

Guida ambientale escursionistica Daniele Canossini

abilitato dalla Regione Emilia-Romagna
aderente a AIGAE Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche ER051
e ad AltriPassi, guide ambientali escursionistiche dell'Appennino Tosco-emiliano
tel. 349-6743630 / 370-3088168
E-mail: daniele_canossini@hotmail.it, danielecanossini@gmail.com Sito web : www.reggiogas.it

OLTREKING 2022

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

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

LE PROSSIME ESCURSIONI :

- *Le escursioni richiedono un po' di curiosità sulle radici della storia e delle storie della natura, oltre a scarponcini alti, equipaggiamento impermeabile e pranzo al sacco con borraccia piena. Sono utili un termos, berretto, da sole o da freddo in base alla stagione, molto utili i bastoncini.*

DOMENICA 16 GENNAIO: DA MONEGLIA A FRAMURA

in treno a camminare sul Sentiero Liguria (GE-SP)

Dal borgo marinaro di Moneglia si sale a Lemeglio sulle coste del Telegrafo, per poi scendere nel borgo storico di Deiva Marina. Dopo il pranzo in spiaggia, si riprende a salire a Casa Serra e alle borgate più alte di Framura. Una discesa tra scalinate e piazzette ci conduce alla stazione di Framura, sul mare. Mimose fiorite e ultimi corbezzoli.

Km 13, dislivello 700 m in salita, = in discesa, 5,30 ore di cammino.

Viaggio in treno, ritrovo alle 7 in stazione a Reggio Emilia con rientro alle 21 circa.

Iscrizioni € 15, obbligatorie dotazioni DPI (gel e mascherina), biglietto del treno autonomo.

DOMENICA 30 GENNAIO: DA LEVANTO A VERNAZZA

inverno verso le Cinqueterre (SP)

Dal borgo e dal castello di Levanto si sale al crinale che chiude ad ovest le Cinqueterre, i cui abitanti fuggendo dai Saraceni sui monti, vi lasciarono le antiche chiese, oggi Santuari. Ne vedremo due, la Madonna di Soviore e la Madonna di Reggio (ma la nostra Reggio non c'entra). Scesi a Vernazza, ci godiamo il tramonto sul porto prima del treno.

Km 16, dislivello 600 m in salita, = in discesa, 5,30 ore di cammino.

Viaggio in treno, ritrovo alle 7 in stazione a Reggio Emilia con rientro alle 21 circa.

Iscrizioni € 15, obbligatorie dotazioni DPI (gel e mascherina), biglietto del treno autonomo.

DOMENICA 13 FEBBRAIO: I FORTI DI GENOVA

tra le fortificazioni sopra la città (GE)

Dalla stazione di Genova saliremo a prendere il trenino a scartamento ridotto che tra curve e ponti porta ai piedi del Forte Diamante, vertice della difesa della Repubblica. Scenderemo verso il mare e il porto, toccando altri 4 forti tra vasti panorami sull'appennino e il golfo di Genova con le due riviere. In discesa verso il centro, a piedi o con la funicolare, riprenderemo il treno di rientro.

Km 14, dislivello 400 m in salita, 700 in discesa, 5 ore di cammino.

Viaggio in treno, ritrovo alle 7 in stazione a Reggio Emilia con rientro alle 21 circa.

Iscrizioni € 15, obbligatorie dotazioni DPI (gel e mascherina), biglietto del treno autonomo.

DOMENICA 20 FEBBRAIO : I BOSCHI DI CARREGA

una tenuta di caccia divenuta il primo parco regionale (PR)

Partiremo da Collecchio, ma appena fuori del paese si stendono solo boschi e le ville dei signori che dal Medioevo agli anni 60 vivevano e governavano la vasta tenuta. Si costeggiano laghi artificiali, si attraversano castagneti e coste panoramiche, le faggete di Maria Luigia e i bagni di Maria Amalia, il Monte Castione e la Villa del Casino, con una Ghiacciaia e un museo diffuso di oggetti della tenuta. Oltre le prime fioriture, decine di alberi esotici da tutto il mondo.

Viaggio autonomo, ritrovo a Pontenovo di San Polo (dietro la chiesa) alle 8, con rientro alle 17 circa.

