



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO
Nando Bastianelli - Lido del Nista
FONDATA NEL 1888



21 -22 Giugno 2014

Le Alpi Apuane più selvagge *La Ferrata del M. Contrario – Il Monte Grondilice*

Capo gita: Mauro Ciampi - mauro.alp@libero.it
Avvicinamento con auto personali -

Prenotazioni con caparra €. 10. entro 6 giugno 2014



Programma

Primo giorno: Biforcio m.376 dove si lasciano le auto. Si prende il sentiero di lizza alla Casa degli Alberghi. Quindi all'attacco della ferrata. Si percorre la Ferrata fino al Passo delle Pecore m.1.600 – Si scende al rifugio Orto di Donna m. 1.500 –
Dislivello in salita 1220 metri - in discesa 100 metri - Ore 5/6
Diff. E.E.A. – con obbligo di kit omologato da ferrata – casco.



Secondo giorno: rifugio Orto di donna, Foce del Grondilice, Monte Grondilice m.1809, brevi passaggi su roccia.

Discesa alla Foce Rasori, Foce di Navola, Canal Regollo, località Mozziconi, Biforco m.376.

Dislivello in salita m. 300, in discesa 1430 metri. Ore 5/6 -

Difficoltà E.E.A.

Escursione adatta a persone esperte ed allenate.

Kit da ferrata completo e casco.

Quota di partecipazione € 50.00 – mezza pensione al rifugio (extra esclusi)

Pranzi al sacco NON compresi nella quota. Possibilità di acquisto al rifugio.

Obbligo di sacco-letto nel rifugio

**In caso di rinuncia (se non rimpiazzato da altro partecipante)
la caparra sarà interamente trattenuta quale quota-caparra già versata al rifugio.**