



Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista
Fondata nel 1888



06 MARZO 2022

CIASPOLATA AL LAGO NERO



Per prenotazioni ed informazioni contattare il Direttore di Escursione

DIRETTORE DI ESCURSIONE:	GIUSEPPE PAOLINO CELL. 348 0319826
ACCOMPAGNATORE:	VERONICA MANNONI CELL. 328 7753344
RITROVO/PARTENZA:	RITROVO ALLE ORE 06:45 PRESSO PARCHEGGIO DECATHLON LIVORNO (LINK GMAPS).
MEZZO DI TRASPORTO:	AUTO PRIVATE
DIFFICOLTÀ:	EAI
TEMPO DI PERCORRENZA:	ANDATA/RITORNO CIRCA 5 ORE
DISLIVELLO:	400 METRI CIRCA

EQUIPAGGIAMENTO:

CIASPOLE, BASTONCINI CON RONDELLE PER NEVE FRESCA, SCARPONI DA TREKKING INVERNALI IMPERMEABILI CON SUOLA SCOLPITA E TOMAIA ALTA (NO MOON BOOT), LUCE FRONTALE, GHETTE, GUANTI, ABBIGLIAMENTO A CIPOLLA, PANTALONI E GIACCA IMPERMEABILI (NO TUTA DA SCI), OCCHIALI DA SOLE, BURRO CACAO, CREMA SOLARE, CAPPELLO, ACQUA IN BASE ALLE PROPRIE ESIGENZE PERSONALI.

CHI FOSSE SPROVVISTO DI CIASPOLE, PUÒ NOLEGGIARLE PRESSO LA SEZ. CAI, AL COSTO DI 6€ (NON SOCI 10€) FINO AD ESAURIMENTO SCORTE, OPPURE PRESSO DECATHLON LIVORNO AL COSTO DI 6€ PIÙ 1€ PER I BASTONCINI. PER UN GIORNO DI NOLEGGIO PRESSO DECATHLON, L'ATTREZZATURA DEVE ESSERE RITIRATA IL SABATO DOPO LE ORE 17:00 E LA CONSEGNA ENTRO LE ORE 14:00 DI LUNEDÌ.

SI CONSIGLIA: INDUMENTI DI RICAMBIO COMPLETO DA TENERE IN AUTO, BINOCOLO E MACCHINA FOTOGRAFICA.

PRANZO:

PRANZO AL SACCO

IMPORTANTE . L'EMERGENZA SANITARIA ANTI COVID IMPONE A TUTTI I PARTECIPANTI DI OSSERVARE REGOLE PRECISE: POSSESSO DI GREEN PASS "RAFFORZATO" OPPURE ESSERE ESENTE DA CAMPAGNA VACCINALE ANTI-COVID OPPURE AVERE MENO DI 12 ANNI, CONDIZIONE CHE POTRÀ ESSERE CONTROLLATA, RISPETTARE LE NORME DI IGIENE, LE REGOLE BASE DI DIVIETO DI ASSEMBRAMENTO E QUANT'ALTRO INERENTE ALL'UTILIZZO DI DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALI (DPI) SECONDO QUANTO DISPOSTO DALLE AUTORITÀ COMPETENTI AL FINE DI LIMITARE LA DIFFUSIONE DEL CONTAGIO VIRALE. MAGGIORI DETTAGLI NELLE [NOTE OPERATIVE PER I PARTECIPANTI](#) CHE IL PARTECIPANTE DEVE CONOSCERE.