Iscrizioni € 10, obbligatorie dotazioni DPI (gel e mascherina)

DOMENICA 27 FEBBRAIO: ATTORNO AL GOLFO DELLA SPEZIA **inusuale giro tra chiese e borgate con vista (SP)**

Dalla stazione di Vezzano Ligure saliremo tra i borghi e le chiese di Valeriano, Monte Albano, Sarbia, Marinasco, La Foce, Sommovigo, Costellino e infine Pegazzano, da cui alla Spezia e alla stazione. Viste sulla Val di Vara, la Lunigiana e l'Appennino innevato a nord, la città, il porto, il golfo e le isole a sud.

Km 14, dislivello 500 m in salita, = in discesa, 5 ore di cammino.

Viaggio in treno, ritrovo alle 7 in stazione a Reggio Emilia con rientro alle 21 circa.

Iscrizioni € 15, obbligatorie dotazioni DPI (gel e mascherina), biglietto del treno autonomo.

DOMENICA 6 MARZO : ANELLO DI VETTO **sui sentieri tra Enza e Tassobio (RE)**

Partiremo tra i terrazzamenti che, come in Liguria, sovrastano il paese di Vetto. Per mulattiere selciate e antiche fattorie isolate, metati e un panoramico crinale arriveremo a Montepiano, con vista a 360 gradi e luogo di rifugio delle brigate partigiane. Una discesa tra boschi e il borgo di Tizzolo ci riporta a Vetto sui sentieri che per 100 anni erano la via degli scolari ogni giorno. Panorami sul crinale, prime fioriture, birra.

Km 13, dislivello 600 m in salita, = in discesa, 5 ore di cammino.

Viaggio autonomo, ritrovo a Ciano (parcheggio teatro) alle 8 o a Vetto (parcheggio dietro bar Europa via Micheli) alle 8,30, con rientro alle 18 circa.

Iscrizioni € 10, obbligatorie dotazioni DPI (gel e mascherina)

DOMENICA 13 MARZO : PONTREMOLI E BORGHI DI LUNIGIANA **pievi, castelli e vie Francigene (MS)**

Dalla stazione di Pontremoli visiteremo la città e il Caffè degli Svizzeri, poi lungo mulattiere, torri, Pievi e resti dei domini dei Malaspina, attraverseremo Ponticello, Filattiera, Filetto, Virgoletta e termineremo a Villafranca, tra borghi medievali sorti lungo la Via Francigena, con belle fioriture ai piedi delle vette innevate del crinale.

Km 17, dislivello 500 m in salita, 600 in discesa, 5,30 ore di cammino.

Viaggio in treno, ritrovo alle 7 in stazione a Reggio Emilia con rientro alle 21 circa.

Iscrizioni € 15, obbligatorie dotazioni DPI (gel e mascherina), biglietto del treno autonomo.

SABATO 19 - SABATO 26 MARZO: SANREMO : RIVIERA DEI FIORI

DOVE LE ALPI TOCCANO IL MARE, SI ARROCCANO DECINE DI BORGHI TRA LE VALLI ARGENTINA, NERVIA, ROIA, CONTESI PER SECOLI TRA I DORIA, I GRIMALDI, I SAVOIA. SENTIERI IN VISTA MARE TRA LIGURIA E COSTA AZZURRA.

Ogni giorno una meta diversa: Bordighera – S. Biagio - Vallecrosia, Seborga – Ospedaletti,

Taggia – Pompeiana - S. Stefano, Baiardo – Castelvittorio - Pigna,

San Romolo – Coldirodi, Camporosso -Ventimiglia,

Mentone – Cap Martin, Monaco – La Turbie - Roccabruna,

Poggio - Bussana Vecchia, tutti sulle 4-5 ore di cammino,

- oltre alla scoperta dei segreti di Sanremo: la Pigna, il Liberty, il porto, i luoghi di Calvino.

