



TREKKINGITALIA

Associazione Amici del Trekking e della Natura
Sezione regionale dell'Emilia-Romagna

Milano.Genova.Torino.Firenze.Bologna.Venezia.Roma.Puglia

Via dell'Inferno, 20/B - 40126 Bologna

e-mail: bologna@trekkingitalia.org - www.trekkingitalia.org

PARTENZA
ANCHE
DA MODENA,
FERRARA
E IMOLA

PROGRAMMA N. 61

ESTATE 2016



Ippocrate: "Camminare è il migliore rimedio per l'uomo"

In effetti, sappiamo tutti che camminare fa bene al cuore, ai polmoni, alle ossa, tonifica i muscoli, migliora la circolazione, combatte lo stress e soprattutto ottimizza l'umore!

Dunque, ringraziamo non solo Ippocrate che ci fa pubblicità ma soprattutto, i soci dell'Emilia-Romagna che partecipano sempre più numerosi alle camminate, divulgano le nostre iniziative ed alcuni dedicano il loro tempo e svolgono una importante e fondamentale attività di volontariato senza la quale la nostra associazione non potrebbe esistere.

Alla fine dell'anno 2015, avevamo 1624 soci iscritti nella Sezione dell'Emilia-Romagna, una crescita del 10% rispetto al 2014 (versus 3% per l'Associazione complessiva). Questo successo è stato possibile perché nella nostra Sezione c'è un team di accompagnatori volontari che lavorano insieme al Consiglio Direttivo in totale trasparenza economica ed organizzativa.

Attualmente siamo così strutturati:

- una squadra di circa 70 accompagnatori, amanti del trek, appassionati del territorio, della natura, dei viaggi e della condivisione sociale;
- un Consiglio Direttivo di 15 soci eletti e sempre volontari che lavorano per la programmazione dei trek, la formazione degli accompagnatori, la comunicazione ma anche la logistica interna (amministrazione, contabilità, organizzazione, siti e sistemi d'informazione);
- i volontari stessi che aiutano (tra l'altro diverse iniziative per le scuole, la biblioteca e l'organizzazione di eventi e tante altre cose);
- gli organizzatori dei gruppi di Modena e di Ferrara e adesso di Imola.

Tutti condividono tra loro e con i soci tante nuove proposte creative e appassionanti. Questi progetti sono la vera ricchezza e ci permettono di crescere ed aumentare di continuo il nostro patrimonio sociale, umano e tecnico.

Noi però vogliamo proseguire in questo sviluppo e pertanto siamo aperti a collaborazioni, aiuti, iniziative, idee, desideriamo continuare ad arricchirci con progetti e soprattutto persone nuove che abbiano la voglia di camminare e... lavorare insieme a noi. Vi aspettiamo!

Jean-Marie

Coordinatore della Sezione dell'Emilia-Romagna

"La foto di copertina è di Luca Mallardo, tirocinante a Trekking Italia nell'ambito del piano europeo Garanzia Giovani".



TREK SCUOLA 2015/2016

PROGETTO SENTIERI METROPOLITANI
T. TREK DELL'ACCOGLIENZA
ALPI
PREALPI
APPENNINI
BIFIDI
PARCHI NATURALI
PEDIERANICHE
TODI DELLA GRANDE GUERRA
LAGHI, FIUME E ZONE UNIDE
LE VIE DEI PELLEGRINI
STORIA E LETTERATURA
CITTÀ
RISCHIETTE DA NEVE



www.trekkingitalia.org



www.trekkingitalia.org



www.trekkingitalia.org/bologna

LE NOSTRE ICONE



GRANDE GUERRA - Nel corso dell'anno proponiamo una serie di itinerari sui luoghi della più grande catastrofe fino a quel tempo toccata all'Europa. Un'intera generazione di giovani fu decimata dalla follia della guerra e questo spesso in luoghi estremi, inospitali, dove oggi la natura incanta e a maggior ragione commuove.



PASS'IN/FORMA - Passeggiate di 2 o 3 ore infrasettimanali per chi inizia a camminare o vuole mantenersi in forma e scoprire il territorio vicino. Le passeggiate sono aperte anche ai soci dei Centri sociali ANCESCAO su presentazione della loro tessera.



Le escursioni di Trekking Italia partono anche da altre città in Emilia Romagna: Modena, Ferrara, Imola e a breve anche da Forlì e Parma. I punti di ritrovo sono segnalati sul quadrimestrale, sul sito e sulla Trekmail. Per le partenze da altre città la prenotazione per mail o telefono in sede è obbligatoria entro le ore 19 di venerdì.



ACQUA FRESCA - Via dalle spiagge, cerchiamo il fresco dei fiumi. Se è vero che dagli idronimi abbiamo tracce di lingue antichissime, comprendiamo quanto i corsi d'acqua siano stati sacri e inafferrabili. Ne percorriamo i greti, a volte con fatica. Indossate sandali da trekking o pedule, sapendo che si possono mettere i piedi in acqua.



LE COLLINE FUORI DELLA PORTA - Proseguono anche in estate le uscite gratuite e aperte a tutti organizzate dalla Consulta bolognese per l'escursionismo in collaborazione con il Comune, la Fondazione Villa Ghigi e la Fondazione del Monte.
Per info www.consultaescursionismobologna.it



SERATE & ALTRO IN BIBLIOTECA - Oltre alle serate a tema sul territorio, la salute, naturalistiche, di viaggio etc, ospiteremo anche il gruppo di lettura e gli aperitivi per la presentazione dei Grandi Trek.



CAMMINARE IN FAMIGLIA - Trek pensati per bambini dell'età minima di 7 anni accompagnati da almeno un genitore o un parente adulto. La prenotazione è obbligatoria e la quota di € 6,00 è per l'intero nucleo familiare.



ALTA VIA DEI PARCHI - Un itinerario di 500 km in 27 tappe che collega i maggiori parchi nazionali e regionali lungo l'Appennino fra Emilia-Romagna, Toscana e Marche. Ne proponiamo alcune tappe.



SUL SENTIERO DEL TRAMONTO - Le giornate lunghissime di estate permettono di camminare abbastanza a lungo prima che venga buio, partendo nel tardo pomeriggio e godendo della luce bassa e di un clima ideale.



A PIEDI NEL PARCO - Durante la settimana lavori o sei impegnato e vuoi partecipare ai nostri trek? Questa iniziativa è pensata proprio per te! Ci ritroviamo al tramonto per camminare insieme circa un'ora e mezza nel verde dei Parchi Cittadini.

TREKMAIL

La nostra sede invia settimanalmente, da 800 settimane, un comunicato di informazioni e aggiornamenti sulle escursioni e le altre attività. Possono riceverla tutti, soci e non, basta richiederla a bologna@trekkingitalia.org.

Il Gruppo di Lettura va in vacanza! Ci rivediamo mercoledì 18 ottobre per parlare di Autostop con Buddha di Will Ferguson. Buone letture estive!

Per tutti i trek con mezzi pubblici gli orari sono indicati in quanto quelli estivi non sono ancora disponibili. Controllare sulla trekmail o sul sito.

MERCOLEDÌ 1 GIUGNO

**La valle del Randaragna (prov. BO)**

Trek: Molino del Pallone (m 501), Sambucedro (m 818), Case Forlai (m 922), Casa Calistri (m 822), Trogoni (m 962), Biagioni (m 520)

Un angolo dell'Appennino tosco-emiliano che in età comunale Pistoia e Bologna si contesero aspramente per il controllo di boschi, pascoli e acque insieme ai collegamenti viari e ai commerci. Una valle con borghi e insediamenti medievali uniti da mulattiere e sentieri che è possibile percorrere immersi nel silenzio di antichi castagneti.

RITROVO ore 7.50 atrio stazione Bologna, treno per Molino del Pallone (cambio a Porretta) ore 8.04. Rientro con treno da Biagioni ore 17.59

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 500 - € 6,00

Accompagna Vito

GIOVEDÌ 2 GIUGNO

**Un lago sulla Riva (prov. BO/MO)**

Trek: Polle (m 1500), P.so del Lupo (m 1580), P.so della Riva (m 1450), Serra dei Baichetti (m 1510), Lago Pratignano (m 1310), Piana della Farnia (m 1020), Luzzo (m 870), ponte Fellicarolo (m 530), Fanano (m 620)

Solitamente si legge: "sulla riva di un lago", ma in questo caso è il lago (Pratignano) a trovarsi sui Monti della Riva, in una conca (o "scaffa", come il suo collega più famoso, lo Scaffaiolo), su quella lunga dorsale. Il trek è una traversata, prevalentemente in discesa, che ha il tratto principale su un crinale con ampie vedute: ad Est verso il Corno, ad Ovest verso il Cimone e a Sud verso molte altre cime e valichi dell'Appennino tosco-emiliano. Il lago, preceduto da ampi prati e pascoli di sommità, ha l'aspetto di uno stagno e ospita il rarissimo tritone; l'ambiente intorno presenta la caratteristica flora di torbiera.

CORSO DI NORDIC WALKING

Il corso ha una durata di tre lezioni pratiche che si terranno al Parco dei Cedri: martedì 14, giovedì 16 e mercoledì 22 giugno alle ore 18.

Prenotazione obbligatoria entro il 10 giugno 2016

- La durata delle lezioni sarà di un'ora e mezza circa.
- Al termine delle prime due uscite tutti saranno in grado di muoversi correttamente.
- Tra la seconda e la terza lezione, ciascuno dovrà praticare il Nordic Walking autonomamente.
- Verranno proposte due ulteriori uscite collettive gratuite comunicate tramite mail ai partecipanti.
- Bastano una comoda tuta ed un paio di scarpe di ginnastica



MODALITÀ DI ISCRIZIONE

È possibile iscriversi per mail bologna@trekkingitalia.org o telefonando in sede al 051 222 788.

Pagamento in contanti presso la sede, con bonifico su c/c bancario IBAN IT44L 03359 01600 10000 0079706, oppure c/c postale n° 35759521 intestati a "Trekking Italia sezione Emilia-Romagna" indicando nella causale Corso di Nordic Walking. Mandare la ricevuta del versamento via fax (051/2965990) o via e-mail se il pagamento è fatto on-line.

INFORMAZIONI PRATICHE

Il corso è tenuto da Pierluigi D'Alfonso, Istruttore Nazionale qualificato CONI.

Si terrà con un minimo di 6 e un massimo di 10 partecipanti.

Il costo del corso è di 55 € comprensivo di assicurazione e bastoncini specifici.

Per partecipare è necessario essere socio di Trekking Italia.

RITROVO ore 6.45 atrio stazione Bologna, treno per Porretta ore 7.04, bus Tper 776. Rientro ore 17.39 da Fanano con bus SETA 730, coincidenza a Vignola terminal ore 18.40, bus Tper 671, arrivo a Bologna ore 19.48

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 280, IN DISCESA M 1110 - € 6,00

Accompagna Marco, che attende i soci alle Polle (capolinea bus) ore 9.30

WEEKEND

SABATO 4, DOMENICA 5 GIUGNO**DEO per DEO, lungo la via. Tappe 5 e 6 (prov. FI)**

Trek itinerante

Sabato: RITROVO ore 7.15 atrio stazione Bologna, treno per S. Piero a Sieve

Trek: S. Piero a Sieve (m 205), Badia di Buon Sollazzo (m 540), M. Senario (m 815), Poggio Capanne (m 602), Olmo (m 440)

ORE DI CAMMINO 5 - DISLIVELLO IN SALITA M 600, IN DISCESA M 500

Domenica: Olmo (m 440), Caldine (m 200), Fiesole (m 295), Firenze, Piazza della Signoria (m 43)

ORE DI CAMMINO 6 - DISLIVELLO IN SALITA M 200, IN DISCESA M 600

Viaggio in treno, pernottamento in B&B, 1/2 pensione. Accompagnano Francesca e Michele

Grande Guerra

SABATO 4 GIUGNO**La battaglia di Vittorio Veneto raccontata dalle vigne del Prosecco (prov. TV)**

Trek: Colbertaldo (m 150), Vidor - Castello (m 210), Santuario di S. Maria delle Grazie (m 165), Colmaor (m 305), Colbertaldo

Facile escursione che ci permetterà di raccontare, camminando tra i filari del Prosecco, la battaglia di arresto, combattuta dagli italiani, per fermare gli austro-tedeschi sulle rive del Piave. Partendo da Colbertaldo, camminando sui crinali delle colline con vista Piave, Montello e Monte Grappa; parleremo degli avvenimenti qui accaduti tra la fine del 1917 e il 1918, ma anche del Prosecco, della più alta qualità, che qui si produce, la DOCG. Di Prosecco poi non parleremo solo: alla fine dell'escursione potremo anche degustarlo presso la cantina dei fratelli Tormena di Colbertaldo, famiglia presente sul territorio già da inizio 800.

RITROVO ore 8.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 18.30

ORE DI CAMMINO 5 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 400 - € 6,00

Accompagna Sanzio

SABATO 4 GIUGNO

**Big rock Canda mountains (prov. FI)**

Trek: P.so della Raticosa (m 980), Pietramala (m 840), Poggio al Tignoso (m 780), Colle di Canda (m 903), M. Canda (m 1155), Raticosa

Visto dal versante del Torrente Diaterna di Ca' Buraccia, il Monte Canda assomiglia un poco al Corno alle Scale per via delle vaghe terrazze, ma più dolce e toscano. Ogni riferimento alla canzoncina country del secolo scorso è puramente casuale. Il testo della canzone verrà distribuito dall'accompagnatore.

