

# Club Alpino Italiano Sezione di Livorno

## Isola di Capraia



14 - 15 maggio 2016

Capogita: Fabio Gambacciani - cell. 393 1857905

### *Pernottamento in tenda personale*

*E' molto difficile descrivere in poche righe la meravigliosa realtà della Capraia, perché essa è l'unione di tutto ciò che ci si aspetta da una piccola isola mediterranea. Una storia che risale agli inizi della civiltà, passando dai primi navigatori ai Romani, agli eremiti, ai pirati, alle Repubbliche marinare ed alle scorribande corse, fino a trasformarsi in tempi più recenti in isola carcere ed oggi a parco naturale terrestre e marino.*



**Quota di partecipazione € 80/00 Comprende passaggio nave a/r.- Campeggio - Camping " Le Sughere " - Accompagnamento durante le gite.**

**Programma :** 14 Maggio – Sabato - Ore 8.30 da confermare: Partenza nave Compagnia Toremar - si consiglia di essere al porto di Livorno almeno 45 minuti prima della partenza. Arrivo ore 11.15 - Montaggio tende in campeggio " Le Sughere ".

**Escursione: pranzo libero** – Ore 13.30: Dal porto per sentiero diretto ci colleghiamo all'antica mulattiera che porta al Monte Arpagna m.410. Prima di salire alla vetta, prendiamo il sentiero per lo Stagnone e Monte Penne. Scendiamo e raggiungiamo le strutture dell'ex bagno penale e il campeggio.

**Ore 5 - Difficoltà E.**

Cena in ristorantiini- pizzeria o .....dove volete !

**15 Maggio- Domenica :** Colazione ore 7 - partenza per il Monte Arpagna m. 410 e scendiamo alla Punta dello Zenobito. Pranzo al sacco.

Al ritorno prendiamo il sentiero del Piano ed ancora il sentiero del Reganico e giungiamo al Porto concludendo così in due giorni il giro completo dell'Isola !



**Dislivello totale m. 600 in salita e discesa - Circa km. 18 – ore 7 a/r. Difficoltà E.**

Tenda – materassino leggero – sacco piuma – pila.

Acqua ( durante il percorso non ci sono sorgenti ).

Indumenti ricambio -



**Ore 17.45 orario da confermare - Partenza traghetto - Arrivo Livorno ore 20.30.**

*Giustino 2016*