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">➤ Viaggio in treno e bus pubblici. Pernottamento in albergo. Le escursioni saranno con zainetti leggeri da giornata, in cui ognuno deve caricare ogni giorno il pranzo al sacco, da procurarsi in autonomia. Ricambi, beauty, scarpe da città e altro in borsone o trolley da lasciare in albergo. Le colazioni saranno in albergo, le cene sono autonome in città.➤ Documenti in base alle norme in vigore.➤ Necessari scarponi o comunque scarpe scolpite, equipaggiamento impermeabile, torcia, borraccia, utili i bastoncini. Iscrizioni entro febbraio , Cassa comune per le spese di viaggio, pranzi e cene esclusi € 600 |
|---|

LA COSTIERA AMALFITANA

sabato 4 - mercoledì 8 dicembre

POCHI LUOGHI AL MONDO CONCENTRANO NATURA, STORIA, TRADIZIONI E LETTERATURA COME LA COSTIERA AMALFITANA. NE FAREMO ASSAGGI, TRA ESCURSIONI SUI SENTIERI DI BORGO IN BORGO, TRA I MONTI E IL MARE A PICCO. L'IMMERSIONE NELLO SPETTACOLARE CONNUBIO TRA NATURA E STORIA SI DIPANA NEL SENTIERO DEGLI DEI TRA AGEROLA E POSITANO, NELLA VALLE DELLE FERRIERE DI AMALFI, NELLE PRODUZIONI CASEARIE UNICHE DEI MONTI LATTARI, NEI TERRAZZI DI RAVELLO NEL PESCE DELLE TRATTORIE, POI TUTTI I PRESEPI IN COSTRUZIONE, DECINE DI STATUINE IN OGNI CANTONE E IN OGNI CHIESA.....

Sabato 4 : partenza alle ore 4 da via Cecati a RE con pulmino per Salerno e **Maiori**, teatro di alcuni film neorealisti di Rossellini, ma distrutta da un'alluvione nel 1954. Ore 13: escursione da Maiori a **Minori**, da Minori salita a Torello e **Ravello**, famoso per il Duomo e le ville Rufolo e Cimbrone, quindi discesa fino ad **Atrani**, piccolo paese marinaro, veramente autentico, ed escluso dal turismo (3.30 ore, dislivello 400 m). Sistemazione in camere sparse per il borgo.

Domenica 5 : ore 8,30 partenza a piedi per Amalfi e sulla **Strada maestra dei Villaggi** – Lone – Vettica Minore - S. Lazzaro di **Agèrola** – sentiero Abu Tabela – **Furore** – sentiero dei Briganti - Eremo di S. Barbara – **Bomerano**. Si tratta di uno dei più famosi sentieri a balcone sulla costiera, di villaggio in villaggio, sempre con panorami sul mare, con sosta presso il migliore caseificio di Agerola (5 ore, dislivello 650 m in salita, 100 in discesa). Rientro in bus ad Atrani.

Lunedì 6 : ore 8,30 escursione da Atrani nella riserva naturale **Valle delle Ferriere**. Decine di mulini e antiche ferriere e cartiere si dipanavano lungo il vallone alle spalle del borgo marinaro di Amalfi: ne percorreremo alcuni spettacolari sentieri immersi nel verde di una vegetazione lussureggiante anche in pieno inverno. Vi saranno anche borghi arroccati sulle pendici della valle, come **Minuta** e **Scala**, con il suo Duomo sospeso (6,30 ore, dislivello 600 m). Possibilità di abbreviare il percorso.

Martedì 7 : ore 8,30 trasferimento in bus a **Bomerano** e prosecuzione a piedi sul famoso **sentiero degli Dei**, alto sulla costa con viste mozzafiato su Capri e il Cilento, per il piccolo borgo di **Nocelle**, **Malpertuso** e infine **Positano**, perla sul mare. (4,30 ore, dislivello 200 in salita, 700 in discesa). Sosta in paese, con i famosi atelier di abbigliamento, discesa alla Madonna Nera e alla spiaggia, prima del rientro in bus ad Amalfi.

Mercoledì 8 : ore 8,30 brevi escursioni possibili da Atrani per la Madonna del **Bando**, o **Pontone**, Torre dello **Zito** o il Duomo di **Amalfi** (3 ore, 300 m di dislivello).

Nel primo pomeriggio partenza per Reggio con arrivo in tarda serata.