RITROVO ore 8.45 parcheggio stazione Bologna San Ruffillo con auto proprie. Rientro ore 18

ORE DI CAMMINO 4.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 500 - € 6,00

Accompagna Luciano

DOMENICA 5 GIUGNO

**In cima al Monte Rujoch (prov. TN)**

Trek: Lenzi (m 1360), P.so Val di Mattio (m 2258), M. Rujoch (m 2415), Uomo Vecchio (m 2223), P.so Polpen (m 1939), Lenzi

Il Rujoch è situato nella catena occidentale del Lagorai, su una cresta frastagliata di granito. Si sale con regolare pendenza tra il bosco e radure erbose. Giunti al passo del Cagnon di Sopra il sentiero diventa più impegnativo fino al successivo Passo. Dal Val di Mattio spunta la vicina cima di Monte Croce e la cresta e la Cima del Rujoch. La salita verso la cresta e per tutto il sentiero di crinale richiedono un passo sicuro. Terminata la cresta si raggiunge il Passo Polpen da qui nuovamente il prato e il bosco.

RITROVO a Bologna ore 7 parcheggio via della Barca, 1 angolo Andrea Costa (bus 14,20,21,89,94) con auto proprie. Rientro ore 20

RITROVO a Ferrara ore 7 Piazza S. Giorgio davanti al bar. Prenotarsi in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 6.30 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1200 - € 6,00

Accompagna Sandro

DOMENICA 5 GIUGNO

**Colli Euganei Centrali (prov. PD)**

Trek: Villa di Teolo (m 24), C. Zuccato, Le Corbeggiare (m 115), Rocca Pendice (m 320), Castelnuovo (m 298), Ex Rifugio Re del Venda (m 369), Case Milanta (m 222), C. Zuccato, Villa di Teolo

L'anello ripercorre la parte centrale dei Colli Euganei salendo sulla Rocca Pendice e aggirando a Sud il Monte Venda e ad Est il Monte Piro.

RITROVO ore 7.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 20

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1100 - € 6,00

Accompagna Carlo

Aperitivo in biblioteca

MARTEDÌ 7 GIUGNO



PRESENTAZIONE GRANDI TREK

Aperitivo in sede con gli accompagnatori dei trek sul Cammino di San Francesco (prima e seconda tratta) e "Montisola e le bollicine" con Francesca, Alfonso e Maria B.

Appuntamento in sede, via dell'Inferno 20/B ore 19

MarTrekDi

Ogni martedì di giugno (7, 14, 21, 28) ci troviamo per camminare fino al parco dei Cedri. RITROVO alle 19.50 nel parcheggio antistante il Gianni Falchi in Piazzale Atleti Azzurri d'Italia (bus 27A, 11B). Si faranno percorsi diversi, di 1 ora e mezza circa, tornando all'imbrunire. Portare con sé torcia o lampada frontale. Passeggiate gratuite ma riservate ai soci. Chi non è ancora iscritto all'Associazione è pregato di farlo in sede prima.

Accompagna Marco B.

Pass'in/forma

GIOVEDÌ 9 GIUGNO



Il bosco della Frattona (prov. BO)



Trek: Imola, Riserva Naturale Orientata Bosco della Frattona, Parco Tozzoni

Attraverseremo il centro di Imola e visiteremo la piccola riserva del Bosco della Frattona dove potremo osservare la fioritura, per poi attraversare il parco Tozzoni, caratterizzato da alti pini e cipressi.

RITROVO ore 8.45 atrio stazione Bologna, treno per Imola ore 9.06. Rientro ore 15.30 (orario da confermare)

ORE DI CAMMINO 4.30 - FACILE - DISLIVELLO M 150 - € 3,00

Accompagna Gabriele C.

SABATO 11 GIUGNO



Corno - Cimone in ogni direzione (prov. BO/MO)

Trek: Rif. Cavone (m 1424), Corno alle Scale (m 1944), P.so Strofinatoio (m 1847), Cupolino (m 1852), Rif. Scaffaiolo (m 1787), P.so Calanca (m 1732), Spigolino (m 1827), P.so Croce Arcana (m 1675), Cime Paradiso (m 1706), Cima Tauffi (m 1798), Lancino (m 1700), Libro Aperto (m 1936), Lagoni (m 1962), Cimoncino (m 2058), Cimone (m 2165), Lago della Ninfa (m 1504)

Ne volete ancora? Percorrere il principale crinale dell'Appennino Emiliano, collegando le principali cime delle due province, sarà un'esperienza da non perdere. Ci divideremo in due gruppi, e partendo ai capi opposti del percorso, pranzieremo uniti al momento dell'incontro. Ci scambieremo le chiavi delle auto per poi ritrovarci, e cenare tutti assieme in zona prima del ritorno a casa!

RITROVO ore 6.45 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro dopo cena

ORE DI CAMMINO 9 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1500, IN DISCESA M 1600 (O IL CONTRARIO A SECONDA DELLA DIREZIONE), € 6,00 (PIÙ LA CENA)

Accompagnatori Pierluigi, Andrea L.

SABATO 11 GIUGNO



Sui monti di Dino Campana (prov. FI)



Trek: Farfareta (m 642), Capanna del Partigiano (m 1190), M. Lavane (m 1243), Giogo Corella (m 1132), Pian degli Arali (m 743), Farfareta

Percorso interessante e paesaggistico, impegnativo fino a monte Lavane poi più facile e panoramico lungo la cresta che domina valli boschive e solitarie.

RITROVO ore 7.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 18

RITROVO a Imola ore 8 al parcheggio del bar River Side, via Pirandello, incrocio viale Dante. Prenotarsi entro venerdì alle 19

ORE DI CAMMINO 7 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 950 - € 6,00

Accompagna Adriano

DOMENICA 12 GIUGNO



Monte Tambura, Alpi Apuane (prov. MS)

Trek: Resceto (m 482), Ca' del Fondo, Foce della Vettolina (m 1050), Piastrone, P.so della Focalac-

cia (m 1645), M. Tambura (m 1890), Rif. Conti (m 1434), Via Vandelli, Resceto

Escursione impegnativa con molto dislivello ma la fatica viene ripagata dai panorami e da zone abbastanza selvagge, unico neo l'attraversamento di alcune cave a testimonianza dello scempio della zona. Ritorno per la storica Via Vandelli non prima di aver fatto una sosta ristoratrice al Rifugio Conti.

RITROVO ore 6 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 20

ORE DI CAMMINO 7 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1400 - € 6,00

Accompagna Gianni R.

DOMENICA 12 GIUGNO



Monte la Nuda dal Rifugio Segavecchia (prov. BO)

Trek: Segavecchia (m 912), Sboccata dei Bagnadori (m 1276), balzi del Fabuino (m 1653), M. la Nuda (m 1830), Segavecchia

Un itinerario sopra Pianaccio con una natura selvaggia e senza tempo. Al rifugio Segavecchia (fontana con acqua) imbocchiamo la strada forestale che ci condurrà al rifugio Bagnadori (fontana). Proseguiamo poi verso la Sboccata dei Bagnadori dove raggiungiamo il sentiero che sale nel bosco e giunge ai balzi del Fabuino (breve passaggio attrezzato). Per prati poi raggiungiamo la vetta della Nuda. Il ritorno è sul versante opposto scendendo un tratto di crinale per entrare poco dopo nel bosco che ci accompagnerà, passando per antiche "carbonaie", fino al punto di partenza.

RITROVO ore 7 parcheggio della Certosa (lato via Gandhi), bus 19/36/38/39 con auto proprie

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1100 - € 6,00

Accompagna Lorenzo

DOMENICA 12 GIUGNO



Monte Baldo - Coal Santo e Cima Telegrafo (prov. VR)



Trek: Malga Valfredda (m 1321), Costabella (m 1815), Coal Santo (m 2072), Rif. Punta Telegrafo (m 2200), Rif. Chiarego, Malga Valfredda

Il Monte Baldo è definito "Giardino d'Europa" per la ricchezza e le varietà delle sue fioriture. Dagli alpeggi di fondovalle, risaliremo fra rupi e praterie lungo il crinale principale, con spettacolari vedute sul lago di Garda e sulla valle dell'Adige. Il sentiero, complessivamente di media difficoltà, presenta alcuni tratti esposti nei quali occorre fare attenzione.

Monte Canda



Colli Euganei



Monte Tambura, Alpi Apuane



RITROVO a Bologna ore 7.30 via Barozzi 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 20.30

RITROVO a Ferrara ore 7.30 Piazza S. Giorgio davanti al bar

RITROVO a Modena ore 8 via Fanti, ingresso Passaggio Porta Nord delle FS

Per i ritrovi a Ferrara e Modena prenotarsi in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 7 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 900 - € 6,00

Accompagna Luca

Colline fuori della porta

DOMENICA 12 GIUGNO

In bici e a piedi da San Lazzaro a Casola Canina (prov. BO)

La bicicletta esordisce nelle Colline fuori della porta, in una combinazione di percorso in sella e poi a piedi per la val di Zena: dopo una pedalata fino al Botteghino, sosta al Parco delle Querce dove si potranno lasciare le bici in luogo custodito e dove è prevista la pausa per pranzo al sacco o a buffet (menu e prezzo da definire); nel pomeriggio camminata su fino a Casola Canina dove si potrà assistere a concerto corale multietnico condotto da Mikrokosmos di Bologna; a fine concerto (h. 16.30) rientro sullo stesso percorso e modalità dell'andata.

RITROVO ore 11 parcheggio Circolo ARCI via Bellaria 7, S. Lazzaro S., con bici proprie. Rientro a fine pomeriggio nel luogo di partenza

IN BICI DA S. LAZZARO A BOTTEGHINO DI ZOCCA E RITORNO - MEDIO/FACILE - 24 KM A/R IN LEGGERA SALITA ALL'ANDATA

A PIEDI DA BOTTEGHINO DI ZOCCA A CASOLA CANINA E RITORNO - FACILE - DISLIVELLO M 200 - ORE DI CAMMINO 2

Accompagnano, per la Consulta Escursionismo, il CAI BO (bici) e l'associazione Parco Museale Val di Zena (a piedi)

Sul sentiero del tramonto

GIOVEDÌ 16 GIUGNO

Bassa Valle dell'Idice - itinerario naturalistico (prov. BO)

Trek: Ca' de Mandorli, sentiero CAI 801, ponte pedonale sull'Idice, Via Montebello (sinistra torrente Idice), Pizzocalvo, Ca' de Mandorli

Questa facile escursione naturalistica di dislivello irrilevante si svolge nel territorio del Parco dei Gessi Bolognesi e Calanchi dell'Abbadessa. E' da fare con calma per apprezzare colori, fioriture ed animali,

uccelli in particolare, sperando di poterli vedere o perlomeno ascoltare, come ci illustrerà l'accompagnatore. Si procederà quindi con attenzione alla natura che ci circonda, a due passi da Bologna. Consigliati binocolo e macchina fotografica.

RITROVO ore 16 a San Lazzaro al parcheggio davanti a Via Gramsci 4, vicino alla Via Emilia (bus 19), con auto proprie. Rientro ore 20 circa

ORE DI CAMMINO 3 - DISLIVELLO M 50 - FACILE - € 3,00
Accompagna Andrea T.

WEEKEND

DA VENERDÌ 17 A DOMENICA 20 GIUGNO

Cima Palombino Crode dei Longerin (prov. BL)

Trek itinerante

Venerdì: RITROVO ore 16.15 con auto proprie

Sabato: Bivio Ciadon (m 1436), Cima Palombino (m 2600), Rifugio (m 1650)

ORE DI CAMMINO 6.30 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1200, IN DISCESA M 950

Domenica: Rifugio (m 1650), Forcella Longerin (m 2044), Crode dei Longerin (m 2523), Sorgenti del Londo (m 1700), Bivio Ciadon (m 1436)

ORE DI CAMMINO 6.30 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 950, IN DISCESA M 1200

Dopo il Col Quaternà e il Peralba, continuiamo l'esplorazione delle cime che compongono la cresta di confine tra Comelico e Austria. Questa volta ci attendono i verdissimi prati della Val Visdende, su cui si ergono perentorie numerosissime guglie, ne saliremo due delle maggiori.

Quota: € 115,00/125,00

Accompagna Pierluigi

Serata in biblioteca

VENERDÌ 17 GIUGNO

La Via Postumia

La Via Postumia vuole essere un cammino verso Santiago, per unire il Cammino de Santiago Sloveno (Jakobova Pot) alla via Tolosana mediante il GR653A da Mentone ad Arles. Sarà un cammino di condivisione che andrà da Est (Aquilaia) a Ovest (Genova) intersecando diversi cammini italiani. La presenta Stefano Sereni, che viene a Bologna da Castiglione sullo Stiviere.

