



**CLUB ALPINO ITALIANO**

**SEZIONE DI LIVORNO**

**Nando Bastianelli - Lido del Nista**

**FONDATA NEL 1888**

**DOMENICA 10 NOVEMBRE 2019**

# **ESCURSIONE E CASTAGNATA AL RIFUGIO FORTE DEI MARMÌ**



**TRASPORTO CON AUTO DEI PARTECIPANTI**

**PARTENZA: EX CINEMA AURORA ORE 8:00**

**COSTO: 19 €, COMPRESIVO DEL CONTRIBUTO ALLA SEZIONE, DA VERSARE ENTRO  
MERC. 30 OTTOBRE 2019**

**DISLIVELLO: 300M + EVENTUALI ALTRI 300M**

**DIFFICOLTÀ: E RACCOMANDIAMO SCARPE DA TREKKING CON SUOLA SCOLPITA,  
TORCIA E MANTELLA**

**CAPO GITA: ANDREA BIANCHI - CELL. 340 4720353 - EMAIL [andreabianchi58@libero.it](mailto:andreabianchi58@libero.it)**

## PERCORSO

Stazzema (527 mt) - rifugio Forte dei Marmi (865mt), un'ora di cammino. Proseguimento facoltativo al callare Matanna (1139mt), un'altra ora per l'andata e cinquanta minuti per tornare al rifugio.

## DESCRIZIONE

Quest'anno la tradizionale castagnata CAI si svolge al rifugio Forte dei Marmi posto sotto le pareti del monte Nona e di fronte al caratteristico monte Procinto che si può salire solo con ferrata oppure per arrampicate. Essendo il rifugio in luogo riparato, se la giornata lo consente, consumeremo il pasto sull'ampia terrazza dove in basso al camino saranno preparati il fuoco e la padella per arrostitire le castagne (localmente si chiamano mondine).

Il compito dei partecipanti è di portare una ventina di castagne già tagliate (va fatto un taglio orizzontale nella parte convessa, possibilmente senza incidere la polpa) da mettere in padella a fine pasto con l'aiuto del nostro presidente e della gestione. Sempre gradito se qualcuno intendesse portare un "rinforzino" di vino!

L'escursione prevede di arrivare fino al Callare Matanna 1139mt (due ore da Stazzema) ma chi vuole può fermarsi già al rifugio che si trova a circa metà del percorso.

Caratteristiche: il sentiero è agevole fino al rifugio e attraversa un bosco di castagni con vedute verso il mare e i monti meridionali. Dopo il rifugio richiede maggiore attenzione per rocce che possono diventare scivolose in caso di pioggia. Prima del Callare Matanna, da dove si possono ammirare anche il monte Piglione, il Corchia e un pezzo di Appennino, ci soffermiamo su uno strano foro, il Pizzo San Pietro, che in verità non è naturale e doveva segnare il punto di partenza di una ferrata al monte Nona mai completata.

Consumeremo il pasto in rifugio (primo, secondo e vino) al costo di 19 euro intorno all'una e mezzo e riprenderemo la discesa alle macchine un paio di ore più tardi.

---

Iscrizioni presso la sede del C.A.I. i mercoledì e i venerdì ore 17:30 – 19:30. Per informazioni contattare il capogita.

L'iscrizione si esegue lasciando i propri dati e versando la quota entro i termini previsti direttamente in Sede oppure, in alternativa, con un bonifico bancario, di cui occorre poi inviare attestazione via email a [livorno@cai.it](mailto:livorno@cai.it), sul conto intestato alla sezione CAI Livorno aperto presso Crédit Agricole Cariparma – Filiale di Livorno Ag. 2 Livorno IBAN IT32V0623013903000035569700.

CAUSALE: Quota escursione 10 novembre 2019 - castagnata

I non soci devono lasciare i propri dati e ulteriori € 10 per l'assicurazione e contributo alla sezione.

Per tutto quanto non scritto sulla locandina si fa riferimento al regolamento escursioni sociali presente in sede e anche al seguente indirizzo internet: [http://www.cailivorno.it/immagini/Regolamento\\_escursioni\\_sociali.pdf](http://www.cailivorno.it/immagini/Regolamento_escursioni_sociali.pdf)

Attenzione:

Le foto e i video realizzati in occasione delle escursioni sociali potranno essere utilizzate dalla sezione di Livorno per attività promozionale o altri scopi attinenti all'attività del Club anche attraverso il web, salvo espressa dichiarazione contraria del partecipante.