- Viaggio in pullman. Pernottamento in ostello con camere sparse nei vicoli di Atrani. Le escursioni saranno con zainetti leggeri da giornata, in cui ognuno deve caricare ogni giorno il pranzo al sacco, da procurarsi in autonomia. Ricambi, beauty, scarpe e ricambi in borsone o trolley da lasciare in camera. Le colazioni saranno in albergo, le cene sono autonome in paese.
- Necessari scarponcini alti, equipaggiamento impermeabile, torcia, borraccia.
- Obbligatoria Carta d'Identità e tessera sanitaria europea plastificata. Green pass obbligatorio con almeno una vaccinazione. Inoltre mascherine e gel disinfettante.
- Il viaggio si effettua in base alle disposizioni di legge in vigore nel momento
- Cassa comune per le spese di viaggio, pranzi e cene esclusi € 550. Guida e organizzazione € 15/giorno.
- Iscrizioni ENTRO il 30 SETTEMBRE salvo esaurimento posti, in via Cecati 3/b a Reggio E. con acconto di € 150 sulla cassa comune.
-

DA SABATO 23 APRILE A DOMENICA 1° MAGGIO

PROVENZA - DAL LUBERON ALLE CALANQUES

SETTIMANA DI ESCURSIONI NELLA PROVENZA CLASSICA DELLE OCRE E DEI MERCATI PRIMA, E SULLE BIANCHE COSTE DELLE CALANQUES POI, IN UN SUSSEGUIRSI DI BORGHI, CASTELLI, GROTTI, GOLE, FIORDI, PINETE E FIORITURE.

Sabato 23 : BUOUX - ore 4 - partenza in pullman dal parcheggio Cecati a Reggio E. per Aix e Buoux, nel cuore del parco regionale del Luberon. Percorreremo come prima escursione una valletta stretta tra alte falesie calcaree, attraverso piccoli borghi e arrampicatori. Al termine il pulmino ci porterà ad Apt, cittadina storica e sede del parco. Pernottamento in albergo, cene libere in centro.

(3 ore di cammino, dislivello 250 m)

Domenica 24 : RUSTREL - 8,30 partenza in pullman per Rustrel, ed escursione nel celebre Colorado, antiche cave di ocra (anello di 2 ore, disl. 150 m). Trasferimento in pullman nel vicino borgo medievale di Viens, ed escursione tra bories, muri in pietra e campi di lavanda, con vista a 360°. (anello di 2 ore, dislivelli 200 m). Ancora breve trasferimento ad Oppède, ed escursione lungo il profondo canyon scavato dal Calavon, il torrente che passa per Apt (2 ore, dislivello in discesa 200 m). Rientro in albergo ad Apt. Cena libera in paese.

(totale 6 ore di cammino, dislivelli + 350 m, - 500 m).

Lunedì 25 : OPPEDE - ore 8,30 partenza in pullman per Roussillon, e visita alle famose cave di ocra (1,30 ore, dislivelli 100 m). Al termine della visita il pullman ci porta a Menerbes, borgo arroccato ai piedi del Petit Luberon. L'escursione scorre su carrarecche fino al borgo abbandonato di Oppède le Vieux, abbandonato più di un secolo fa, e riabitato da artisti in fuga dall'occupazione nazista, e ora anche da ricchi vip. L'escursione continua fino al bel villaggio di Maubec (2 ore di cammino, dislivelli +200 m, - 250). Terza escursione: il Muro della Peste, costruito nel 1720 per tener lontana la peste dallo stato provenzale dei Papi, lo scopriremo da Cabrieres (1,30 ore, dislivello 150 m). Rientro ad Apt, cena libera in paese.

(totale 4 ore di cammino, dislivelli +450, - 500)

Martedì 26 : LA VERONCLE - ore 8,30 partenza in pullman per Gordes, dove si tiene stamattina uno dei più importanti mercati provenzali. Esaurite le curiosità, si parte per l'escursione nelle gole della Veroncle, costellata da antichi mulini incastonati tra ruscello e pareti rocciose. Tra vari paesaggi si arriva a Murs, borgo sull'altopiano di Vaucluse. (4 ore, dislivello +350 m, - 50 m). Al pomeriggio escursione dal paese di Lioux, schiacciato ai piedi di un'alta falesia: vi saliremo scoprendo molte analogie con una Pietra a noi cara (2 ore, dislivello 200 m). Rientro ad Apt per cena libera.