Appuntamento in sede, via dell'Inferno 20/B ore 21
A cura di Valentina

WEEKEND

SABATO 18, DOMENICA 19 GIUGNO

Trek e yoga nelle terre di Canossa (prov. RE)

Trek residenziale

Sabato: RITROVO ore 10 all'agriturismo Le Scuderie di Regigno di Carpineti (RE) con auto proprie

Trek: Regigno (m 614), Campovecchio (m 645), Castello delle Carpinete (m 786), S. Vitale (m 834), Carpineti (m 590), Regigno

ORE DI CAMMINO 5 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 400

Domenica: Ginepreto (m 714), Eremo (m 870), Pietra di Bismantova (m 1041), Castelnovo ne' Monti (m 730)

ORE DI CAMMINO 5 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 400

Prosegue l'esperienza di connubio tra trekking e yoga con un percorso nel medio appennino reggiano nel pieno del territorio della contessa Matilde di Canossa della quale ammireremo lo splendido e panoramico castello delle Carpinete. Affronteremo anche la pietra di Bismantova, la favolosa montagna del purgatorio di Dante. Al termine del cammino e la mattina prima di iniziare sono previste tre sedute di yoga di circa un'ora ciascuna, avvicinabili anche a chi non ha mai praticato la disciplina a cura di Silvia Bianchi del centro Yogashiva di Modena.

Pernottamento in agriturismo, 1/2 pensione. Quota: € 95,00/120,00

Accompagna Lelia

SABATO 18 GIUGNO

Monte Ventasso (prov. RE)

Trek: Busana (m 888), Oratorio S. Maria Maddalena, M. Ventasso (m 1727), Lago Calamone (m 1396), Oratorio S. M. Maddalena, Busana

La cima del Ventasso è un vero e proprio belvedere naturale dal quale si possono ammirare spettacolari panorami su gran parte dell'Appennino Emiliano. Il trek risale la montagna dal versante meno frequentato, fino a raggiungere la cima del monte e il suggestivo lago Calamone. Il sentiero, complessivamente di media difficoltà, ha alcuni tratti esposti nei quali occorre fare un po' di attenzione.

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 20

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 900 - € 6,00

Accompagna Eugenio

DOMENICA 19 GIUGNO

Capanno Tassoni - Monte Spigolino (prov. MO/BO)

Trek: Capanno Tassoni (m 1300), Colle Acquamarzia (m 1645), P.so della Croce Arcana (m 1688), M. Spigolino (m 1801), Lago Scaffaiolo, P.so del Lupo (m 1608), Capanno Tassoni

Dal Rifugio Capanno Tassoni, prima per strada bianca, poi per sentiero in mezzo al bosco saliamo al Colle Acquamarzia, da qui per sentiero di crinale "OO" con saliscendi raggiungiamo il passo della Croce Arcana e subito dopo monte Spigolino. Si ridiscende al lago Scaffaiolo e nella valle sottostante per poi risalire al passo del Lupo, oltrepassando i monti della Riva ridiscendiamo verso Capanno Tassoni per comodo sentiero immerso nel bosco.

RITROVO ore 8 via Barozzi 5, entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 18

ORE DI CAMMINO 6 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1150 - € 6,00

Accompagna Alessandro R.

DOMENICA 19 GIUGNO

Ceraunavolta (prov. MO)

Trek: Ospitale (m 930), Lago Pratignano (m 1360), Caselle (m 830), Via Romea - Ospitale

Ingredienti: un torrente, un bosco dall'umano pasato, un lago che si nasconde, un monumento con le foglie, un villaggio abbandonato disperso nel bosco, un tratto selciato della antica via Romea. Mescolate il tutto, trasferitevi con la mente nella passata civiltà del castagno e venite a vedere il risultato.

RITROVO ore 8 a Modena via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Rientro previsto ore 18

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 600 - € 6,00

Accompagna Mauro

Camminare in famiglia

DOMENICA 19 GIUGNO

Tra Venola e Vergatello (prov. BO)

Trek: Tolè (m 614), Vedettola (m 791), Ville di Rofeno (m 611), Castel d'Aiano (m 788)

Le due vallate dei torrenti Venola e Vergatello sono divise da destini diversi: la prima oggetto di contese tra Modena e Bologna, l'altra segnata dal secondo conflitto mondiale (ce lo ricordano i resti di postazioni che incontreremo lungo il percorso). Lungo il

percorso si avvistano splendidi esempi di antiche case-torri.

RITROVO ore 9 atrio stazione FS, treno FER e bus per Tolè. Rientro ore 19.25

RITROVO consigliato per le famiglie (metà percorso): Rocca di Roffeno ore 13 (auto proprie)

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 400 - € 6,00

Accompagna Piero

MARTEDÌ 21 GIUGNO



Concerto jazz al Cenobio di San Vittore (prov. BO)

In ricordo di Nardo Giardina:

DOCTOR DIXIE JAZZ BAND

Trek: Sentiero CAI 902, Cenobio S. Vittore

Continua la nostra collaborazione con Gli amici del Cenobio e la loro stagione concertistica.

RITROVO ore 19.30 Giardini Remo Scoto in via Codivilla. Rientro ore 23

ORE DI CAMMINO 2.15 - FACILE - DISLIVELLO M 150 - € 20,00 PER SOCI TREKKING ITALIA, POSTI LIMITATI

Iscrizione obbligatoria in sede con pagamento anticipato del biglietto. Il ricavato sarà interamente destinato ai lavori di manutenzione straordinaria del Cenobio.

Accompagna Renato

Pass'in/forma

MERCOLEDÌ 22 GIUGNO



Rubbiani: i veri e falsi storici (prov. BO)



Trek: P.za S. Francesco, via Val d'Aposa, P.za S. Domenico, via D'Azeglio, P.za Maggiore, via Castiglione, P.za della Mercanzia, Strada Maggiore, via Begatto, P.za Rossini, via S. Nicolò, via Galliera

A guardarlo il centro di Bologna sembra quasi tutto medievale, però quest'impressione è ingannevole. Ma Bologna sarebbe così bella senza il "sogno" contestato di Alfonso Rubbiani? Malfattore o mistico della bellezza? Camminando per le vie del centro tra monumenti originari e falsi architettonici, cercheremo di trovare una nostra personale risposta a domande che infiammarono gli animi della Belle Époque petroniana.

RITROVO ore 9 in P.za S. Francesco. Rientro ore 13

ORE DI CAMMINO 4 COMPRESSE SOSTE - FACILE - DISLIVELLO M 0 - € 3,00

Accompagna Ornella

Sul sentiero del tramonto

GIOVEDÌ 23 GIUGNO



Anello di Monteveglio (prov. BO)



Trek: Monteveglio (m 120), Abbazia di Monteveglio (m 280), Africa, Rio Ramato, Monteveglio

Giro classico nel microcosmo che circonda l'Abbazia e il borgo medievale di Monteveglio. E' il regno della terra e delle varie morfologie del terreno, i calanchi la fanno da padrone. Doverosa la visita al complesso dell'abbazia.

RITROVO a Modena ore 15.30 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Rientro ore 18. Prenotazione obbligatoria in sede entro mercoledì ore 19

RITROVO a Bologna ore 16 parcheggio via della Barca, 1, angolo A. Costa con auto proprie (bus 14/20/21/89/94). Rientro ore 20.30

ORE DI CAMMINO 3 - FACILE - DISLIVELLO M 250 - € 3,00

Accompagna Jean-Marie

Aperitivo in biblioteca

GIOVEDÌ 23 GIUGNO

Presentazione Grandi Trek

Presentazione GT Monviso e Gran Paradiso a cura di Valentina e Andrea L.

Appuntamento in sede, via dell'Inferno 20B ore 19

WEEKEND

DA VENERDÌ 24

A DOMENICA 26 GIUGNO



Lagorai Nord: cima Bragarolo e cima Cece (prov. TN)

Trek residenziale

Venerdì: RITROVO ore 16 parcheggio Centro Borgo, via M. E. Lepido, con auto proprie

Sabato: Ponte Val Maggiore (m 1570), Malga Val Maggiore (m 1620), Forc. di Val Maggiore (m 2180), Cima Cece (m 2754), Forc. Cece (m 2393), Campagnol Grande (m 1916), Ponte Val Maggiore (m 1570)

ORE DI CAMMINO 9.30 - IMPEGNATIVO + - DISLIVELLO M 1220

Domenica: Paluesi (m 1459), Pian di Ceremana (m 1551), Forcella di Ceremana (m 2428), Biv. Aldo Moro (m 2621), Cima di Bragarolo (m 2692), Bragarol (m 2149), Pian di Ceremana (m 1551), Paluesi

ORE DI CAMMINO 8.30 - IMPEGNATIVO + - DISLIVELLO M 1250

Due trek su terreno che è stato zona di battaglie nella Grande Guerra, panorami che spazieranno dalle Pale di S. Martino alle alte cime dell'Alto Adige. Le escursioni sono impegnative per esposizione e dislivello con alcuni passaggi di cresta. Possibilità di relax nella SPA dell'albergo.

Pernottamento in albergo, 1/2 pensione. Quota: prima del 5 giugno € 110,00. Dopo € 110/120
Accompagna Gianni R.

SABATO 25 GIUGNO



Anello di Dolcè (prov. VR)

Trek: Dolcè (m 115), Molane (m 900), M. Pastello (m 1127), Forte Masua (m 900), Dolcè

Dolc-è salire di quota con lento e continuo passo. Dalla sponda sinistra dell'Adige, oltre il limite apparentemente invalicabile costituito dalla maestosa sponda dei Lessini, troveremo un sentiero che va sempre più a stringersi in un filo di terra, tramite il quale raggiungeremo un terrazzo alquanto panoramico.

RITROVO ore 7 parcheggio Certosa (Largo Vittime Lager Nazisti, 7) con auto proprie. Rientro ore 16 da Dolcè

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 1000 - € 6,00

Accompagna Andrea L.

Per le lunghe

SABATO 25 GIUGNO



Da Vernio a Prato (prov. PO)



Trek: Vernio (m 277), S. Quirico, Montecuccoli (m 633), M. Maggiore (m 916), Monti della Calvana, Filettole, Prato (m 45)

Il percorso che il treno più lento compie in pochi minuti, a noi impegna per una giornata intera. Il lungo crinale che si stacca dall'Appennino e scende su Prato è un sentiero-balcone che ci conduce verso la grande piana dove vive oltre un milione di persone. Ma la metropoli si materializza all'improvviso, lasciandoci respirare a lungo i profumi che si fanno via via che scendiamo, più mediterranei. Per camminatori tosti.

RITROVO ore 8 stazione di Bologna San Ruffillo, treno reg. per Vernio ore 8.20, rientro ore 19.08, arrivo a Bologna C. ore 20.19. Orari da confermare

ORE DI CAMMINO 8 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1150, IN DISCESA M 1400 - € 6,00

Accompagna Roberto

Ceraunavolta



Rubbiani



Monteveglio





Cima Bragarolo



Segavecchia



Savena

DOMENICA 26 GIUGNO 

Anello nel Parco dei Laghi Suviana e Brasimone (prov. BO)

Trek: fondovalle Brasimone (m 875), Ca' Fontana del Boia (m 850), M. di Stagno (m 1213), Eremo del Viandante (m 1100), Sasso Bibbio (m 1190), fondovalle

Trek interessante e naturalistico, all'interno del Parco Regionale dei Laghi di Suviana e Brasimone. Si attraversano varie tipologie di bosco e si vedranno anche aree aperte e panoramiche. Notevole la presenza della fauna selvatica, tra cui cervi, caprioli, daini, cinghiali e numerose specie di uccelli. Il percorso si farà apposta con una certa calma, anche per favorire osservazioni e foto, a tal proposito un binocolo è consigliato. A fine giro, per chi vuole, il ristoro dei piedi nel fresco torrente Brasimone.

RITROVO ore 8.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19.30

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 600 - € 6,00

Accompagna Andrea T.

Sul sentiero del tramonto 

In collina per parchi, ex chiese ed ex rifugi (prov. BO) 

Trek: Ex rifugio NATO (m 250), Parco Paderno, sorgente Aposa (m 300), Roncrio, rio dei Gobbi (m 170), rio della Costarella, Canova, Parco Forte Bandiera (m 288), Jola, Paleotto, Ponte S. Ruffillo (m 100)

Ma davvero il centro città è così vicino? Non ci sembrerà, in questa fresca traversata vespertina su tratti già allestiti del futuro sentiero 900, con avvicinamento in bus e poi inanellando tre bei parchi collinari, con affascinanti collegamenti *en pleine nature*, suggestive vedute e tracce di vario passato.

RITROVO ore 17.15 p.za Cavour, bus linea 52 ore 17.30 per Paderno. Rientro ore 20.45 da Ponte S. Ruffillo con bus linee 13 o 96

ORE DI CAMMINO 2.30 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 150, IN DISCESA M 320 - € 3,00

Accompagna Martino

Acqua fresca / sul sentiero del tramonto 

Sul greto del Savena (prov. BO) 

Trek: Pianoro Vecchio (m 173), greto del Savena, Logheto, Pianoro

A monte di Pianoro il Savena fa delle piccole simpatie rapide; è possibile bagnarsi e prendere il sole in pace, l'acqua di solito è sufficiente, sia in qualità che in quantità. Si percorre il greto con continui guadi, l'acqua è tiepida e piacevole. Utili i sandali da trekking, telo e costume!

