

Data: dalle ore 11 del 05/02/2011 alle ore 16 del 06/02/2011

Difficoltà: ▲▲

Costo: €25,00 Guida e ass.tecnica al giorno

Min. partecipanti: 6

Pernottamento e pasti: €35,00 (€40per chi sceglie pensione completa)



Sabato 05 Febbraio 2011: S.Pellegrino in Alpe – Giro del Diavolo – Alpe di S. Pellegrino – Rif. Pradaccio – S.Pellegrino disl.200 m. in salita – 200m. in discesa

Partenza e Ritrovo a S.Pellegrino in ALPE (Lu) ore 11, alle ore 11,30 inizia l'escursione al GIRO del DIAVOLO e all'Alpe. Per chi viene in treno transfer dalla(stazione ferroviaria) a partire dalle ore 10,00 Secondo incontro per chi non può arrivare al mattino a S.Pellegrino in Alpe alle ore 16.00,

domenica 06 Febbraio 2011

Rif.il Pradaccio – Passo delle Radici – Apicella della Radici/ Prati di S.Gemignano (4 ore) disl. 200m. in salita – 200m. in discesa

Escursione all'Alpicella delle Radici o/e se le condizioni lo permettono al Monte Cella e Vecchio, da cui si dominano l'Appennino le Alpi Apuane e nelle giornate più terse la pianura padana. Rientro dalle ore 16 con mezzi propri o con pulmino privato (non passano mezzi pubblici) da Passo delle Radici S.Pellegrino in Alpe a Castelnuovo di Garfagnana con arrivo alle ore 17,30 circa alla stazione fs

Ore di cammino giornaliero: 3/4. Trekking senza difficoltà tecniche, non richiede particolare esperienza. Saranno date sul posto nozioni tecniche sul Nordic Walking e l'uso di ciaspole e bastoncini

Il protagonista è soprattutto La Natura lussureggiante e selvaggia delle faggete d'altitudine, incastonate nella neve. Scopriremo la Toscana più autentica con le sue montagne,vedremo le Isole e sullo sfondo le Alpi Apuane e la sua gente ma anche con i suoi angoli suggestivi e sconosciuti.

Faremo base al Pradaccio vicino all'alpe di S.Pellegrino, terra di viandanti, pellegrini, uomini dei boschi e traffici commerciali lungo le antiche vie del Sale (la Bibulca e la Vandelli) da cui si raggiungeva il Mare. Visita Guidata al Museo della vita Contadina nell'antico Ospitale.

Cosa portare: pranzo al sacco per il primo giorno, scarponi da trekking, ghette da neve e abbigliamento da escursionismo invernale, guanti e cappello, termos (va bene anche la borraccia) , racchette da neve + bastoncini telescopici (vanno bene anche quelli da sci), possibilità di affittare previa prenotazione al costo di € 12, sacco lenzuolo o sacco a pelo caldo (si possono affittare le lenzuola al costo di €10) .

Notti: si dorme in rifugio, in camerate, da 3, 4, 6, 12 posti, bagni in comune, le attività sono di gruppo ed è gradita una collaborazione con il gestore del rifugio:

Sport Invernali: possibilità di prenotare una lezione di Fondo con il maestro, prezzo indicativo per 5 pax €11 comprensivo di attrezzatura

Come arrivare: in auto da Lucca o da Modena (possibilità di parcheggio nel piazzale della stazione di Castelnuovo) o in treno (linea FS Lucca-Aulla). In treno si arriva a Castelnuovo di Garfagnana (LU). Controllare su www.trenitalia.it

N.B.: Consigliamo di lasciare il telefono cellulare. Se avete la necessità di averlo con voi sappiate che è condizione necessaria per partecipare al trekking tenerlo acceso solo alla sera dopo ogni tappa e al mattino prima di partire. Mai durante il cammino comprese le soste. Il cellulare, l'I-pod e oggetti simili non permettono di godere a pieno dell'esperienza di gruppo che proponiamo, teneteli almeno silenziosi durante le escursioni.



Per **informazioni e prenotazioni sul rifugio:**

ASS. NATURALISTICA " IL SENTIERO" 058545440 Skype me +39 3398719534

www.il-sentiero.it ass.sentiero@tin.it

Gabriele Tebano Guida Ambientale gabriele@terredimare.org www.Terredimare.org

Tel 0583570391 +393331640021

Terre di Mare.org di Gabriele Tebano – via Vecchia di Vorno, 3 – 55060 Capannori (LU) P.IVA 01985470465 – [Skype Me!](https://www.skype.com/en) – info@terredimare.org