(totale 6 ore di cammino, dislivelli + 550 m, - 250 m)

Mercoledì 27: PETIT LUBERON - ore 8,30 partenza in pullman, carichi di bagagli, per Maubec. L'escursione ci porta in piano ai piedi del Petit Luberon al borgo di Robion e alla risorgente di Boulon. Da qui si inizia la salita al Rocher de Baudon, percorso aereo e panoramico che termina sulla cima del Castelas e dentro alle gole del Badarel, (3,30 ore di cammino, dislivello 300 m). Nel borgo di Taillades il pullman ci riprende per condurci a Marsiglia. Pernottamento in hotel a meridione del centro. Cene libere nei dintorni.

Giovedì 28 : MORGIOU - ore 8,30 partenza in pullman per le Baumettes, sede del carcere. Escursione nella calanque di Sormiou, un tempo borgo di pescatori, sul Forte di Cap Morgiou, nella calanque di Morgiou, altro paese di pescatori. Si traversa lungo il mare con qualche scaletta alla calanque di Sugiton per poi risalire sotto la Falesia dei Tetti fino al col de Sugiton e terminare nella città universitaria di Luminy. Le Calanques sono fiordi intagliati sulla costa a pochi km dal centro di Marsiglia, ora protette da un parco nazionale. Rientro in hotel.

(6 ore di cammino, dislivelli + 600, - 580).

Venerdì 29 : CASSIS - ore 8,30 partenza in pullman per Luminy e inizio dell'escursione alta lungo la costa per il Col de la Candelle, ai piedi della torre di roccia più famosa. Segue la Falesia di Devenson e il vallone di En Vau, il fiordo più profondo. Dopo le calanques di Port Pin e Port Miou, si arriva nel porticciolo di Cassis, la più celebre delle località marine della Provenza. Rientro in hotel in pullman.

(7 ore di cammino, dislivelli + 600, - 750 m).

Sabato 30 : MARSEILLEVIEYRE - ore 8,30 partenza in pullman per le Baumettes ed escursione lungo la costa del massiccio di Marseilleviyre, che sporge di fronte alle numerose isole del golfo di Marsiglia. Il sentiero dei finanzieri cercava di contrastare il contrabbando e di cala in cala si giunge al porticciolo di Callelongue e di nuovo alti sulla costa al porto di La Mandrague. Rientro in hotel in pullman.

(5,30 ore di cammino, dislivelli +350, - 500 m).

Domenica 1° : LA SAINTE BAUME - ore 8,30 partenza in pullman per la Sainte Baume, luogo sacro per la Provenza. L'escursione sale ai piedi della grande parete che ospita una grotta dedicata fin dal primo cristianesimo a S. Maria Maddalena, a cui è dedicata anche la grande basilica nella vicina Saint Maximin. Sopra la grotta si sale alla cappella del Saint Pylon, che dai suoi 1000 m è visibile mezza Provenza.

(2,30 ore di cammino, dislivello 300 m). Dopo pranzo partenza in pullman e arrivo a Reggio verso le 24.

Viaggio in pullman, pernottamenti in albergo con cene libere. Escursioni con zainetto leggero, oltre a scarponcini, sandali, borraccia, torcia, abbigliamento impermeabile, berretti e occhiali da sole, bastoncini per chi li usa. Ricambi, asciugamani, necessario per igiene personale e altro materiale in borsone da lasciare in camera.

- **Obbligatoria Carta d'Identità, tessera sanitaria e Green Pass, in base alle norme francesi del momento**
- Spese previste con cassa comune di 900 € a testa, **escluse le cene, i pranzi e i pasti in corso di viaggio.**
- Iscrizioni **entro il 3 FEBBRAIO** con acconto di 300 € presso GEB e Reggiogas, salvo esaurimento posti disponibili.

