



Associazione Alpinistica la Montagna - aps

Alpinismo Escursionismo Natura

Via Geo Ballestri 265 - 41058 Vignola (MO) Aperta il giovedì dalle ore 21:00 alle 23:00
www.associazionepinisticalamontagnavignola.it e-mail-info@associazionepinisticalamontagnavignola.it



ALPI APUANE – PANIA DELLA CROCE N°45

| | | | |
|---------------------------|--|--------------------|-------------------|
| Uscita del: | 30-31 Luglio 2024 | Difficoltà: | E-EE |
| Durata escursione: | 4 ore circa -30/07 - 7 ore circa-14/07 | Lunghezza: | 21-23 Km circa |
| Quota massima: | 1.860 metri | Dislivello: | 750 mt./800 mt. |
| Partenza ore: | 6,30 | Pranzo: | al sacco /rifugio |
| Organizzazione: | Guido Patelli 3484106709 | | |

Ritrovo dei partecipanti presso la sede dell'associazione alle ore: 6,15, partenza ore 6,30

Attrezzatura: Abbigliamento idoneo da escursione, scarponi da montagna con suola ben scolpita.

Informazioni ed iscrizioni: L'incontro con i partecipanti si terrà giovedì 20/06 in sede. Il numero massimo previsto è di 15-17 persone. Le iscrizioni avverranno il giorno 21/06 dalle ore 14,00 tramite WhatsApp al numero dell'associazione.

Quota di partecipazione pari a € 4 quale rimborso spese.

DESCRIZIONE

Prima di iniziare la nostra escursione, potremo andare a visitare il famoso “Ponte della Maddalena” più noto come **Ponte del Diavolo**, che si trova in località Borgo a Mozzano.

Dopo la visita al ponte riprendiamo le auto e raggiungiamo il paese di Fornovolasco (480 metri), da questa località ha inizio la nostra escursione.

Parcheggiate le auto nella piazzetta del paese, attraversiamo un ponticello sul fiume Turrite e prendiamo il sentiero n° 130, che ci porterà dopo un percorso di circa 2,30 ore e un dislivello di 780 metri a “Foci di Valli” (1.265 metri) da dove partono una serie di sentieri. Il nostro è contrassegnato con il numero 125, (**percorso da percorrere con molta attenzione per la presenza di tratti esposti**), dopo circa 1 ora e 30 minuti di cammino raggiungiamo il Rif. “G. Del Freo” (1.190 metri).

Al rifugio, situato ai piedi del monte “Pania della Croce”. Sono previsti cena e pernottamento.

L'escursione riprendere giovedì 31 luglio e affronteremo subito una ripida salita, lungo il sentiero n° 126, che ci porterà dopo circa 2 ore sulla cima della “Pania della Croce” (1.558 metri).

Dopo una meritata sosta ammiriamo sullo sfondo il mar Tirreno, poi si riprende il nostro cammino verso il Rif. "Rossi alla Pania", raggiunto un bivio prima del rifugio prendiamo il sentiero n° 7 a destra, e saliamo sino ad una cengia della Pania per poi ridiscendere rapidamente fino a raggiungere nuovamente "Foci di Valli", tempo previsto 1 ora e 30 min. Da Foci di Valli, lungo il sentiero n° 131, arriviamo ad uno dei "Monumenti naturali" delle Apuane il **Monte Forato (1.223 metri)**.

Dal Monte Forato scendiamo lungo i sentieri n° 122 e n° 6 che ci porteranno nuovamente al punto di partenza, Fornovolasco, il tempo previsto dal monte Forato e di circa 2 ore.

SIAMO ALLOGGIATI AL RIFUGIO G. DEL FREO, CON TRATTAMENTO DI ½ PENSIONE, PERNOTTAMENTO, CENA E PRIMA COLAZIONE AL **PREZZO DI 50,00 euro. (da verificare)**

OLTRE IL NECESSARIO PER TRASCORRERE LA NOTTE AL RIFUGIO, OCCORRERE PORTARE CON NOI IL SACCO LENZUOLA.

La partecipazione alle uscite è caratterizzata dall'obbligo di iscrizione all'Associazione

Quota di partecipazione pari a 4 euro quale rimborso spese

N.B. Il capogruppo si riserva di effettuare variazioni al percorso descritto anche in funzione delle condizioni ambientali e per la sicurezza del gruppo