RITROVO ore 16 stazione FS di San Ruffillo con auto proprie. Rientro ore 20

ORE DI CAMMINO 2.30 - FACILE - DISLIVELLO M 150 - € 3,00

Accompagna Roberto

Serata in biblioteca 

Trek e solidarietà in Kenya

Il CEFA (Comitato Europeo per la Formazione e l'Agricoltura) da oltre 40 anni promuove progetti di sviluppo per alleviare fame e povertà nel mondo. Quest'anno il CEFA ha deciso di supportare i suoi progetti in Kenya con un'iniziativa speciale, ispirata dalla storia di Felice Benuzzi, che si lasciò affascinare dalla meraviglia del Monte Kenya durante la sua prigionia a Nanyuki e scappò insieme a due compagni per raggiungere la Punta Lenana, issare un tricolore e riconsegnarsi infine al campo. La vetta del Monte è stato per loro simbolo della dignità dell'Uomo e punto di forza per mantenere lo spirito in libertà. I partecipanti al progetto visiteranno i progetti agricoli e di supporto ai centri detentivi che CEFA porta avanti in Kenya per poi salire fino alla Punta Lenana (m 4985) e festeggiare il 10 agosto in occasione della Giornata Internazionale della Giustizia nelle Carceri.

Presentazione a cura di CEFA e Lucia Costa

A cura di Federica

Appuntamento in sede, via dell'Inferno 20/B ore 21

WEEKEND 

Val Zoldana: lago Coldai e Pelmo (prov. BL)

Trek residenziale

Sabato: RITROVO ore 6 parcheggio Caserme Rosse, via di Saliceto angolo via di Corticella con auto proprie

Trek: Palafavera (m 1507), malga Pioda (m 1892), Rif. Coldai (m 2132), laghetto Coldai (m 2143), Palafavera

ORE DI CAMMINO 3.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 650
Domenica: P.so Staulanza (m 1766), Forc. Val d'Arcia (m 2476), Rif. Venezia (m 1946), P.so Staulanza

ORE DI CAMMINO 7 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 950

La Val di Zoldo, nel cuore delle Dolomiti, è d'estate una meta ideale per escursionisti. I gruppi del Pelmo, del Civetta, del Bosconero e del Mezzodi offrono itinerari di tutte le difficoltà in un ambiente unico.

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione. Quota: prima del 10 giugno € 90,00. Dopo € 90/100

Accompagna Gianni R.

Acqua fresca 

SABATO 2 LUGLIO 

La ragazza di Bube e il bagno etrusco (prov. SI)

Trek: Casole d'Elsa (m 417), Molinaccio (m 200), Monteguidi (m 430), Casole

La Toscana è il regno delle terme libere; non tutte sono calde o bollenti, la vasca delle Caldane o di San Marziale è perfetta per la stagione; l'acqua è a 22° e sgorga in una vasca più volte trasformata e che pare fosse usata già in epoca etrusca. Si sa che gli etruschi qui c'entrano sempre; a noi soprattutto interessa che questo patrimonio naturale resti libero e disponibile. E sarà un bagno meritato dopo il breve trek a Monteguidi, il paese della "Ragazza di Bube" di Cassola. Portate telo e costume!

RITROVO a Modena ore 7.30 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

RITROVO a Bologna ore 8.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 20

ORE DI CAMMINO 4.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 500 - € 6,00

Accompagna Roberto

DOMENICA 3 LUGLIO 

Balzi dell'Ora (prov. BO)

Trek: Cavone (m 1415), Balzi dell'ora, Corno alle Scale (m 1944), Lago Scaffaiolo, M. Spigolino (m 1827), Cavone

Un trek classico, lungo e impegnativo per il tratto esposto sui Balzi dell'Ora. Arrivati sul crinale, si prosegue tranquilli e con panorami a 360 gradi sull'Appennino.

RITROVO ore 6.45 atrio stazione Bologna, treno per Porretta ore 7.04 bus Cavone. Rientro a Bologna ore 19.20

ORE DI CAMMINO 6.30 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 650 - € 6,00

Accompagna Jean-Marie

Grande Guerra

DOMENICA 3 LUGLIO



Strada delle 52 Gallerie, Monte Pasubio (prov. VI)



Trek: Bocchetta Campiglia (m 1210), Porte del Pasubio, Rif. Achille Papa (m 1928), strada degli Scarrubbi, Bocchetta Campiglia

Quella degli Scarrubbi era l'unica strada che collegava Bocchetta Campiglia alle Porte del Pasubio. Esposta alla diretta osservazione degli austriaci poteva essere percorsa dagli autocarri solamente nelle ore notturne ed a fari spenti. Iniziata nel marzo/aprile 1917 la strada delle Gallerie era la soluzione del problema, sviluppandosi nel versante sud dei Forni Alti, completamente non esposta all'osservazione nemica. Completata nel dicembre 1917, la Strada delle Gallerie è lunga 6,5 km, dei quali 2,5 km all'interno delle 52 gallerie.

RITROVO ore 7.50 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 21

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 800 - OBBLIGATORIA LA PILA, MEGLIO SE FRONTALE - € 6,00
Accompagna Carlo

DOMENICA 3 LUGLIO



Rio Rovigo (prov. FI)

Trek: Badia Moscheta (m 540), Lastra (m 472), Val Cavaliere (m 855), i Diacci, Fosso dei Pianacci (m 900), La Serra (m 904), Badia Moscheta

Risaliamo parte della valle dove scorre il rio Rovigo, torrente dalle acque incontaminate e abbondanti anche in estate. Incontreremo fresche faggete ed esemplari di castagno secolari. Il giro inizia e si conclude a Badia Moscheta che rappresenta il primo insediamento in zona dei monaci vallombrosiani (fondata nel 1034).

RITROVO ORE 8 VIA BAROZZI, 5 ENTRATA EST FS CON AUTO PROPRIE. RIENTRO ORE 19.30

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 850 - € 6,00

Accompagna Andrea M.

Pass'in/forma

GIOVEDÌ 7 LUGLIO



Da Pian di Venola a Lama di Reno (prov. BO)



Trek: Pian di Venola (m 152), Marzabotto (m 130), Panico (m 166), Lama di Reno (m 120)

Fino a Marzabotto il sentiero si snoda pianeggiante lungo il fiume tra paesaggi calanchivi; dopo la nuova passerella sul Reno di Marzabotto, arriveremo prima

alla Pieve di S. Lorenzo di Panico, che visiteremo, poi a Lama di Reno (in base al tempo si potrà eventualmente visitare il Sacario dei caduti in centro paese).

RITROVO ore 8.45 atrio stazione Bologna, treno per Pian di Venola ore 9.04. Rientro in treno da Lama di Reno con arrivo a Bologna ore 13.32

ORE DI CAMMINO 2 - FACILE - DISLIVELLO M 100 - € 3,00

Accompagna Ornella, che sale a Casalecchio Ronzani

GIOVEDÌ 7 LUGLIO



Trek e concerto 2 (prov. BO)

Recital del pianista Gino Brandi al Cenobio di San Vitore. "Il pianoforte nel Romanticismo" con musiche di Chopin, Mendelssohn, Schumann

Trek: Sentiero CAI 902, Cenobio S. Vittore

RITROVO ore 19.30 Giardini Remo Scoto in via Codivilla. Rientro ore 23

ORE DI CAMMINO 1.30 - FACILE - DISLIVELLO M 150 - € 15,00 PER SOCI TREKKING ITALIA, POSTI LIMITATI

Iscrizione obbligatoria in sede con pagamento anticipato del biglietto. Il ricavato sarà interamente destinato ai lavori di manutenzione straordinaria del Cenobio

Accompagna Renato

WEEKEND

DA VENERDÌ 8

A DOMENICA 10 LUGLIO



Il versante meridionale dei Monti Sibillini (prov. MC-PG-AP)

Trek residenziale

Venerdì: RITROVO ore 7.30 via Barozzi, 5 Entrata Est FS con auto proprie

Trek: Colle Le Cese (m 1561), M. Macchialta (m 1751), Forca di Presta (m 1534), Dogana (m 1320), Colle Le Cese

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 500

Sabato: Castelluccio (m 1452), Forca di Giuda (m 1794), M.te Patino (m 1883), Val Canatra (m 1357), Castelluccio

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 850

Domenica: Arquata (m 770), Forca di Presta (m 1534), F.te Cappella (m 1214), Arquata

ORE DI CAMMINO 5.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 800

Siamo al confine tra Marche e Umbria in quello che sta diventando giustamente noto come uno fra i più belli parchi dell'Italia centrale: il Parco Nazionale dei Monti Sibillini. Qui c'è tutto quello che occorre per appassionare i più esigenti: sentieri di cresta, panorami mozzafiato, una gustosa gastronomia tradizionale e la monumentale piana di Castelluccio che

ogni anno ripropone lo stupendo spettacolo dell'esplosione di colori della lenticchia, del fiordaliso e dei papaveri che proprio in questo periodo fioriscono dando mille sfumature al paesaggio.

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione. Quota: prima del 10 giugno € 139,00. Dopo € 139/150

Accompagna GianLuca P.

WEEKEND

DA VENERDÌ 8

A DOMENICA 10 LUGLIO



Lastioi di Formin Nuvolao (prov. BL)

Trek itinerante

Venerdì: RITROVO ore 16.30 parcheggio Caserme Rosse, via Saliceto angolo via di Corticella con auto proprie.

Sabato: P.so Giau (m 2236), Forc. Ambrizzola (m 2277), Lastioi di Formin (m 2657), Ru Curto (m 1703), Rif. 5 Torri (m 2137)

ORE DI CAMMINO 7 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1000, IN DISCESA M 950

Domenica: Rif. 5 Torri (m 2137), Forc. Nuvolao (m 2413), Gusela (m 2595), P.so Giau

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 700, IN DISCESA M 600

Tra le più famose cime della magia Cortina, salirò in vetta a due impressionanti muraglie: i Lastioi di Formin e il Nuvolao, ove sorge il più antico rifugio delle Dolomiti.

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione

Accompagna Pierluigi

SABATO 9 LUGLIO



Il sentiero degli Allocchi (prov. FI)

Trek: Crespino del Lamone (m 536), Poggio degli Allocchi (m 1073), La Giogana (m 1011), M. Giuvigiana (m 979), Madonna dei tre Fiumi, Ronta (m 386)

A Crespino, la linea ferroviaria Faenza - Firenze abbandona definitivamente la valle del Lamone per "bucare" l'Appennino con la lunga galleria degli Allocchi (m 3779). La statale di contro si appresta a scavalcare l'Appennino, abbandona anche il corso del torrente e in circa otto chilometri raggiunge la Colla di Casaglia (m 935) per poi scendere a Borgo San Lorenzo. Un sentiero, con percorso panoramico sulla valle del Lamone prima, sul Mugello poi, partendo dall'imbocco della galleria a Crespino, raggiunta la cima del colle scende fino l'abitato di Ronta, all'uscita della medesima.

RITROVO ore 6.50 atrio stazione Bologna, treno per Faenza. Secondo ritrovo ore 8 atrio stazione di Faenza, treno regionale per Crespino del Lamone. Rientro con il treno che parte da Ronta alle ore 16.32 (da confermare)

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 650, IN DISCESA M 850 - € 6,00

Accompagna Adriano

SABATO 9 LUGLIO



Alle sorgenti del Diaterna (prov. FI)

Trek: Sasso di S. Zenobi (m 860), Belmonte (m 540), Ca' Buraccia (m 540), M. Carpinaccio (m 920), Sasso di S. Zenobi

Dal nero e misterioso Sasso di San Zenobi la vista spazia sulla valle del torrente Diaterna, affluente del fiume Santerno. Fra i monti scavati dall'acqua si nascondono casolari a volte abbandonati, pascoli e una saliceta alquanto inquietante nati dalle pozze primaverili del Monte Carpinaccio.

RITROVO ore 8.45 parcheggio stazione Bologna San Ruffillo con auto proprie. Rientro ore 18

ORE DI CAMMINO 5.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 650 - € 6,00

Accompagna Luciano

DOMENICA 10 LUGLIO



In un balzo allo Spigolino (prov. BO)

Trek: Cavone (m 1424), Balzi dell'Ora, Corno (m 1944), Rif. Duca degli Abruzzi, lago Scaffaiolo (m 1780), M. Spigolino (m 1827), Cavone

Dal Cavone, fiancheggiando il laghetto, prendiamo il sentiero che sale e ci porta nella valle del Silenzio, sotto il Corno; sempre in salita si arriva alla sella che divide la Nuda dal Corno alle Scale, per i suoi balzi arriviamo in cima. Prendiamo quindi il sentiero di crinale che ci conduce panoramicamente al lago per poi risalire allo Spigolino. Scendiamo per i monti della Riva, sino al passo del Lupo per poi continuare in val di Gorgo e Cavone, nostro punto di partenza.

RITROVO in orario e luogo da definire

ORE DI CAMMINO 6 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1200 - € 6,00

Accompagna Alessandro R.

DOMENICA 10 LUGLIO



Alpe di Succiso (prov. RE)

Trek: P.so del Cerreto (m 1261), sorgenti del Secchia (m 1500), P.so di Pietratagliata (m 1750), Alpe di Succiso (m 2017), M. Casarola (m 1979), P.so Ospedalaccio (m 1271), P.so del Cerreto

Spettacolare ed emozionante anello in una delle più belle e selvagge montagne dell'Appennino, passando per il circo glaciale che ospita le sorgenti del Secchia e il Passo di Pietra Tagliata detto anche di Barbarossa. Giunti in cima al Succiso, la veduta non ha limiti e spazia su tutto l'Appennino Reggiano.

