



# Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista  
Fondata nel 1888



**DOMENICA 28 AGOSTO 2022**

## TRAVERSATA ABETONE MONTE CIMONE



<b>DIRETTORE DI ESCURSIONE:</b>	GRAZIANO TONELLI 3408499493
<b>COADIUTORE:</b>	
<b>RITROVO/PARTENZA:</b>	PARCHEGGIO MCDONALD ORE 7.00
<b>MEZZO DI TRASPORTO:</b>	AUTO PROPRIA
<b>DIFFICOLTÀ:</b>	E
<b>TEMPO DI PERCORRENZA:</b>	7 ORE ESCLUSO LE SOSTE
<b>DISLIVELLO:</b>	1248 METRI SIA IN SALITA CHE IN DISCESA
<b>EQUIPAGGIAMENTO:</b>	SCARPONI CON SUOLA SCOLPITA E TOMAIA ALTA, ACQUA
<b>PRANZO:</b>	AL SACCO
<b>COSTI:</b>	DA SUDDIVIDERE IL COSTO DELL'AUTO

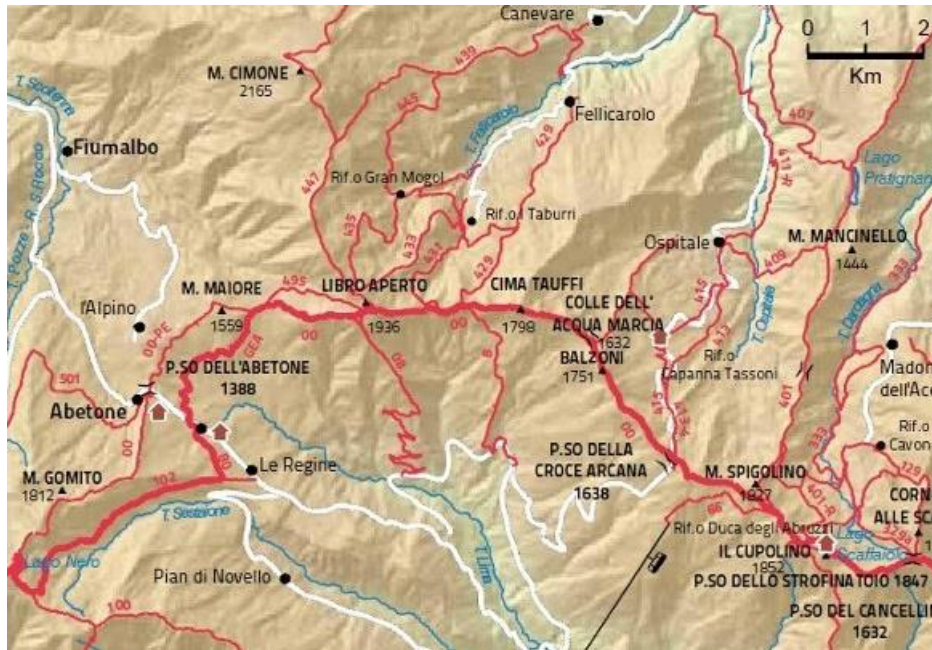
**NOTE:** PERCORSO DI 22 KM CIRCA. DATA LA LUNGHEZZA E IL DISLIVELLO È RICHIESTA PERÒ UNA BUONA PREPARAZIONE FISICA.

ALLA PARTENZA È NECESSARIO COMPILARE E FIRMARE IL **MODULO DI AUTODICHIARAZIONE COLLETTIVO** CHE VI INVITIAMO A LEGGERE PREVENTIVAMENTE.

### **Itinerario**

La cima del monte Cimone è il punto geografico dal quale si vede, in condizioni di ottima visibilità, all'orizzonte tutto l'arco alpino, il mar Adriatico, il monte Amiata, l'Argentario, il mar Tirreno, l'isola d'Elba, la Corsica e l'isola di Capraia.

Il punto di partenza è in località Abetone, poichè da qui ci permette di percorrere il bellissimo crinale dal Monte Libro Aperto al monte Lagoni. Dalle piramidi dell' Abetone (1388 m.), proprio sull' omonimo passo, saliamo per via dell' Uccelliera, da qui per una strada che procede in piano verso nord-est, una pista forestale. Dopo circa venti minuti incontriamo una zona attrezzata con tavolini e una fontana. Proseguiamo sulla destra e, dopo circa un'ora dalla partenza, arriviamo nei prati della foce della Verginetta (1500 m.). Dalla foce della Verginetta per il sentiero 495 CAI che sale con un fondo ampio verso la sella del Libro Aperto. Da qui in poi si comincia a salire con decisione e con costanza e si prende quota senza troppa fatica; incrociamo alcuni prati da dove si può vedere il costone roccioso del crinale a nord del Libro Aperto. Continuiamo a salire in direzione della sella, dopo circa due ore dalla partenza arriviamo sotto la cima di monte Rotondo, dove lasciamo il sentiero 495 per il 447 che percorre il crinale fino al Cimone. Aggiriamo sulla sinistra l'anticima del monte Rotondo. Qui siamo già a quota 1880 m dove per un po' si smette di salire. E' un tratto di crinale molto selvaggio, ad ovest c'è uno strapiombo mentre ad est degrada più dolcemente. Poco prima di monte Lagoni il paesaggio diventa un po' meno aspro e rivela degli avvallamenti invasi in parte dall'acqua. Poche centinaia di metri dopo invece cambia totalmente e il crinale diventa una spettacolare cresta rocciosa, dove il sentiero passa proprio sopra. Da qui si costeggia il versante est del monte Lagoni (1960 m.), dove troviamo la prateria di alta quota. Da questo punto in poi perdiamo rapidamente quota (dai 1940 m. del crinale fino ai 1812 m.) del punto più basso della sella tra il Monte Cimone e il Lagoni. Dopo una salita riprendiamo la quota perduta e costeggiamo il versante ovest del monte Cimoncino, anticima del Monte Cimone. Arriviamo alla sella tra queste due cime e saliamo gli ultimi metri per arrivare sulla vetta (2165 m.) dopo circa 4 ore dalla partenza dall'Abetone. A ritroso lo stesso itinerario che richiederà circa 3 ore.



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 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](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

IBAN IT32V0623013903000035569700

CAUSALE: Quota non socio escursione dd/mm/yyyy in località xxxxxxxx

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)