



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

COMMISSIONE ESCURSIONISMO

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano – tel. 0286463516
escursionismo@caimilano.eu - info@caimilano.eu - www.caimilano.eu

 [Commissione Escursionismo CAI Milano](#)



Sabato 05/06/2021, Domenica 06/06/2021

Pania della Croce (m 1850) - Monte Forato *Alpi Apuane*

Termine chiusura iscrizioni: 03/06/2021

Numero massimo di partecipanti: 24

La Pania della Croce ed il Monte Forato sono due mete frequentatissime delle Alpi Apuane. La Pania della Croce non è la cima più alta delle Apuane ma dalla sua vetta si gode una vista spettacolare. Si vedono le isole dell'arcipelago Toscano, la Corsica, la Sardegna e si ha una completa visuale su tutte le Apuane. Per tale motivo la Pania della Croce è definita la regina delle Apuane. Il Monte Forato prende il nome dall'arco di pietra che lo contraddistingue. L'arco, visibile anche dalla costa, ha le dimensioni di 32 m per 25 m. In alcuni periodi dell'anno è possibile vedere il sole che tramonta attraversato da esso.

Programma:

Sabato 05/06/2021	Partenza da Milano: Famagosta MM2 – UNICA FERMATA	ore 6.45
Domenica 06/06/2021	Arrivo previsto a Milano	ore 20.00 circa

Località di arrivo con il pullman: Levigliani (LU)

Percorso:

Primo giorno (05/06/2021)

Dal paese di Levigliani (582 m) ci dirigeremo verso il rifugio Del Freo percorrendo un lungo tratto di strada asfaltata che conduce all'ingresso dell'Antro del Corchia (la più grande grotta di origine carsica d'Europa) nei cui pressi si stacca il sentiero n. 9 che conduce al Rifugio del Freo. Si tratta di un facile sentiero che nel suo primo tratto si sviluppa su di una sassosa mulattiera ricca di curve. Per questo motivo il sentiero è denominato sentiero delle "Votoline".

Giunti al Passo dell'Alpino (1080 m) il sentiero ci condurrà prima alla foce di Mosceta (1170 m) e poi al rifugio Del Freo. Qui potremo alleggerire i nostri zaini per rendere più facile la salita alla vetta della Pania della Croce (1859 m). Dal rifugio Del Freo (1180 m) percorrendo il sentiero n. 126, si giunge al colle della Pania (1823 m), poco sotto la linea di cresta che andrà percorsa per arrivare alla vetta vera e propria. Quest'ultima parte di sentiero presenta tratti esposti e pertanto deve essere percorsa con la massima cautela. Il rientro al rifugio Del Freo avverrà per lo stesso percorso utilizzato per la salita - **N.B. Non c'è acqua lungo il percorso.**

Secondo giorno (06/06/2021)

Dal rifugio Del Freo (1180 m), tramite il sentiero n.125, si giunge alla Foce di Valli (1266 m). Questo sentiero presenta tratti esposti in cui è necessario utilizzare le mani ed avere passo saldo e fermo. Giunti alla Foce di Valli, tramite i sentieri 130 e poi 131, si arriva al sentiero n. 12 (919 m) che conduce all'Arco del Monte Forato (1223 m).

Dopo una breve sosta ripercorreremo il sentiero n. 12 in discesa fino a ricongiungerci con il sentiero n. 131, che seguiremo fino al bivio con il sentiero n. 6 con cui arriveremo a Stazzema, termine della nostra traversata - **N.B. Non c'è acqua lungo il percorso.**

Difficoltà e Carattere dell'escursione:

Primo giorno (05/06/2021)

Dal paese di Levigliani al rifugio Del Freo sentiero di tipo E: percorso su facile mulattiera e sentiero.

Dal rifugio Del Freo alla vetta della Pania della Croce sentiero di tipo EE: presenza di tratti esposti sulla cresta. Non adatto a chi non si sente sicuro su tratti esposti.

Secondo giorno (06/06/2021)

Dal rifugio Del Freo al Monte Forato sentiero di tipo EE: presenza di tratti esposti lungo il percorso. Non adatto a chi non si sente sicuro su tratti esposti.

Dal Monte Forato a Stazzema di tipo E: sentiero escursionistico

N.B.: Gli Accompagnatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti.

