette per eventuali nevali residui, borraccia per l'acqua e viveri procurati giorno per giorno. Consigliati vivamente bastoncini telescopici, berretto da sole, guanti e berretto caldo, occhiali e creme solari. Si pernotta in rifugi o posti-tappa del CAF o del Parco nazionale della Vanoise. Portare carta d'Identità, tessera sanitaria europea ed eventuale tessera CAI.**

***** dalla serata della presentazione mercoledì 6 marzo 2013 ore 21 c/o Reggiogas, v. Cecati 3 b - RE le iscrizioni saranno aperte fino al 31/05 per un massimo di 15 partecipanti con il versamento di un acconto di 150 € sulla quota cassa comune che utilizzeremo durante il viaggio, stimata in circa € 650 complessivi, e che comprenderà viaggio, guida e mezza pensione per tutto il trekking. Il viaggio in auto lo si organizzerà tra i partecipanti con automezzi privati, le cui spese saranno rimborsate dalla cassa comune. I pranzi al sacco sono a carico dei partecipanti (possibili rifornimenti presso i rifugi).**

CORSICA - TRA I MONTI E IL MARE : CENTRO-SUD

DA SABATO 28 SETTEMBRE A DOMENICA 6 OTTOBRE

IL PARCO REGIONALE DELLA CORSICA NE COMPRENDE TUTTO IL CUORE MONTUOSO . NE CAMMINEREMO LA PARTE CENTRALE E MERIDIONALE, SU TRATTI E VARIANTI DELLA GR20 TRA IL MONTE RENOSO E VIZZAVONA, CON LAGHI, FORESTE SECOLARI E CRINALI A PICCO SUL MARE. MA SEGUIREMO POI ANCHE LE SPIAGGE DEL GOLFO DI VALINCO, APPARTATE E RICCHE DI SITI ARCHEOLOGICI, QUINDI ATTRAVERSEREMO L'ISOLA DA UNA COSTA ALL'ALTRA PER IL COLLE DI BAVELLA, DA CUI PARTONO BELLISSIME ECURSIONI .

PROGRAMMA DI MASSIMA:

Sabato 28 : alle ore 4 partenza in pullman dal parcheggio Cecati a Reggio per Livorno . Imbarco alle 7,30 sul traghetto per Bastia. Arrivo alle 13 e trasferimento in pullman a Isulacciu di Fiumorbu 800 m nell'omonima regione, a monte della piana di Aleria. Alle ore 14,30 circa partenza a piedi per il Rifugio Prati 1820 m, la Bocca d'Oru, con grandi viste sul mar Tirreno, e discesa lungo la GR 20 sul valico della Bocca di Verdi 1289 m. Cena e pernottamento in gite d'etape.

Ore 5 di cammino, dislivello 1040 m in salita, 540 m in discesa

Domenica 29 : partenza per la valle dei Pozzini, splendida torbiera, da cui si sale il Monte Renoso 2352 m, uno dei più alti dell'isola. In discesa si supera il grande lago di Bastani e si pernotta al rifugio delle Capannelle 1586 m. Una delle più belle varianti alla GR 20, con vista su gran parte della Corsica e sulle isole dell'arcipelago toscano.

Ore 7 di cammino, dislivello 1080 m in salita, 740 m in discesa

Lunedì 30 : con una tappa della GR 20 si attraversano alpeggi e foreste con viste sulle valli del Tavignano e sui due mari, fino a valicare alla Bocca Palmente 1657 m e scendere tra secolari pini larici alla foce di Vizzavona 1128 m , valico stradale e ferroviario più importante dell'isola, situato al suo centro geografico e idrografico. Il pullmann ci porta da qui alle rive del Mediterraneo, sulla vicina costa occidentale, nel golfo di Ajaccio. Una breve escursione nella foresta di Chiavari sale dal mare al paese. Pernottamento in albergo a Coti Chiavari.