RITROVO ore 7.30 in via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 5 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1000 - € 6,00

Accompagna Gianni

WEEKEND

**SABATO 16,
DOMENICA 17 LUGLIO**



Traversata della catena del Baldo (prov. VR, TN)

Trek itinerante

Sabato: RITROVO in luogo e orario da definire, con auto proprie

Trek: Caprino Veronese (m 254), Bocchetta di Naole (m 1648), Rif. Telegrafo (m 2147), Punta Telegrafo (m 2200), Rif. Telegrafo

ORE DI CAMMINO 6.30 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1970, IN DISCESA M 160

Domenica: Rif. Telegrafo (m 2147), forc. Valdrizza (m 2107), Cima Val Finestra (m 2091), Cima Pozzette (m 2128), Rif. Altissimo, M. di Nago (m 1874), sella di M. Varagna (m 1720), Malga Zures (m 690), Torbole (m 78)

ORE DI CAMMINO 9 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 600, IN DISCESA M 2670

La catena del Monte Baldo si allunga per circa 40 Km da Nord Est a Sud Ovest, fra la depressione di Loppio e la piana di Caprino Veronese; la val Lagarina e poi la Val d'Adige la delimitano a oriente, mentre il catino allungato del lago di Garda ne segna il confine occidentale. Percorreremo l'intero crinale baldense da Sud a Nord, saltandone le principali cime e sostando presso il rifugio Telegrafo, dove assisteremo ad uno spettacolo ispirato alla prima guerra mondiale. In diversi passaggi vedremo da un lato il lago di Garda e dall'altra il corso del fiume Adige e poco distanti i Lessini e il Pasubio, un panorama davvero unico.

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione

Accompagnano Sergio e Andrea L.

SABATO 16 LUGLIO



Su e giù per il Corno (prov. BO)

Trek: Segavecchia (m 912), sentiero Ruffo, Corno alle scale (m 1944), P.so dello Strofinatoio (m 1847), P.so del Cancellino (m 1634), Segavecchia

Il sentiero è tra quelli con maggiore dislivello di tutto l'Appennino Emiliano (1000 metri in 3,5 km di sviluppo), nella parte finale un piccolo tratto attrezzato è utile come corrimano. Dal rifugio Segavecchia dove lasciamo le auto (fontana con acqua) in breve tempo, dopo aver passato il torrente raggiungiamo il sentiero che ci condurrà in vetta passando nella fitta faggeta dove si trovano piazzole delle antiche carbonaie. Appena usciamo dal bosco siamo alla base dei ripidi pendii erbosi della parete Est del Corno alle Scale. Si sale con ripidi tornanti sui prati dove inizia la parte più difficile ma anche più bella dell'itinerario. Un breve passaggio attrezzato con cavi di acciaio e poi finalmente sul crinale prossimo alla vetta. Nelle giornate limpide si può godere di un bellissimo panorama. Dalla vetta cominciamo il ritorno dirigendoci al passo dello Strofinatoio e poi al passo del cancellino dove seguiamo il sentiero che rapidamente ci riporta nella faggeta fino a chiudere l'anello al rifugio Segavecchia.

RITROVO ore 7 parcheggio della Certosa (lato via Gandhi, bus 19/36/38/39) con auto proprie

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1050 - € 6,00

Accompagna Lorenzo

DOMENICA 17 LUGLIO



Alta val di Luce (prov. PT)



Trek: Casa Coppi (m 1350), P.so d'Annibale (m 1800), Foce a Giovo (m 1700), Femmina Morta (m 1880), Alpe Tre Potenze (m 1940), M. Gomito (m 1892), Casa Coppi

La Val di Luce è ben conosciuta dagli amanti dello sci nella stagione invernale per le sue piste sempre ben innevate; in questa stagione avremo modo di apprezzarne le distese di mirtilli che ricoprono i pendii e i suoi panorami, dalle alpi Apuane al magnifico Rondinaio e l'Abetone. Il sentiero sotto i Denti della Vecchia, ricorda tratti dolomitici con le sue rocce appuntite. Il monte Gomito con la sua seggiovia e gli impianti sciistici ci ricorda che ci troviamo in una delle più importanti zone sciistiche dell'Appennino settentrionale.

RITROVO a Ferrara ore 7 Piazza S. Giorgio davanti al bar

RITROVO a Bologna ore 7.30 via Barozzi, 5 Entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19.30

RITROVO a Modena ore 7.30 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Per le partenze da Ferrara e Modena prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1000 - € 6,00

Accompagna Sandro

Acqua fresca

DOMENICA 17 LUGLIO



Badi - Lago di Suviana (prov. BO)



Trek: Pida (m 550), Badi (m 600), S. Ilario (m 830), Camping del Lago (m 470), Pida

Un lungo giro che ci porterà a visitare tutto d'un fiato la parte destra del lago. Passando per Badi si arriva alla chiesa di S. Ilario, costruita all'inizio del XII secolo, che conserva ancora una piccola bellissima abside romanica. Proseguendo ci inoltriamo a Ca' di Costanzo circondato da secolari castagneti. Scenderemo verso le rive del lago e se il tempo lo consente ci aspetta un piacevole bagno rinfrescante (portare telo e costume).

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

RITROVO a Ferrara ore 7.30 Piazza S. Giorgio davanti al bar, prenotarsi in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 500 - € 6,00

Accompagna Davide

WEEKEND

**DA VENERDÌ 22 A
DOMENICA 24 LUGLIO**



Sui ghiacciai della Val Martello (prov. BZ)

Trek itinerante

Venerdì: RITROVO ore 16.30 parcheggio Certosa lato Viale Gandhi con auto proprie

Sabato: Albergo Genziana (m 2055), Cima Rossa di Martello (m 3033), Rif. Martello (m 2610)

ORE DI CAMMINO 7 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1100, IN DISCESA M 600

Domenica: Rif. Martello (m 2610), Base della Vedretta Alta (m 3000 circa), Rif. Martello, Rif. Corsi (m 2265), Albergo Genziana (m 2055)

ORE DI CAMMINO 6 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 600, IN DISCESA M 1100

Grande è la soddisfazione di raggiungere La Cima Rossa di Martello, che offre la possibilità di ammirare le maggiori cime innevate dell'Alto Adige: Ortles, 3905 Cevedale, 3769 e Gran Zebrù, 3851 metri. I maestosi ghiacciai che le coronano subiscono purtroppo un grave arretramento causato dall'innalzamento globale della temperatura, ma sono tuttora possenti. Ci inoltreremo quindi ai loro piedi per ammirare da vicino l'azzurro cristallino dei ghiacci di fusione.

Accompagna Pierluigi

52 Gallerie



Spigolino



Alta val di Luce



SABATO 23 LUGLIO

**Anello Mori in Val Brenta (prov. VI)**

Trek: Mori (m 156), M. Cornone (m 1055), Sasso Rosso (m 1196), Col Carpenedi, bivio sent. 783-AVT (m 325), Le caserette (m 508), Mori

Variazioni continue dell'inclinazione del percorso caratterizzano la prima parte di giornata in cui al ritmo di un passo continuo risaliremo fino al Monte Cornone. Sul falsopiano di monte concluderemo i 1000m di dislivello per poi ricercare la via di discesa, nuovamente ripida e a tratti esposta. In alcuni tratti è presente una corda fissa per cui si richiede passo sicuro e limitata sensazione di vertigini. Ormai prossimi a valle percorreremo il sentiero Alta Via del Tabacco fino a rientrare a Mori.

RITROVO a Bologna ore 6.45 via di Saliceto angolo via Corticella con auto proprie. Rientro ore 19 da Mori

RITROVO a Modena ore 7.30 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19
ORE DI CAMMINO 8 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1200 - € 6,00

Accompagna Andrea L.

DOMENICA 24 LUGLIO

**Da Lizzano al Corno (5 monti e 3 balzi) (prov. BO)**

Trek: Lizzano in Belvedere (m 640), balzi dell'Angelo Perduto, M. Pizzo (m 1100), M. Grande (m 1531), sboccata dei Bagnadori (m 1276), M. Fabuino (m 1750), M. Nuda (m 1827), P.so del Valone (m 1627), balzi dell'Ora, Corno alle Scale (m 1944), Cavone (m 1415)

Grande traversata, ormai classica, con forti dislivelli specie in salita e che affronta ben tre balzi (Angelo Perduto, Fabuino, Ora). Metteremo le mani sulla roccia, senza grossi problemi in realtà per chi non soffre di vertigini (ed ha gambe allenate). Ma che soddisfazione, e che panorami!

RITROVO ore 6.45 atrio stazione Bologna, treno per Silla ore 7.04, bus per Lizzano in Belvedere. Rientro con bus da Cavone e treno, arrivo a Bologna alle ore 20.32

ORE DI CAMMINO 7.30 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1800, IN DISCESA M 950 - € 6,00

Accompagna Aurelio

DOMENICA 24 LUGLIO

**Alpe di Vitigliano (prov. FI)**

Trek: Crespino del Lamone (m 536), Ortacci (m 993), Poggio Castellina, Alpe di Vitigliano (m 1088), Crespino

Percorso ad anello che partendo dalla stazione di Crespino, percorre il sentiero n. 537 fino al sentiero di crinale 00, percorso in parte per poi scendere per il sentiero n. 535.

RITROVO ore 6.50 atrio stazione Bologna, treno per Faenza. Secondo ritrovo ore 8 atrio stazione di Faenza, treno regionale per Crespino del Lamone

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 680 - € 6,00

Accompagna Adriano

SABATO 30 LUGLIO

**Dal Cavone a Monteacuto (prov. BO)**

Trek: Cavone/Baita del Sole (m 1500), P.so Strofinaio (m 1850), P.so del Cancellino (m 1650), M. Gennaio (m 1812), Rif. Porta Franca (m 1580), biv. Donna Morta (m 1368), Monteacuto delle Alpi (m 913)

La sua cima, quasi a punta, la si vede dal basso, o di fronte quando si è sul Corno alle Scale, ma quanti hanno conquistato il monte Gennaio? Pochi sicuramente, non tanto per difficoltà alpinistiche (che non ci sono, ad affrontarla dal lato giusto), quanto perché comodi sentieri la aggirano più bassi, sicché bisogna andarci apposta, e solitamente non lo si fa. Ma a torto, perché lassù si ha ben più che altrove l'emozione della vetta, aguzza com'è, e un amplissimo panorama, con affaccio sulle cupole rinascimentali di Pistoia. E poi giù a Porta Franca (dove i contrabbandieri dello Stato Pontificio la facevano appunto... franca) e conclusioni nell'incanto di Monteacuto.

RITROVO ore 6.45 atrio stazione Bologna, treno per Porretta Terme ore 7.04, bus 776 per Corno alle Scale. Rientro con bus 775 da Monteacuto e 776 da Lizzano per Porretta, arrivo a Bologna alle ore 20.32
ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 650, IN DISCESA M 1100 - € 6,00

Accompagna Martino che sale sul bus a Lizzano-Comune

SABATO 30 LUGLIO

**Monte Cimone (prov. MO)**

Trek: Pian del Falco (m 1350), P.so Serre (m 1480), Rif. Ninfa (m 1550), Pian Cavallaro (m 1850), M. Cimone (m 2169), Pian del Falco

Raggiungeremo attraversando faggete e praterie di mirtilli la vetta del Monte Cimone, il maggior rilievo dell'Appennino settentrionale, dalla quale, nelle giornate limpide si gode di un amplissimo panorama.

RITROVO a Bologna ore 8 parcheggio Certosa lato via Gandhi con auto proprie. Rientro ore 19

RITROVO a Modena ore 8 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 850 - € 6,00

Accompagna Andrea P.

DOMENICA 31 LUGLIO

**Un angolo di verde dietro il parco dei 2 Laghi (prov. BO/PO)**

Trek: Ca' Fontana del Boia (m 850), Croce di Cavarzano (m 890), Rif. Poggio di Petto (m 1129), Montepiano (m 760)

Percorso facile su strade forestali e tratti di sentiero fino al panoramico rifugio gestito di Poggio di Petto. Il rientro avviene per suggestivo sentiero fino a Montepiano poi bus per Castiglione dei Pepoli (luogo in cui occorrerà lasciare un'auto per tornare a recuperare le altre). Il biglietto del bus sarà da acquistare in loco.

RITROVO ore 7.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 18

ORE DI CAMMINO 5 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 480 - € 6,00

Accompagna Roberto P.

Acqua fresca

DOMENICA 31 LUGLIO

**La salita e la cascata (prov. BO)**

Trek: Moraduccio (m 265), Castiglioncello, Neghedole (m 601), Sant'Andrea (m 356), Moraduccio
Anello di estremo interesse; pure se a quota bassa, l'ambiente è selvaggio e severo. Le case abbandonate nei boschi incutono quasi timore. Un breve passaggio esposto richiede un minimo di attenzione. Per ogni dubbio, contattateci. Al termine, bagno (e super doccia) alla grande cascata. Portate telo e costume.

RITROVO ore 7.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 4.30 - MEDIO (CON UN PASSAGGIO ESPOSTO) - DISLIVELLO M 500 - € 6,00

Accompagna Roberto

Pass'in/forma

GIOVEDÌ 4 AGOSTO

**Paesaggi di Morandi (prov. BO)**

Trek: Grizzana Morandi (m 562), Nadia (m 450), M. Pezza (m 762), Grizzana

Trek facile di mezza giornata sui luoghi del pittore a Grizzana Morandi. I dettagli del programma sono da confermare.