GIOVEDÌ 2 - DOMENICA 5 GIUGNO

GLI ALTOPIANI DEL GRAN SASSO

SI CAMMINA LUNGO I TRATTURI DEI PASTORI TRA I CASTELLI E GLI ALTOPIANI, FINO ALLE VETTE DEL PARCO NAZIONALE DEL GRAN SASSO, NELLA FIORITURA PIÙ BELLA. CHIESE ED EREMI ROMANICI, BORGHI MEDIEVALI ARROCCATI, L'IMPRESSONANTE ALTOPIANO DI CAMPO IMPERATORE MENTRE SI RIPOPOLA DI MANDRIE E GREGGI AL PASCOLO.

Giovedì 2 : partenza da Reggio E., parcheggio Cecati alle ore 4 in pullman per L'Aquila. Ecco la prima escursione: **sul tratturo Aquila-Foggia**. Da S. Demetrio dei Vestini si attraversano le rovine romane di Peltuinum, le chiesette isolate di S. Paolo e S. Eufemia, con finale nel borgo di Bominaco, il più antico e conservato dell'Abruzzo con chiese medievali. Vista su decine di borghi arroccati, sull'altopiano di Navelli e le vette dal Gran Sasso al Sirente alla Maiella (ore 5 di cammino, dislivelli + 400 m, - 100 m).
Al termine trasferimento in pullman in albergo. Cena e pernottamento.

Venerdì 3 : S Stefano di Sessanio e Rocca Calascio

Il pullman ci porta in quota ai piedi del M. Scinderella, poi escursione al lago di Barisciano e ai ruderi della Grangia medievale di S. Maria del Monte. Ancora in discesa per S. Maria del Carbone al borgo storico di S. Stefano di Sessanio, famoso per il primo albergo diffuso, e per la torre crollata nel terremoto del 2009. Si riparte e in breve per crinale panoramico si giunge a Rocca Calascio, con Oratorio, castello diruto, e sotto un bel borgo per secoli abbandonato e ora recuperato in parte come rifugio diffuso. In discesa si arriva a Calascio, paese gemmato da quello antico, ma già antico anche questo. Il pullman ci riconduce in albergo.
(ore 6,30 di cammino, dislivelli +150 m, - 1050 m.)

Sabato 4 : Campo Imperatore da Castel del Monte.

Si parte stavolta da Castel del Monte, storico borgo di pastori. Il tratturo che sale a Campo Imperatore raggiunge attraverso il Guado di Montagna (in realtà un passo) e un canyon i pascoli più vasti d'Abruzzo. Al centro di Campo Imperatore si può fare una sosta gastronomica a base di arrosticini prima di proseguire per il Vado di Siella, affacciato sul versante Adriatico, punto di incontro di tre province e teatro del distacco della valanga che distrusse il sottostante albergo di Rigopiano.
Possibile salita dalla sella a una vetta del crinale in assenza di neve (1 ora e 300 m di dislivello aggiuntivi)
Alla Fonte Vetica ci riprende il pullman (ore 5,30 di cammino, dislivelli + 650 m, - 350 m).

Domenica 5 : M. Aquila : i panorami dalle vette, di fronte al Corno Grande.

Trasferiti in pullman all'albergo storico di Campo Imperatore, saliamo al rifugio Duca degli Abruzzi, sul crinale principale della catena, che si segue poi di fronte alle cime più alte del massiccio. Se la neve lo consente, raggiungeremo la vetta del M. Aquila (2496 m), o l'altopiano di Campo Pericoli con il rifugio Garibaldi, per poi scendere di nuovo all'albergo (ore 4 di cammino, dislivelli + 400 m, - 400 m). Nel pomeriggio partenza per Reggio (arrivo in tarda serata).

Viaggio in pullman con partenza da via Cecati a RE alle ore 4, pernottamento in albergo, escursioni con zaino giornaliero. Necessari scarponcini alti, equipaggiamento impermeabile, torcia, borraccia, necessario da notte e ricambio in borsa da lasciare in camera. Consigliati bastoncini, berretto e guanti, cappello e creme da sole, viveri per i pranzi al sacco.

Obbligatori documenti di Identità, tessera sanitaria, eventuale green pass in base alle norme in vigore nel momento

Cassa comune per le spese di viaggio (pranzi al sacco esclusi) : € 500 a testa

Iscrizioni entro il 31 MARZO , salvo esaurimento posti, con acconto di € 100