Ore 5,30 di cammino, dislivello 650 m in salita, 700 m in discesa

Martedì 1° : partenza per la tappa più bella del trekking Mare e Monti Sud: da Coti si scende alla spiaggia della Baia di Cupabia (eventuale sosta per bagno), poi si segue la costa con la torre genovese di Capannelle e infine si giunge a Porto Pollo. Pernottamento in albergo.

Ore 4,30 di cammino, dislivello 100 m in salita, 600 m in discesa

Mercoledì 2 : Trasferimento in pullman a Filitosa , visita del più importante sito preistorico della Corsica. Alle 12 circa partenza a piedi per la tappa Mare e Monti dalla Foce del Taravo ad Olmeto 315 m. Rientro in pullman a Porto Pollo.

Ore 4,30 di cammino, dislivello 700 m in salita, 400 m in discesa

Giovedì 3 : trasferimento in pullman a Campomoro e partenza per l'escursione costiera tra i graniti e le spiagge alla Torre e Capo di Campomoro, Punta Eccica, Cala dell'Aguglia e rientro per l'interno. Al rientro trasferimento in pullman al Col di Bavella 1218 m. Pernottamento in gite d'etape .

Ore 5 di cammino, dislivello 200 m in salita, 200 m in discesa

Venerdì 4 : partenza per l'escursione lungo la GR 20 lungo la Valle d'Asinau, in un paesaggio alpestre di granito e boschi di pino laricio e rientro per le Torri di Bavella. Una delle più belle escursioni della Corsica meridionale. Qualche passaggio esposto è assicurato con catene e scalette.

Ore 6,30 di cammino, dislivello 750 m in salita, altrettanti in discesa

Sabato 5 : partenza sull'ultima tappa della GR 20 per la Foce Finosa , Rifugio Paliri 1055 m , Foce di u Bracciu 955 m , Bocca d'Usciolu 587 m, per giungere al borgo di Conca 252 m , dove si pernotta in gite d'etape. Grande vista sulle Isole del Tirreno e la Sardegna, regina la macchia mediterranea.

Ore 6,30 di cammino, dislivello 300 m in salita, 1300 m in discesa

Domenica 6 : partenza in pullman per Aleria e Bastia., e imbarco alle 13 sul traghetto per Livorno. Arrivo alle 18 e rientro a Reggio in serata. .

- Viaggio in pullman e traghetto, pernottamenti in gite d'etape (rifugi presso paesi o passi) e alberghi. Escursioni con zainetto leggero, necessari inoltre scarponi , sacco a pelo o sacco lenzuolo, asciugamani e necessario per l'igiene personale, borraccia, torcia, abbigliamento impermeabile, consigliati bastoncini, costume e telo da mare, sandali o scarpe sportive, berretti creme e occhiali da sole . Il bagaglio per i pernottamenti viene trasportato dal pullman . Necessari carta d'identità e tessera sanitaria plastificata europea.
- Spese previste con cassa comune di 850 € a testa per tutte le spese , esclusi i pasti in corso di viaggio il primo e l'ultimo giorno e i pranzi al sacco.
- Mercoledì 6 MARZO 2013 ore 21 in via Cecati 3/b a Reggio E. : presentazione degli ambienti del viaggio, informazioni sull'equipaggiamento, proiezione, inizio iscrizioni (termine entro venerdì 28 /06) con con acconto di € 100 sulla cassa comune.

specializzazione territorio montano
aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche
tel. 349-6743630 /370-3088168
E-mail: daniele_canossini@hotmail.it Sito web : www.reggiogas.it

(oltre il trekking, trekking e oltre, all-trekking)
Prenotazioni e iscrizioni: c/o
Reggiogas Verdeblu - via Cecati 3/b
Reggio Emilia - tel. 0522-431875

ISOLA DI CAPRAIA

DAL 1° AL 3 NOVEMBRE

ALLA SCOPERTA DI UNA DELLE ISOLE PIU' VICINE E PIU' BELLE. ESCURSIONI DA UN CAPO ALL'ALTRO, AL LAGHETTO PENSILE DELLO STAGNONE, ALLA PUNTA DELLO ZENOBITO, ALLE ROCCE ROSSE E BIANCHE DELLE CALETTE. POSSIBILE IL GIRO IN BARCA E GLI ULTIMI BAGNI DELL'ANNO.