Accompagna Arcangelo

WEEKEND

SABATO 6,
DOMENICA 7 AGOSTO**Trek e meditazione nell'Appennino Reggiano (prov. RE)**

Sabato: RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 Entrata Est FS con auto proprie. Viaggio per Fontana Cornia (Castelnovo ne' Monti)

Trek: Fontana Cornia (m 702), Campo Pianelli, Pietra di Bismantova (m 1047), Eremo, Fontana Cornia

ORE DI CAMMINO 4 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 400

Domenica: Casalino (m 938), Prati di Sara (m 1700), M. Baggioletto (m 1758) (facoltativo: trek fino al M. Cusna, m 2120), Casalino

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 820

Trek e meditazione alla Pietra di Bismantova e ai Prati di Sara! I trek non presentano difficoltà, i percorsi sono lungo sentieri e mulattiere. Questa proposta innovativa di weekend vuole unire il trekking all'attenzione meditativa sul corpo e sulla mente. Alla sera, alla mattina e durante le camminate ci soffermeremo in meditazione guidata da Gianfranco Bertagni, insegnante di Meditazione a Bologna. Per un ottimale lavoro su se stessi, tutti i partecipanti sono invitati al silenzio durante il cammino: il silenzio sarà necessario ad ascoltare se stessi nel proprio muoversi, nello sforzo, nei pensieri e negli stati emotivi.

Pernottamento in ostello, 1/2 pensione. Quota: prima del 1° luglio € 84,00. Dopo € 84/110

Accompagna Valentina

SABATO 6 AGOSTO

**S. Pellegrino e lo schiaffo del diavolo (prov. MO/LU)**

Trek: Imbrancamento (m 1350), P.so del Lagadello (m 1600), Alpe di S. Pellegrino (m 1700), S. Pellegrino in Alpe (m 1500), Imbrancamento

Anche nel nostro Appennino ci sono luoghi di vertiginosa bellezza, e questo è il caso del borgo di S. Pellegrino in Alpe. In tempi brevi raggiungeremo il crinale e il nostro sguardo spazierà lontano, le bellissime Alpi Apuane da una parte e i nostri monti d'Emilia dall'altra. E visto che ci siamo intrecceremo ancora storia e leggenda narrando del tumultuoso rapporto di S. Pellegrino col demonio e incontrando la via Vandelli, una delle prime "autostrade" tracciate al mondo.

RITROVO ore 8.30 a Modena in via Fanti, ingresso passaggio Porta Nord delle FS con auto proprie
ORE DI CAMMINO 4.30 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 450 - € 6,00
 Accompagna Lelia

DOMENICA 7 AGOSTO



Attorno alla Conca di Lagdei (prov. PR)



Trek: Lagdei Cancelli (m 1118), Bocchetta M. Tavola (m 1450), M. Fosco (m 1680), M. Orsaro (m 1830), M. Braiola (m 1819), M. Marmagna (m 1849), M. Aquila (m 1779), Lago Santo (m 1507), M. Sterpara (m 1609), Lagdei

Ci troviamo a percorrere un tratto dell'Alta via dei Parchi della provincia di Parma. Da Cancelli il sentiero inizia nel bosco che si dirada sempre più salendo di quota, giungendo sulla cresta. Abbandonato il bosco abbiamo subito panorami a 360 gradi; il sentiero ora si snoda tra le rocce, salendo e scendendo più volte raggiungendo le varie cime dei monti. Dal Monte Aquila si scende al Lagosanto dove il rifugio Mariotti si specchia sul lago.

RITROVO a Bologna ore 7 parcheggio via della Barca, 1 angolo via A. Costa (bus 14/20/21/89/94) con auto proprie

RITROVO a Modena ore 7 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 6.30 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1200 - € 6,00

Accompagna Sandro

Acqua fresca

DOMENICA 7 AGOSTO



Andar in Dardagna (prov. BO)



Trek: Farnè (m 700), Mogere, Rocca Corneta (m 592), Mulino (m 528), Ca' dei Crudeli (m 670), Farnè

Al mulino di Rocca Corneta il Dardagna, il cui antichissimo nome forse evoca lo scorrere impetuoso dell'acqua, comincia a trovar pace. E noi ne appro-

fittiamo per un tuffo... Nel breve giro incontriamo le facce scolpite su alcune antiche case, che sono una caratteristica singolare (e atavica) della valle. Portare telo e costume. Acqua molto fresca!

RITROVO a Modena ore 9 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

RITROVO a Bologna ore 9.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19.30

ORE DI CAMMINO 4 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 400 - € 6,00

Accompagna Roberto

SABATO 13 AGOSTO



Traversata di Monte Grande (prov. BO)

Trek: Pianaccio (m 750), Fiammineda (m 810), Catlano (m 925), Bocca delle Tese (m 1170), M. Grande (m 1530), P.so di Saltiolo (m 1360), Croce dei colli (m 1230), Ca' Lenzi (m 1060), La Ca' (m 920)

I montanari che dal ristretto spazio in cui è collocato il loro paese si recavano nel più ampio versante opposto del monte, attraversavano la montagna alla "bocca", senza salire alla sua cima, passando per alcuni solitari insediamenti. Oggi si ripercorre questo territorio in una chiave diversa, ripensando alla loro storia, ma anche alla ricerca delle belle vedute sul Corno alle Scale e sul suo Parco, che un tipo di vita diverso ci permette di godere.

RITROVO ore 8.45 atrio stazione Bologna, treno per Porretta ore 9.04, bus linea 776 e 775. Rientro con linea 776 + treno con arrivo a Bologna ore 19.32. Orari da confermare

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 800, IN DISCESA M 600 - € 6,00

Accompagna Marco G., che sale in pullman a Lizano, ore 10.50

Acqua fresca

DOMENICA 14 AGOSTO



Un fiume da bere (prov. FC)



Trek: Poggio alla Lastra (m 506), Mulino Culmolle (m 414), Molinaccio (m 476), Ca' di Veroli, Poggio alla Lastra

I tre rami del Bidente nelle Foreste Casentinesi hanno un corso contorto e acque limpide e abbondanti tutta l'estate (non a caso il bacino di Ridracoli disseta mezza Romagna). Mulini e ponti in pietra si alternano a splendide pozze che invitano al bagno. Percorso rilassante e mai troppo caldo. Portare telo e costume.

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 4.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 400 - € 6,00

Accompagna Roberto

DOMENICA 14 AGOSTO



Da Castello a Piazza... Maggiore (prov. BO)

Trek: Castel Maggiore, Lungo Navile, Bologna Piazza Maggiore

Il 14 agosto 1974 il Comune di Bologna organizzò per i bolognesi rimasti in città uno spettacolo in piazza Maggiore. Fu un successo e 30.000 persone riempirono la piazza per assistere allo spettacolo del compianto Dino Sarti. Oggi partiamo da Castel Maggiore per risalire il Lungo Navile e giungere in Piazza Maggiore giusto in tempo per assistere allo spettacolo offerto nell'ambito della rassegna Bè Bologna Estate 2016.

RITROVO ore 17 atrio stazione Bologna, treno regionale per Castel Maggiore

ORE DI CAMMINO 3.30 - FACILE - DISLIVELLO M 0 - € 3,00

Accompagna Marco B.

Acqua fresca

LUNEDÌ 15 AGOSTO



A mollo nel Lamone (prov. BO)



Trek: Fantino (m 423), Mengacci (m 645), M. Prevaligo (m 956), Lozzole (m 796), Fintomorto, Stabia (m 657), Fantino

Conosciamo benissimo la valle del Lamone, cuore di quella "Romagna Toscana", percorsa in lungo e in largo nei nostri giri in ogni stagione. Oggi approfittiamo delle pozze limpidissime che il fiume fa tra Marradi e Crespino. Lungo il percorso ritroviamo anche il borgo già abbandonato e in parte recuperato di Lozzole, solitario sul crinale.

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 500 - € 6,00

Accompagna Roberto

Sul sentiero del tramonto

VENERDÌ 19 AGOSTO



Grigliata dei lunatici (prov. BO)



Trek: Prati di Mugnano (m 249), Borghesa (m 400), Villa Francia, Prati



S. Pellegrino



Dardagna



Conca di Lagdei

A spasso sotto la luna intorno ai prati di Mugnano. Portate comunque le torce!!

RITROVO ore 17.30 via della Barca angolo A. Costa con auto proprie. Rientro ore 0,30. Prenotazione obbligatoria entro le ore 19 di giovedì 18 agosto, max 15 partecipanti. Lasciare un po' di spazio nello zaino per il cibo che verrà distribuito tra tutti i partecipanti.

ORE DI CAMMINO 2 - FACILE - DISLIVELLO M 200 - € 3,00 + 10 PER GRIGLIATA

Accompagna Carlo

WEEKEND

DA VENERDÌ 19 A DOMENICA 21 AGOSTO



Val di Rhêmes, Becca della Traversière (prov. AO)

Trek itinerante

Venerdì: RITROVO ore 15 parcheggio Centro Borgo, via E. Lepido con auto proprie. Viaggio per Rhêmes.

Sabato: Thumel (m 1879), Col Bassac Nord (m 3154), Rif. Bezzi (m 2284)

ORE DI CAMMINO 6 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1275, IN DISCESA M 870

Domenica: Rif. Bezzi (m 2284), Col Bassac Derè (m 3082), Becca della Traversière (m 3337), Col Bassac Derè, Lago Goletta (m 2620), Thumel (m 1870)

ORE DI CAMMINO 6 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1050, IN DISCESA M 1460

Andiamo in fondo della Val di Rhêmes (AO) dove la natura e il paesaggio sono stati preservati grazie all'istituzione del Parco Nazionale del Gran Paradiso. Cammineremo al ritmo lento dei nostri passi in posti dove si possono incontrare un branco di camosci o una lepre nel loro ambiente. E arrivare in luoghi panoramici, dove lo sguardo potrà ammirare in ogni direzione innumerevoli cime e ghiacciai, e magari incrociare quello di un gipeto, reintrodotta nella vicina Vanoise ed oggi assiduo frequentatore di queste montagne.

Pernottamento in albergo e rifugio, 1/2 pensione. Quota: prima del 22 luglio €140,00. Dopo €140/155

Accompagna Gianni R.

WEEKEND

SABATO 20, DOMENICA 21 AGOSTO



Val Boreca e dintorni (prov. PC)

Trek residenziale

Sabato: RITROVO ore 7 via della Barca, 1 con auto propria

Trek: Capanne di Cosola (m 1400), M. Ebro, M. Chiappo (m 1724), Capanne di Cosola

ORE DI CAMMINO 4 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 500

Domenica: Cerreto (m 560), Tartago (m 708), M. Alfeo (m 1651), il Cappello (m 1367), Belnome (m 863), Cerreto

ORE DI CAMMINO 5.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 1050

La val Boreca, grazie alla sua posizione geografica (enclave emiliana incuneata tra Lombardia, Piemonte e Liguria), sul versante emiliano dello spartiacque dei fiumi Scrivia e Trebbia ma lontano dalle grandi vie di comunicazione, conserva una natura relativamente integra, in cui le scarse attività umane si inseriscono in modo armonico. Meta principale del trek è il Monte Alfeo, per la sua maestosità soprannominato l'Olimpo dell'Appennino.

Pernottamento e prima colazione in agriturismo a Zerba

Accompagna Valentina

Acqua fresca

SABATO 20 AGOSTO



L'Anello di S. Cristina (prov. FI)



Trek: Camaggiore (m 290), La Torta (m 690), S. Cristina (m 733), M. Porrara (m 650), Balcone sul Santerno (m 350), Camaggiore

Splendida escursione a cavallo del confine fra Romagna e Toscana. Nella stretta valle del Santerno si percorrono luoghi naturali e bellissimi come il castagneto di S. Cristina, il borgo La Torta e l'antica Pieve di Camaggiore. Alcuni tratti esposti. Ci sono splendide vasche di acque azzurre. Portarsi il telo con costume.

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 700 - € 6,00

Accompagna Davide

SABATO 20 AGOSTO



Da Pianaccio a Montecuto nella valle del Causso (prov. BO)

Trek: Pianaccio (m 750), Rif. Segavecchia (m 912), L'Acerolo (m 1092), torrente Causso (m 987), Pian della Zuccola, La Pozza (m 968), Montecuto delle Alpi (m 912)

Causso (accento sulla u) è il misterioso nome del primo affluente del torrente Silla, poco a valle della confluenza, presso il rifugio Segavecchia, dei vari rami disposti a ventaglio che scendono, o meglio precipitano, dalla selvaggia parete Est del Corno alle

VALUTAZIONE DELLE ESCURSIONI

La tabella che pubblichiamo compare sul catalogo nazionale dei grandi trek; come tutte le tabelle necessita di una lettura corretta. Le escursioni giornaliere includono infatti solo alcuni degli elementi sotto riportati.

Chi affronta un'escursione per la prima volta può trovare difficoltà nell'orientarsi in una scala di valutazione, anche se abituato a camminare in città; un'uscita sul territorio non è solo una passeggiata più lunga. È importante allora leggere le note che accompagnano i giri dove saranno indicate gli eventuali punti critici lungo il percorso. Valutarne la lunghezza: anche un giro senza grossi dislivelli diventa impegnativo oltre le 7 ore di marcia (effettiva, soste escluse). Il dislivello permette un altro tipo di valutazione: una salita lunga e progressiva può essere più digeribile di un'andatura che alterna salite e discese brevi e ripide.

