



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

6 SET 2015

BACH SULLE APUANE

Uno degli eventi del Festival della Mente che si svolge a Sarzana nel primo weekend del mese di settembre consiste in un concerto in alta quota sulle Apuane.

Musica sulle Apuane organizza sulle nostre montagne da due anni festival di concerti ed escursionismo promossi dal CAI di Massa.

Domenica 6 settembre il violoncellista Mario Brunello porterà le Suites (sono danze diverse a ritmo alternato ma di uguale tonalità) di Bach sulla splendida terrazza di Foce Rasori a 1315 mt di quota nell'interno di Massa.



Data la bellezza e l'importanza dell'evento abbiamo deciso di organizzare due escursioni che includano partecipazione al concerto:

- da Vinca adatta a tutti
- da Vergheto più impegnativa



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

PARTENZA DA VINCA

GITA IN AUTO

RITROVO: **MCDONALD'S DI STAGNO ORE 7:30**

CAPO GITA: **GIACOMO BANTI (CELL. 3280587730)**

DIFFICOLTÀ: **E**

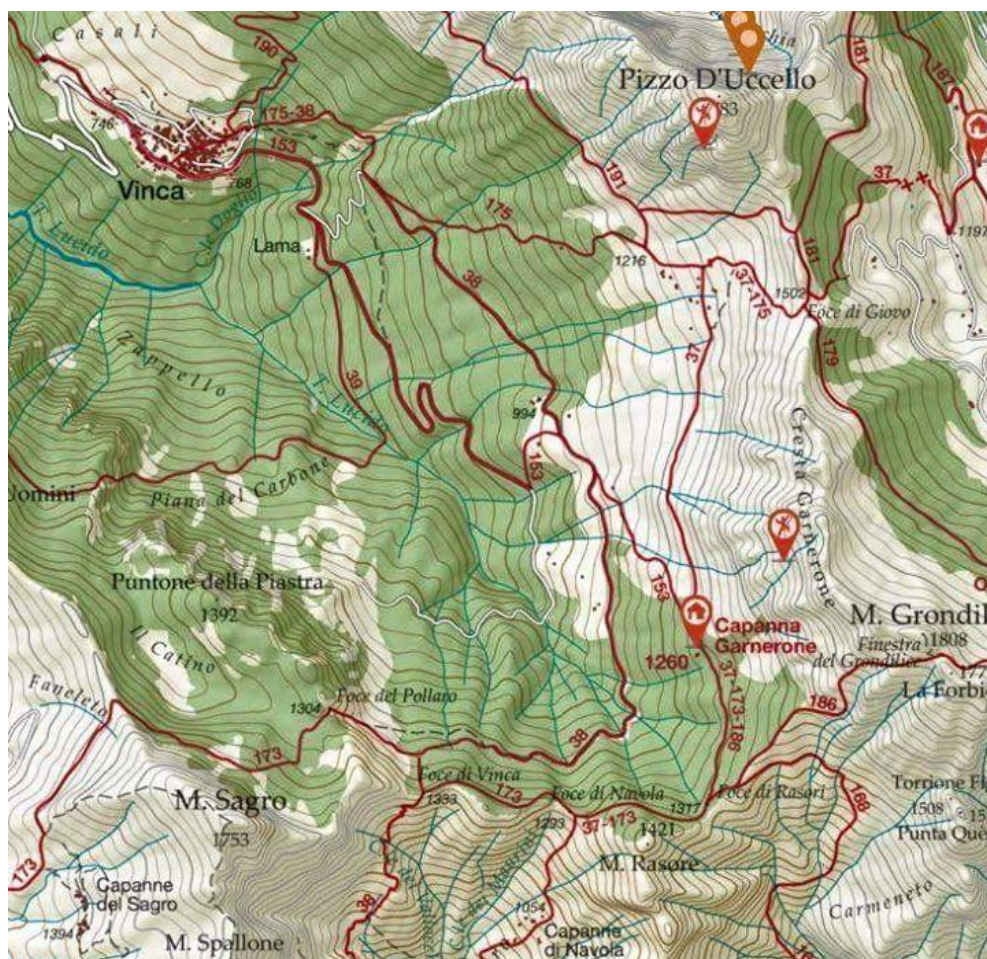
DISLIVELLO: **400 MT**

DURATA: **1 H 30 MINUTI ANDATA, 1 H CIRCA RITORNO**

L'escursione seguirà il seguente percorso:

Arrivo a Vinca, Comune di Fivizzano MS alle ore 10:00 in fondo al paese dove la strada prosegue fino ad arrivare all'inizio del sentiero 153 e dove si lasceranno parcheggiate le macchine.

Il percorso ha un dislivello di 400 mt. e un tempo di percorrenza di un'ora circa fino alla capanna Garnerone. Dalla capanna Garnerone si percorre un sentiero che in 20 minuti porta a Foce Rasori.





CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

PARTENZA DA VERGHETO

GITA IN AUTO

RITROVO: **MCDONALD'S DI STAGNO ORE 8:00**

CAPO GITA: **FABIO GAMBACCIANI (CELL. 393931857905)**

DIFFICOLTÀ: **E**

DISLIVELLO: **550 MT**

DURATA: **4:30 ORE CIRCA ANDATA E RITORNO**

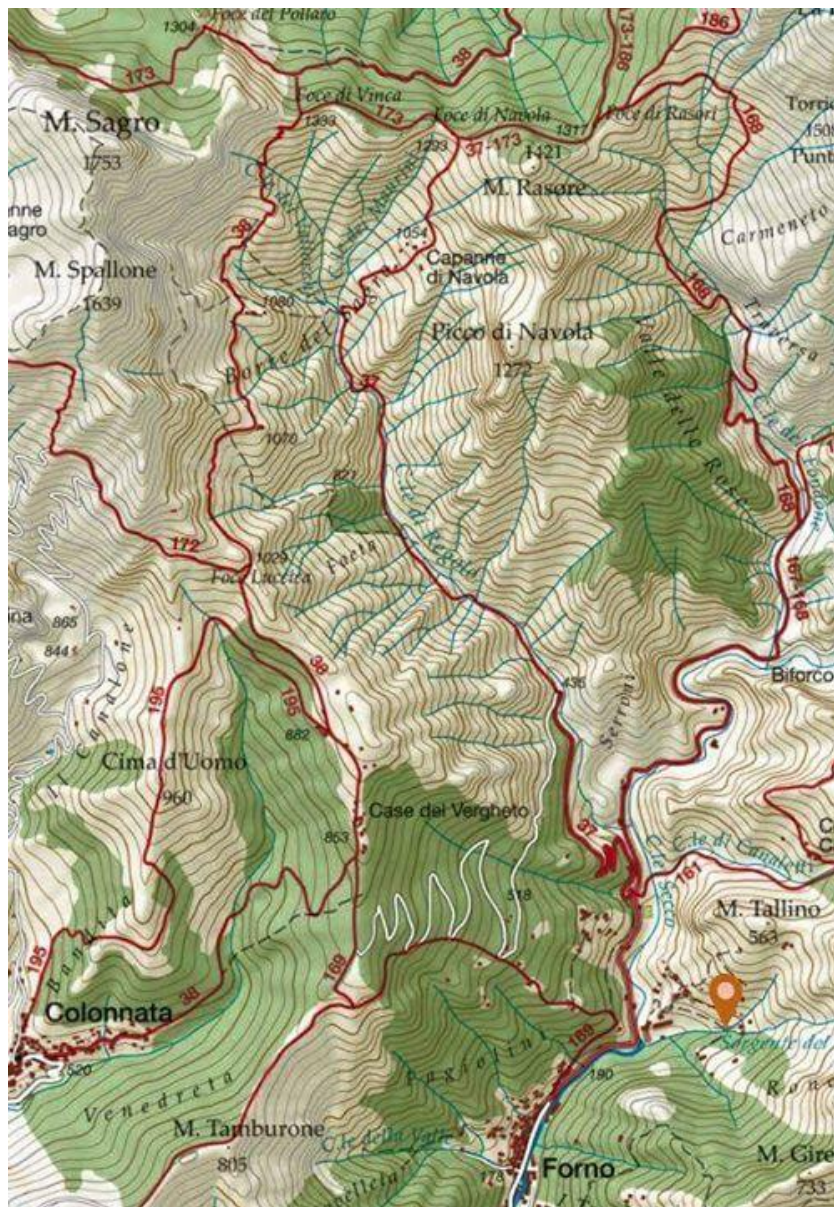
Per l'escursione più impegnativa partiamo dal Mc Donald di Stagno alle ore 8 e iniziamo l'escursione da Vergheto, antico alpeggio con castagni secolari.

Proseguiamo fino a Foce Luccica, poi sulla destra il sentiero incontra vecchi manufatti coi quali veniva prelevato il marmo sotto i costoni del Sagro.

Con salita più decisa si raggiungono la Foce di Vinca, di Navola e la Foce Rasori, dove con funi saranno stati delimitati gli spazi per assistere al concerto.

Se rimanesse un tempo congruo prima del concerto, riservata ai soli soci CAI, sarà possibile raggiungere la foce del monte Grondilice (circa 2 ore andata e ritorno, difficoltà EE).

Terminato il concerto torneremo alle macchine per la stessa via dell'andata.





CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

NOTE GENERALI

Per entrambe le gite il pranzo verrà effettuato al sacco, portare una torcia, scorta d'acqua e vestire in modo adeguato.

Per motivi assicurativi è obbligatorio, per chi vuole seguire le gite CAI:

- confermare la partecipazione alla gita via e-mail, telefonicamente o dal vivo presso la segreteria CAI Livorno entro il termine ultimo di venerdì 4 Settembre 2015;
- utilizzare scarponi da montagna alla caviglia con esclusione di qualunque altro tipo di calzatura. Dotarsi di fornitura d'acqua e pranzo al sacco, non sono presenti rifugi con uso di cucina nelle vicinanze;
- avere un equipaggiamento adeguato al tipo di escursione ed alla stagione.

Il non rispetto di tali requisiti impedirà la partecipazione all'escursione.

Il CAI, con le sezioni di competenza, e il Festival della Mente non si ritengono legalmente responsabili di chi raggiunge da solo il luogo del concerto.

Quota di partecipazione € 5,00 per oneri organizzativi, come da Art. 7 Regolamento Gite.

I non soci devono lasciare i propri dati e € 7,81 in sede, per l'assicurazione CAI obbligatoria (comprende infortuni, responsabilità civile, soccorso alpino).