Alloggeremo in case isolate, ci potremo cucinare noi o assaggiare i piatti locali, in qualche giorno di ISOLAMENTO, alla sera si legge o si gira a veder le stelle in un orizzonte completo. Di giorno si vive con gli isolani, si sta sul porto ad aspettare i giornali e ad osservare la gara di pesca al totano... cucinato nei ristoranti in ogni modo possibile ! inoltre si fanno escursioni stupende, si fotografano i colori e gli uccelli di passo, si organizza un giro in barca delle splendide scogliere. Al posto della colonia penale si coltiva e si vende biologico. Le escursioni possono durare da 3 a 6 ore, il dislivello gira attorno ai 500 m, i panorami spaziano sui mari Ligure e Tirreno le isole d'Elba, Gorgona e alla vicinissima Corsica: NON si vede normalmente la terraferma.

*Si parte **venerdì 1° novembre** alle 4,00 dal Parcheggio Cecati a Reggio E., ci si imbarca alle 8,30 a Livorno, e alle 11,00 si sbarca sull'isola, dove se ne prende confidenza, oltre che alloggio (in appartamenti da 4-6 persone con cucina). Al pomeriggio, mare consentendo, si potrà circumnavigare l'isola in battello, per osservare grotte, pareti e le spettacolari falesie colorate, con eventuali ultimi bagni. Se il mare fosse mosso, scambieremo il programma con domenica.*

Nel tardo pomeriggio breve escursione a Cala Zurletto e rientro per la Strada Romana; a sera possibile passeggiata notturna ai belvedere o alla colonia penale.

*Il **sabato 2 novembre** lo riserveremo per la salita al centro dell'isola, lo Stagnone, Monte delle Penne, torre genovese di Punta della Teglia, e rientro per gli spettrali edifici dimessi della colonia penale, 6 ore di cammino tra panorami affascinanti, 550 m di dislivello. Assolutamente la più bella escursione sulle isole toscane....*

*La **domenica 3 novembre** partiremo al mattino in escursione per Monte Arpagna , panoramico ex-semaforo della Marina (3 ore a/r, 400 m di dislivello) e prolungamento facoltativo alla Punta dello Zenobito (altre 2 ore, altri 400 m di dislivello). Al rientro qualche spesa in paese e giungono le 17,00, ora del traghetto per rientrare in continente.*

Arrivo a Livorno alle 19,30 e rientro in pulmino a RE verso le 23.

Viaggio in pullman e traghetto con cassa comune di € 300 per tutte le spese, vitto escluso. Iscrizioni entro il 27/09 con acconto di € 50 sulla quota di cassa comune.

Necessari sacco-lenzuolo o sacco a pelo, asciugamani e necessaire da notte in una borsa o zaino da lasciare in appartamento, poi uno zainetto con giacca a vento impermeabile, berretto e guanti, torcia elettrica, borraccia; consigliati almeno un pranzo al sacco, viveri di scorta, qualche libro, binocolo, bastoncini, berretto da sole, occhiali e creme solari, eventuali costume, pinne e maschera, e magari la muta.... Le escursioni sono semplici, ma richiedono gli scarponcini alti, con un paio di scarpe basse o sandali di ricambio.

MERCOLEDÌ 6 MARZO 2013 alle 21 in via Cecati 3/b a Reggio E.: serata di presentazione del trekking con i dettagli sull'organizzazione e l'equipaggiamento.