Nelle schede non troverete avvisi del tipo "possibili tratti fangosi" è infatti normale incontrarli, specie in autunno-inverno, e fango e intemperie rendono ovviamente la giornata più pesante.

La scala escursionistica si arresta al primo grado alpinistico e qui ci arrestiamo anche noi. Tuttavia negli itinerari sono

compresi a volte tratti con corde fisse, chiodi, esposizioni, sempre segnalati. A volte un'escursione facile prevede un singolo tratto attrezzato o esposto, resta quindi al socio valutare la propria idoneità.

Trekking Italia chiede a ogni partecipante una valutazione sincera della propria attrezzatura e capacità, l'accompagnatore che non le ritenesse idonee o veritiere può sconsigliare la partecipazione al socio stesso. È anche facoltà dell'accompagnatore modificare l'escursione in base ai fattori del giorno (mete, frane & c). Il tempo di percorrenza indicato è desunto dalla letteratura escursionistica ed è da considerare variabile solo entro certi limiti o per fattori contingenti. Anche sulla capacità di rispettare i tempi si chiede al partecipante una sincera valutazione.

Trekking Italia è un'associazione di base e vuole dare a tutti i cittadini la possibilità di uscire nell'ambiente e allo stesso modo vuole offrire nuove conoscenze a chi già cammina. E non dimentica chi ama i lunghi percorsi impegnativi. L'interpretazione della gita varia con l'esperienza, per cui noi siamo sempre a disposizione per qualsiasi consiglio e proposta.

	FACILE	FACILE MEDIO	MEDIO	MEDIO IMPEGNATIVO	IMPEGNATIVO	IMPEGNATIVO+
distanza percorsa	< 10 km	10/15 km	15/20 km	> 20 km	> 25 km	
ore di cammino	< 4 ore	< 5 ore	4/6 ore	5/7 ore	≥ 7 ore	
dislivello in salita	< 300 m	300/600 m	600/900 m	900/1200 m	≥ 1200 m	
dislivello in discesa	< 500 m	500/800 m	800/1000 m	1000/1500 m	> 1500 m	
caratteristiche terreno	pianeggiante non sconnesso (es. strade bianche)	pianeggiante/sconnesso (es. mulattiere, sentieri ben battuti)	sconnesso (es. sentieri tracciati, con gradoni e breccia libera)	diversi tipi di fondo: da sconnesso, sdruciolevole, fangoso, con neve	sdruciolevole, scivoloso, roccette, neve	possibilità di: catene, corde, cengie, scale, passaggi su roccia
zaino e logistica	buona salute	zaino in giornata	zaino da 2/3 gg a stella	zaino grande itinerante	itinerante con zaino in spalla; pernottamento in tenda o bivacco	
allenamento necessario autovalutazione	per iniziare, buona salute	minimo, buona salute	"cammino regolarmente ho effettuato del dislivello"	"sono allenato e posso percorrere trek di più giorni/dislivello"	"ho un buon allenamento, ho l'attrezzatura necessaria e sono predisposto a condizioni impegnative"	"non soffro di vertigini nè ho timore di passaggi più complicati"



GIUGNO

Mercoledì 1	La valle del Randaragna (prov. BO)
Giovedì 2	Un lago sulla Riva (prov. BO/MO)
WEEK END	Sabato 4, domenica 5 giugno DEO per DEO, lungo la via. Tappe 5 e 6 (prov. FI)
Sabato 4	La battaglia di Vittorio Veneto e le vigne del Prosecco (prov. TV)
Sabato 4	Big rock Canda mountains (prov. FI)
Domenica 5	In Cima al Monte Rujoch (prov. TN)
Domenica 5	Colli Euganei Centrali (prov. PD)
Giovedì 9	Il bosco della Frattona (prov. BO)
Sabato 11	Corno - Gimone in ogni direzione (prov. BO/MO)
Sabato 11	Sui monti di Dino Campana (prov. FI)
Domenica 12	Monte Tambura, Alpi Apuane (prov. MS)
Domenica 12	Monte Baldo - Coai Santo e Cima Telegrafo (prov. VR)
Domenica 12	In bici e a piedi da San Lazzaro a Casola Canina (prov. BO)
Giovedì 16	Bassa Valle dell'Idice - itinerario naturalistico (prov. BO)
WEEK END	Da venerdì 17 a domenica 20 giugno Cima Palombino - Crode dei Longerin (prov. BL)
WEEK END	Sabato 18, domenica 19 giugno Trek e yoga nelle terre di Canossa (prov. RE)
Sabato 18	Monte Ventasso (prov. RE)
Domenica 19	Capanna Tassoni - Monte Spigolino (prov. MO/BO)
Domenica 19	Tra Venola e Vergatello (prov. BO)
Domenica 19	Ceraunavolta (prov. MO)
Martedì 21	Concerto jazz al Cenobio di San Vittore (prov. BO)
Mercoledì 22	Rubbiani: i veri e falsi storici (prov. BO)
Giovedì 23	Anello di Montevoglio (prov. BO)
WEEK END	Da venerdì 24 a domenica 26 giugno Lagorai Nord: cima Bragarolo e cima Cece (prov. TN)
Sabato 25	Anello di Dolcè (prov. VR)
Sabato 25	Da Vernio a Prato (prov. PO)
Domenica 26	Anello nel Parco dei Laghi Suviana e Brasimone (prov. BO)
Mercoledì 29	In collina per parchi, ex chiese ed ex rifugi (prov. BO)
Giovedì 30	Sul greto del Savena (prov. BO)

LUGLIO

WEEK END	Sabato 2, domenica 3 luglio Val Zoldana: lago Coldai e Pelmo (prov. BL)
Sabato 2	La ragazza di Bube e il bagno etrusco (prov. SI)
Domenica 3	Balzi dell'Ora (prov. BO)
Domenica 3	Strada delle 52 Gallerie, Monte Pasubio (prov. VI)
Domenica 3	Rio Rovigo (prov. FI)
Giovedì 7	Da Pian di Venola a Lama di Reno (prov. BO)
Giovedì 7	Trek e concerto 2 (prov. BO)
WEEK END	Da venerdì 8 a domenica 10 luglio Il versante meridionale dei Monti Sibillini (prov. MC/PG/AP)
WEEK END	Da venerdì 8 a domenica 10 luglio Lastoi di Formin Nuvolao (prov. BL)
Sabato 9	Il sentiero degli Allocchi (prov. FI)
Sabato 9	Alle sorgenti del Diaterna (prov. FI)
Domenica 10	In un balzo allo Spigolino (prov. BO)
Domenica 10	Alpe di Succiso (prov. RE)
WEEK END	Sabato 16, domenica 17 luglio Traversata della catena del Baldo (prov. VR, TN)
Sabato 16	Su e giù per il Corno (prov. BO)
Domenica 17	Alta val di Luce (prov. PT)
Domenica 17	Badi - Lago di Suviana (prov. BO)
WEEK END	Da venerdì 22 a domenica 24 luglio Sui ghiacciai della Val Martello (prov. BZ)
Sabato 23	Anello Mori in Val Brenta (prov. VI)
Domenica 24	Da Lizzano al Corno (5 monti e 3 balzi) (prov. BO)
Domenica 24	Alpe di Vitigliano (prov. FI)
Sabato 30	Dal Cavone a Montecatino (prov. BO)
Sabato 30	Monte Cimone (prov. MO)
Domenica 31	Un angolo di verde dietro il parco dei 2 Laghi (prov. BO/PO)
Domenica 31	La salita e la cascata (prov. BO)

AGOSTO

Giovedì 4	Paesaggi di Morandi (prov. BO)
WEEK END	Sabato 6, domenica 7 agosto Trek e meditazione nell'Appennino Reggiano (prov. RE)
Sabato 6	S. Pellegrino e lo schiaffo del diavolo (prov. MO/LU)
Domenica 7	Attorno alla Conca di Lagdei (prov. PR)
Domenica 7	Andar in Dardagna (prov. BO)
Sabato 13	Traversata di Monte Grande (prov. BO)
Domenica 14	Un fiume da bere (prov. FC)
Domenica 14	Da Castello a Piazza... Maggiore (prov. BO)

Lunedì 15	A mollo nel Lamone (prov. BO)
Venerdì 19	Grigliata dei lunatici (prov. BO)
WEEK END	Da venerdì 19 a domenica 21 agosto Val di Rhêmes, Becca della Traversière (prov. AO)
WEEK END	Sabato 20, domenica 21 agosto Val Boreca e dintorni (prov. PC)
Sabato 20	L'Anello di S. Cristina (prov. FI)
Sabato 20	Da Pianaccio a Montecatino nella valle del Causso (prov. BO)
Domenica 21	Castel dell'Alpi (prov. BO/FI)
WEEK END	Da venerdì 26 a domenica 28 agosto Cauriol e Busa Alta (prov. TN)
WEEK END	26 a domenica 28 agosto Cime Scotoni, Fanis, Lagazuoi (prov. BZ)
Domenica 28	Monte Giovo (prov. MO)
Domenica 28	Traversata dai castagni ai castagni (prov. BO)

SETTEMBRE

Giovedì 1	Eremo di Tizzano (prov. BO)
WEEK END	Sabato 3, domenica 4 settembre Val di Cogne: Colle Lauson (prov. AO)
Sabato 3	La Via del Reno: da Sasso Marconi a Lama di Reno (prov. BO)
Sabato 3	Monte Catarello, questo sconosciuto (prov. BO)
Domenica 4	Traversata Brisighella - Faenza (prov. RA)
Domenica 4	Monte Penna (prov. PR/GE) MODENA
Domenica 4	Alla ricerca di Brentosanico (prov. FI)
Giovedì 8	Anello di Monte Venere (prov. BO)
Giovedì 8	Monte delle Formiche (prov. BO)
WEEK END	da venerdì 9 a domenica 11 settembre Alta via del granito (prov. TN)
WEEK END	Sabato 10, domenica 11 settembre Bivacco all'Alpe Tre Potenze (prov. PT)
Sabato 10	Due Balzi, un Corno (prov. BO)
Sabato 10	La Bologna-Ferrara (2° tappa) (prov. BO/FE)
Domenica 11	Lagorai: Monte Fravort e Gronlait (prov. TN)
Domenica 11	L'Anello di S. Cristina (prov. FI)
Domenica 11	Sulle colline marconiane (e alla Fiera di Pontecchio) (prov. BO)
Giovedì 15	Da Castel de' Britti all'Eremo (prov. BO)
WEEK END	Da venerdì 16 a domenica 18 settembre Anello delle Forcelle - Dolomiti Friulane (prov. PN)
Sabato 17	Una traversata di 500... anni - Gavinana (prov. BO/FI)
Domenica 18	Crinali della Romagna (prov. RA)
Domenica 18	Bosco delle tane (prov. MO)
Domenica 18	Labante, oltre le cascate, dall'Aneva alla Castellana (prov. BO)
Mercoledì 21	Sentiero 902 (prov. BO)
Giovedì 22	Una sera sul Monte Calvo (prov. BO)
WEEK END	Sabato 24 e domenica 25 settembre Alpi Apuane, Pania della Croce (prov. LU)
WEEK END	Sabato 24, domenica 25 settembre Il mare solitario della Toscana (prov. GR)
Sabato 24	Monte Bibele (prov. BO)
Domenica 25	Cima Palù, Monte Conca (prov. TN)
Domenica 25	Monte Baldo - Anello delle Corone (prov. VR)
Domenica 25	Cammino con vista in Pratomagno (prov. AR)
Giovedì 29	Dolce Farneto (prov. BO)

OTTOBRE

Sabato 1	Alta Via dei Parchi, tappa 17 - da Ca' Malanca a Mairradi (prov. RA/FI)
Sabato 1	Pietra di Bismantova (prov. RE)
Domenica 2	Monte Cusna (prov. RE)
Domenica 2	Monte della Castellana (prov. BO)
Martedì 4	Strada del Ponale (prov. TN)
Martedì 4	Rinascimento e Medioevo ad Arezzo (prov. AR)
Giovedì 6	Monterenzio (prov. BO)
Sabato 8	La Scuola di Barbiana (prov. BO)
Sabato 8	Tracce di guerra e percorsi di pace (prov. BO)
Domenica 9	Anello di Ridracoli (prov. FC)
Domenica 9	Il Parco di Monte Sole e la strage di Marzabotto (prov. BO)
Giovedì 13	Molino Oggioletta (prov. BO)
WEEK END	Da venerdì 14 a domenica 16 ottobre Trek e yoga sopra Lugano (Svizzera)
WEEK END	Da venerdì 14 a domenica 16 ottobre Da soli in baita: l'avventura continua (prov. UD)
Domenica 16	Cima SAT - Lago di Garda (prov. TN)
WEEK END	Sabato 22 ottobre, domenica 23 ottobre Le foreste Casentinesi, Trebbana e l'Eremo di Gamogna (prov. FC/FI)

...alcune semplici regole...

Nessuna escursione in montagna è esente da rischi: per migliorare la sicurezza di tutto il gruppo chiediamo al socio che partecipa ai trek di adeguare il suo comportamento ad alcune semplici regole.