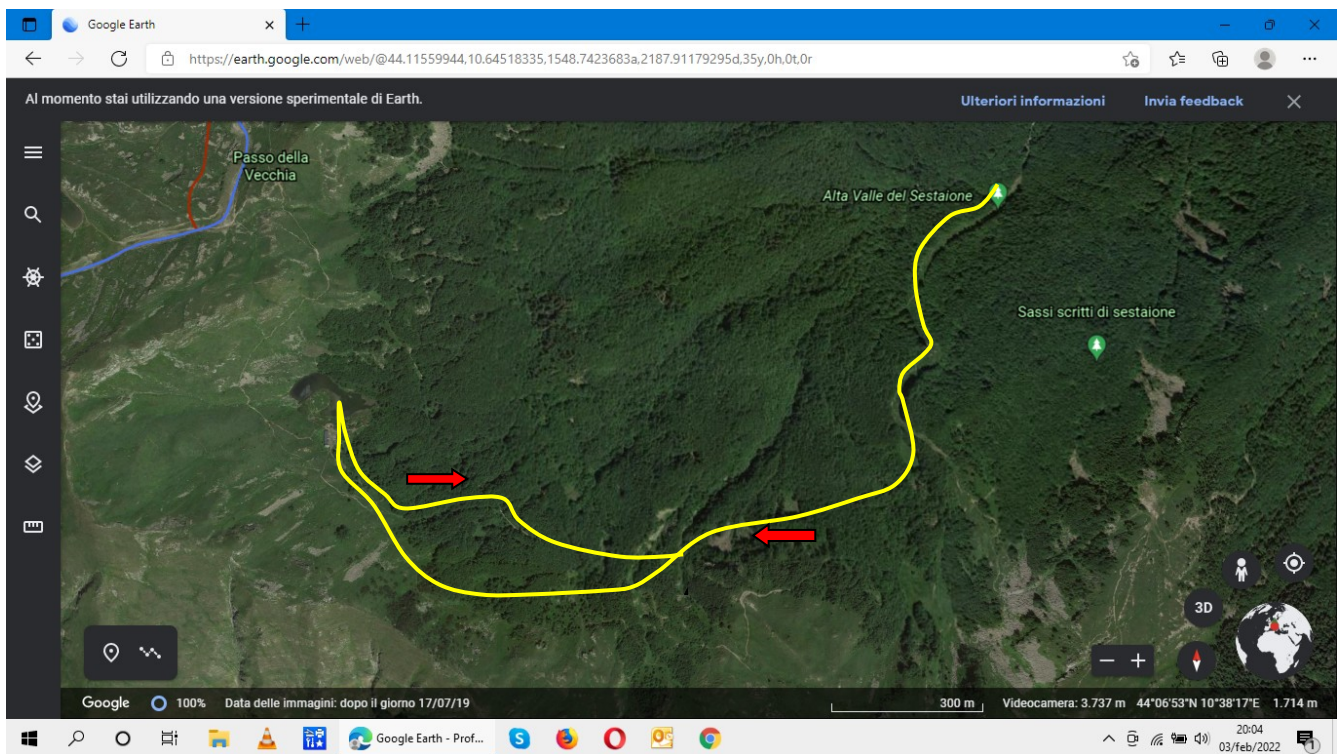
ALLA PARTENZA È NECESSARIO COMPILARE E FIRMARE IL [MODULO DI AUTODICHIARAZIONE COLLETTIVO](#) CHE VI INVITIAMO A LEGGERE PREVENTIVAMENTE.

ITINERARO

Il percorso, in buona parte in ambiente boschivo, si presta per l'utilizzo delle ciaspole e non presentando difficoltà particolari è adatto anche a principianti.

Lasciamo le auto presso il parcheggio di Fontana Vaccaia e da lì proseguiremo su strada asfaltata innevata fino all'orto botanico (Loc Val Sestaione 1300 mslm). Da qui imboccheremo il sentiero n. 104 che ci condurrà fino al Bivacco Lago Nero a quota 1730 slm. Il bivacco, gestito dal Cai di Pistoia, è solitamente chiuso nel

periodo invernale e non effettua comunque somministrazione di alimenti, pertanto è necessario portarsi il pasto da casa. Appena usciti dal bosco, ormai a poca distanza dal bivacco, avremo una bellissima visione di quella che un tempo era una conca glaciale e del sovrastante crinale che comprende la Foce di Campolino, l'Alpe delle Tre Potenze ed il Mt Gomito. Nei pressi del Lago, posto appena sotto il bivacco, effettueremo la sosta per il pranzo. Il percorso di rientro è previsto per il solito tragitto dell'andata.



Il Direttore di escursione si riserva la facoltà di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni meteorologiche o di qualsiasi altra natura, che ne possano impedire lo svolgimento in condizioni di sicurezza o escludere eventuali partecipanti con attrezzatura/abbigliamento inadeguato.

I non soci dovranno comunicare i propri dati entro il Venerdì precedente l'escursione e pagare € 10.00 quale copertura assicurativa / contributo sezionale. Il pagamento potrà essere effettuato in sede o in alternativa, sempre entro gli stessi termini, potrà essere fatto un bonifico bancario inviandone copia via e-mail a livorno@cai.it

Le coordinate bancarie per effettuare il bonifico sono: sezione CAI Livorno, presso la Credit Agricole Cariparma – Filiale di Livorno 2 - Scali delle Pietre, 25

IBAN IT32V0623013903000035569700

CAUSALE: Quota non socio escursione 22/03/2022

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.

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