All'iscrizione è obbligatorio ritirare il presente programma e prendere visione del Regolamento e delle note presenti sul modulo di "Dovere di informazione e consenso informato" disponibili in Sezione, e sul sito Internet.

L'attività in montagna è pericolosa ed ogni partecipante se ne assume il rischio.



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

COMMISSIONE ESCURSIONISMO

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano – tel. 0286463516
escursionismo@caimilano.eu - info@caimilano.eu - www.caimilano.eu

 [Commissione Escursionismo CAI Milano](#)



Dislivello e Tempi:

Primo giorno (05/06/2021)

Dislivelli: dal paese di Levigliani al rifugio Del Freo circa 600 m di dislivello. Dal rifugio Del Freo alla cresta della Pania della Croce circa 700 m dislivello

Tempi di percorrenza: dal paese di Levigliani al rifugio Del Freo circa 2 ore. Dal rifugio Del Freo alla cresta della Pania della Croce circa 3 ore e 30' tra salita e discesa.

Secondo giorno (06/06/2021)

Dislivelli: Dal rifugio Del Freo al Monte Forato circa 400 m di dislivello. Dal Monte Forato a Stazzema, circa 700 m di dislivello in discesa

Tempi di percorrenza: Dal rifugio Del Freo al Monte Forato circa 3 ore. Dal Monte Forato a Stazzema circa 2 ore e 30'

Equipaggiamento:

Equipaggiamento da montagna: pile, giacca a vento, guanti, cappello, lampada frontale. Utili i bastoncini telescopici.

Scarponi da escursionismo alti alla caviglia ed infine, uno zaino adeguatamente capiente per contenere l'indispensabile – Pranzo al sacco. Non saranno ammesse all'escursione persone **con scarpe basse o da ginnastica (comprese le scarpe da mountain-running)**

NOTE PER IL PERNOTTAMENTO AL RIFUGIO DEL FREO:

A CAUSA DELLA PANDEMIA DI COVID-19 IL RIFUGIO NON FORNISCE COPERTE E CIABATTE.

OCCORRE QUINDI DOTARSI DI SACCO A PELO E CIABATTE.

NON E' DISPONIBILE LA DOCCIA. IL RIFUGIO NON E' DOTATO DI BANCOMAT PER I PAGAMENTI.

LA CORRENTE ELETTRICA E' DISPONIBILE SOLO DALLE 18:00 ALLE 22:00

Quote di Partecipazione:

Soci CAI: Euro 110,00 – Portare tessera CAI

La quota comprende il viaggio di A/R in pullman.

N.B. I SOCI CHE HANNO DATO IL LORO NOMINATIVO IN FASE DI PRENOTAZIONE, DEVONO CONFERMARE LA LORO PARTECIPAZIONE E PROVVEDERE AL PAGAMENTO ENTRO E NON OLTRE VENERDI' 21/05/2021 TELEFONANDO IN SEGRETERIA ALLO 02.86463516 DAL MARTEDI' AL VENERDI' DALLE 15,30 ALLE 19,00

OBBLIGATORIO PER LA PARTECIPAZIONE*

*Ogni partecipante deve compilare il modulo di autodichiarazione disponibile in Sede e scaricabile dal sito, da portare con sé la mattina dell'escursione e da consegnare agli Accompagnatori.

*Ogni partecipante deve leggere le Note operative sempre disponibili in Sede e scaricabili dal sito.

*Ogni partecipante deve aver ricevuto la conferma/accettazione da parte della Commissione Escursionismo della loro presenza in escursione.

*Ogni partecipante deve avere con sé 2 mascherine e gel disinfettante.

Direttore di escursione e Responsabile Covid-19: Fabrizio Dellarosa - Cell. 3471972757

Altri Accompagnatori: AE Germano Grassa – Tiziana Gianelli

CHI NON POTESSE PARTECIPARE è PREGATO DI AVVISARE TELEFONICAMENTE GLI ACCOMPAGNATORI

N.B.: Gli Accompagnatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti.

All'iscrizione è obbligatorio ritirare il presente programma e prendere visione del Regolamento e delle note presenti sul modulo di "Dovere di informazione e consenso informato" disponibili in Sezione, e sul sito Internet.

L'attività in montagna è pericolosa ed ogni partecipante se ne assume il rischio.