



# Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista  
Fondata nel 1888



## 20 E 21 AGOSTO 2022 TENDE A PIAN DELLA RENA



- DIRETTORE DI ESCURSIONE:** FEDERICO CATASTINI 388 7786403
- ACCOMPAGNATORE:** MATTEO CAPPAGLI 3317016472
- RITROVO/PARTENZA:** Sabato 20 Agosto alle ore 18.00 presso il PARCHEGGIO DI PIAN DELLA RENA LUNGO LA STRADA CHE RAGGIUNGE IL CASTELLACCIO PASSANDO DA MONTENERO.
- MEZZO DI TRASPORTO:** AUTO PROPRIA
- DIFFICOLTÀ:** Turistico
- TEMPO DI PERCORRENZA:** MEZZ'ORA CIRCA IL PRIMO GIORNO, 2 ORE ANDATA E RITORNO IL SECONDO.
- DISLIVELLO:** 200 METRI.
- EQUIPAGGIAMENTO:** PER L'ESCURSIONE **SCARPONI CON SUOLA SCOLPITA E TOMAIA ALTA (CONSIGLIATA)**, PANTALONI LUNGI MAGLIA TECNICA SULLA PELLE UN PILE LEGGERO E UNA GIACCA IMPERMEABILE, ZAINO CAPIENTE PER PORTARE TUTTA L'ATTREZZATURA. TENDA PROPRIA CON SACCHI A PELO UN CAMBIO PER DORMIRE E IL NECESSARIO PER L'IGIENE INTIMA CON IDONEA SCORTA D'ACQUA PER LAVARSI VISO E DENTI. NELLA STRUTTURA E' PRESENTE IL BAGNO SENZA L'ACQUA POTABILE PERCHÉ È DEL POZZO.

**PORTARE TORCE FRONTALI PER LA NOTTE E DEL REPELLENTE PER ZANZARE.**

- CENA E COLAZIONE :** ALIMENTI PER LA CENA ALLA BRACE ( BISTECHE, SALSICCE, ROSTICCIANA ECC.ECC.) PANE BEVANDE EVENTUALI CONTORNI POSATE E STOVIGLIE PROPRIE. PER LA COLAZIONE DEL GIORNO DOPO LATTE, BISCOTTI ECC.ECC. TAZZE. IL CAFFÈ DELLA COLAZIONE E UNA PASTA PER LA CENA SARÀ A CURA DEGLI ORGANIZZATORI. PRESSO LA STRUTTURA E' PRESENTE ANCHE UN FRIGO E UNA PIASTRA ELETTRICA.
- COSTI:** contributo ad offerta libera per il CAI. Per i non soci 10 euro gli adulti e 7.50 i bambini per l'assicurazione dell'escursione di Domenica mattina
- NOTE:** dare conferma entro giovedì 28 luglio.

## **Itinerario**

Dopo aver lasciato l'auto al parcheggio ci incamminiamo tutti insieme per un facile e largo sentiero che in circa mezz'ora ci porterà presso la nostra struttura di Pian della Rena.

Appena arrivati Per prima cosa monteremo il campo con le tende e ci prepareremo per la cena sulla brace. Dopo la cena faremo delle attività di intrattenimento per i bimbi e poi tutti a letto! La mattina successiva dopo aver fatto colazione e chiuso le tende che lasceremo momentaneamente nella struttura, faremo un giro di circa due ore sulle colline livornesi al termine del quale ripasseremo a prendere le tende e ci incammineremo quindi verso le macchine per fare ritorno alle nostre abitazioni per l'ora di pranzo.

Per prenotazioni ed informazioni contattare il Direttore di Escursione

**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 dove pernosteremo non prima però di l'escursione e pagare € 10.00 gli adulti e 7.50 i bambini 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](mailto: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 con le molte specialità gastronomiche

IBAN IT44n0623013900000040741680

CAUSALE: Quota non socio escursione 21/07/2022 in località pian della rena

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](http://www.cailivorno.it/immagini/Regolamento_escursioni_sociali.pdf)