Accertati di essere in buona salute, di possedere la preparazione fisica e tecnica necessaria per partecipare all'escursione scelta. Prima di scegliere un trek leggi attentamente la descrizione, il programma, le ore di cammino, il dislivello e accertati che sia alla tua portata per quanto riguarda il grado di difficoltà.

1. Prima di affrontare un trek impegnativo misurati con gli altri gradi di difficoltà, seguendo il criterio della gradualità; ricordati che gli accompagnatori possono escludere, a loro insindacabile giudizio, coloro che ritengono non idonei a partecipare all'escursione.
2. Cura il tuo equipaggiamento. Nelle escursioni indossa sempre scarponcini a collo alto con la suola in vibram, nonché indumenti traspiranti a più strati ("a cipolla"). Nello zaino avrai sempre una borraccia con sufficiente acqua, cibo per un leggero pranzo ed adatto a combattere un'eventuale calo di zuccheri (scegli tra una mela, una cioccolata, della frutta secca, una barretta, ecc...), una giacca impermeabile, la mantella o un copripantalone per difenderti dalla pioggia o dal vento (in montagna il tempo può cambiare improvvisamente).
3. Segui il passo dell'accompagnatore in testa al gruppo, senza mai precederlo e senza attardarti inutilmente. Atteniti scrupolosamente alle disposizioni impartite dall'accompagnatore, soprattutto in caso di imprevisti o emergenze.

4. Impronta sempre il tuo comportamento allo spirito di collaborazione, solidarietà e mutuo soccorso. Collabora con l'accompagnatore per la buona riuscita del trek e nei passaggi impegnativi aiuta chi, meno esperto di te, è in difficoltà o mostra insicurezza.
5. Attivati per mantenere il gruppo unito (a vista), non precederlo, non distanziarlo; se ti devi appartare avvisa quando ti allontani e quando rientri, in caso di problemi, informa l'accompagnatore.
6. Rispetta l'ambiente, la montagna, il sentiero, non lasciare tracce del tuo passaggio, non abbandonare nessun rifiuto inorganico, attivati perché il passaggio del gruppo non sia chiososo.
7. Rispetta le piante e gli animali, resta sui bordi dei campi coltivati o seminati (anche prati per fieno) e non attraversarli, non raccogliere frutta in campi coltivati, non raccogliere castagne in un castagneto ben pulito, ricordati di chiudere i cancelli.
8. Per la tua sicurezza, su strade trafficate, cammina sulla sinistra (e nelle curve sulla parte esterna).

Infine, non dimenticare che gli accompagnatori sono volontari e che l'unica loro ricompensa è constatare la soddisfazione dei soci. Se l'escursione ti è piaciuta, ringrazia chi l'ha curata.

La commissione formazione e il consiglio direttivo della sede di Bologna

PUBBLICAZIONE DOCUMENTAZIONE ONLINE

Trovi in biblioteca 3444 documenti di cui 886 guide trek e 498 carte, nella realtà molte di più ma non catalogate. Il "catalogo online" ti permette di cercare i libri da un qualunque dispositivo collegato al web combinando vari criteri: il genere, il territorio, una semplice parola chiave. Alle carte trek abbiamo collegato la scansione del riquadro che indica il relativo territorio: vai in "dettagli" per vederla, ingrandirne l'immagine e verificare facilmente se è quella di cui hai bisogno. Attraverso le "risorse online" ti colleghi a 225 pagine web selezionate da noi con possibilità di scaricare documenti interessanti (es. Sicuri in montagna). Infine ricorda che puoi proporre l'acquisto di libri, carte e DVD direttamente al bibliotecario. Il "portale di Bologna" raccoglie la documentazione per i soci e quella interna per gli accompagnatori. I soci possono scaricare tutti i programmi dettagliati dei trek e delle iniziative culturali, visionare filmati e pubblicare fotografie. I soci accompagnatori dispongono invece dei materiali raccolti nei diversi corsi di formazione, di un database storico dei quadrimestrali e di un database dei trek fatti con descrizione del percorso e tracce GPS. Per accedere a tutti questi servizi collegati a <http://www.bibliotecatrek.org> scegliendo nel menu tra "catalogo e risorse online" ed il "portale di Bologna".



Clicca 'mi piace' su Facebook a <http://www.facebook.com/Trekking.Italia.Bologna>

Scale. Quella del Causso è invece una valletta collaterale di 5 km, che i locali chiamano Fosso della Stufa, ove l'ambiente è se possibile ancora più *wilderness* (vi si trova il Coventaccio, toponimo che nulla ha a che fare con un convento bensì con la violenza del vento: capo del ventaccio). Prima e dopo il Causso toccheremo i caratteristici villaggi di Pianaccio e di Monteacuto delle Alpi.

RITROVO ore 8.45 atrio stazione Bologna, treno per Porretta Terme ore 9.04, bus 776 per Lizzano e poi 775 per Pianaccio. Rientro con bus 775 da Monteacuto e poi treno da Porretta, arrivo a Bologna alle ore 20.32

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 450, IN DISCESA M 200 - € 6,00

Accompagna Martino che attende alla discesa dal bus 776 a Lizzano-Comune

DOMENICA 21 AGOSTO



Castel dell'Alpi (prov. BO/FI)



Trek: Castel dell'Alpi (m 700), Ca' Arginerie (m 899), Croce dell'Alpe (m 1200), Ca' di Barba (m 1029), Case Mengoni (m 909), Castel dell'Alpi

Giro fresco, prevalentemente nei boschi sopra Castel dell'Alpi. Bella vista su Monghidoro, Loiano e il Contrafforte Pliocenico da Croce dell'Alpe dove pranzaremo sul prato. Si cammina su stradine poco trafficate e sentieri all'aperto e nel bosco, sulla destra del Savena. Senza difficoltà tecniche.

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 700 - € 6,00

RITROVO 8.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

RITROVO a Ferrara ore 8 Piazza S. Giorgio davanti al bar, prenotarsi in sede entro venerdì ore 19

Accompagna Diana

Grande guerra

WEEKEND - TREK DEL CENTENARIO

DA VENERDÌ 26 A DOMENICA 28 AGOSTO



Cauriol e Busa Alta (prov. TN)



Trek residenziale

Venerdì: RITROVO ore 16 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie

Sabato: Rif. Cauriol (m 1587), P.so Sadole (m 2066), Selletta Dal Cet per via italiana (m 2350), Cima Cauriol (m 2494), Selletta Dal Cet, Pianoro (m 2360), Cauriolet (m 2396), P.so Sadole per via austriaca, Rif. Cauriol

ORE DI CAMMINO 7 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1050

Domenica: Rif. Cauriol (m 1587), Pian delle Madalene (m 1698), Sella Busa Alta (m 2300), Sella di quota (m 2234), Cimitero degli alpini, posto di medicazione e comando di vetta (m 2300-2350), Busa Alta italiana (m 2456), Sella di cresta (m 2420), Kaiserspitze o Busa Alta austriaca (m 2513), Rif. Cauriol

ORE DI CAMMINO 6 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1050

"Alpe di Fassa", così durante la Grande Guerra chiamavano quest'ultimo pezzo del Lagorai, fra il Cauriol e il Colbricon. È su questi monti che le truppe italiane, nell'estate del 1916, tentarono di aprirsi la strada per la Val di Fiemme. Cauriol e Busa Alta sono due cime che ancora oggi raccontano con chiarezza quanto avvenne cent'anni fa, ma sono anche cime di bellezza struggente in un contesto naturalistico di grande impatto.

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione

Accompagna Sergio

WEEKEND

DA VENERDÌ 26 A DOMENICA 28 AGOSTO



Cime Scotoni, Fanis, Lagazuoi (prov. BZ)

Trek itinerante

Venerdì: RITROVO ore 16.30 parcheggio Caserme Rosse, via di Saliceto angolo via di Corticella con auto proprie

Sabato: Valparola (m 2131), Rif. Scotoni (m 2040), Lago Lagazuoi (m 2182), Cima Fanis di Mezzo (m 2989)

ORE DI CAMMINO 7 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1000 IN DISCESA M 900

Domenica: Rif. Scotoni (m 2040), Biv. Della Chiesa (m 2652), Gasser Depot (m 2550), Cima Lagazuoi piccolo (m 2752), Valparola (m 2131)

ORE DI CAMMINO 6 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1000, IN DISCESA M 1100

Così vicini ma così lontani. A pochi passi dal carosello di Cortina, trascorreremo due giorni sospesi tra le nuvole, percorrendo cengie e sentieri di guerra mai sotto i 2.000 metri in un ambiente selvaggio di una bellezza impareggiabile.

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione

Accompagna Pierluigi

DOMENICA 28 AGOSTO



Monte Giovo (prov. MO)



Trek: lago Santo modenese (m 1052), P.so della Boccaia (m 1574), P.so della Porticciola (m 1712), M. Giovo (m 1970), M. Rondinaio (m 1964), Foce del Giovo (m 1722), lago Santo

Una classicissima del lago Santo modenese, la salita al Monte Giovo, non per la direttissima, ma per i Campi di Annibale, che ci porta al passo della Porticciola. Da qui per crinale si raggiunge il Monte Giovo per il Rondinaio sino alla Foce del Giovo. Da qui in discesa per sentiero raggiungiamo il nostro punto di partenza. Lungo il percorso sono presenti tratti attrezzati escursionistici esposti. Si richiede passo fermo ed assenza di vertigini.

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5, entrata est FS con auto proprie. Rientro ore 19

RITROVO a Ferrara ore 7.15 Piazza S. Giorgio davanti al bar, prenotarsi in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 6 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1200 - € 6,00

Accompagna Alessandro R.

DOMENICA 28 AGOSTO



Traversata dai castagni ai castagni (prov. BO)

Trek: Granaglione (m 780), M. Prati (m 1160), Rif. M. Cavallo (m 1280), Bivio M. Tresca (m 1370), M. Piella (m 1200), Vidizzone (m 900), Castelluccio (m 810)

L'antica cultura della montagna, riscontrabile ancora nei reperti abitativi, funzionali e viari, è comune ai due paesi sui versanti opposti dei monti dell'Appennino che degradano verso la conca di Porretta. I boschi di castagni, sedi un tempo di curatissime coltivazioni del frutto detto "il pane della montagna", salendo, lasciano il posto a zone di abeti, impiantati dalla forestale circa mezzo secolo fa a scopo di rimboschimento, mai visti prima da queste parti! Gratificanti gli sguardi ravvicinati sulle maggiori cime del Parco del Corno alle Scale. Una veduta aerea sulla valle del Reno ci saluta prima della discesa.

RITROVO atrio stazione Bologna, ore 6.45, treno per Porretta + bus 768. Rientro: bus 787 per Porretta + treno, ore 19.32. Orari da confermare

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 660, IN DISCESA M 630 - € 6,00

Accompagna Marco, che si unisce al gruppo alla stazione di Porretta, ore 8.20

Sul sentiero del tramonto

GIOVEDÌ 1 SETTEMBRE



Eremo di Tizzano (prov. BO)



Trek: Casalecchio di Reno - via Rosa (m 100), via Marescalchi, via Tizzano, eremo di Tizzano (m 240), via Rosa

Incantevole passeggiata in collina a due passi dalla città. Il verde e il silenzio contrastano con la città distante solo pochi chilometri.

RITROVO ore 16.25 fermata bus 92 di Casalecchio di Reno, Casa della Conoscenza, via Porrettana 360. Bus delle ore 16.35 per Casalecchio Cimabue (orario da confermare). Rientro a Casalecchio con bus 92 ore 20

ORE DI CAMMINO 2 - FACILE - DISLIVELLO M 150 - € 3,00

Accompagna Carlo

WEEKEND

SABATO 3, DOMENICA 4 SETTEMBRE



Val di Cogne: Colle Lauson (prov. AO)

Sabato: **RITROVO** ore 7 parcheggio Centro Borgo, via E. Lepido con auto proprie

Trek: Valnontey (m 1666), Rif. Vittorio Sella (m 2588)

ORE DI CAMMINO 3 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 920

Domenica: Rif. Sella (m 2588), Colle Lauson (m 3296), Valnontey (m 1666)

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 700, IN DISCESA M 1600

Il colle Lauson è il valico che collega la val di Cogne con la Valsavarenche. E' il colle più alto delle alte vie della Valle d'Aosta, punto di transito del più lungo *ultra endurance trail* al mondo, il "Tor des Géants".

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione. Quota: prima del 3 agosto € 73,00. Dopo € 73/83

Accompagna Gianni R.

WEEKEND

SABATO 3, DOMENICA 4 SETTEMBRE



Anello di Cà di Torri

Trek itinerante

Sabato: **RITROVO** ore 14.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie.

Trek: Treppio (m 635), Torri (m 900), Rif. La Ca' di Torri (m 982)

ORE DI CAMMINO 2.30 - DISLIVELLO M 350

Domenica: Rif. La Ca' di Torri (m 982), Rif. Poggio le valli (m 1166), Pian del Moro (m 1200), Rif. Ca' Torri (m 982), Treppio

Sabato percorso tranquillo su stradine e strada bianca, che ci consente di visitare l'antico borgo di Torri situato nel Comune di Sambuca Pistoiese con i resti del suo castello. Domenica lungo anello con tratti panoramici alternati a tratti di foresta, quasi tutto su strade forestali con nessuna difficoltà.

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 950 - KM 20

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione

Accompagna Roberto P.

SABATO 3 SETTEMBRE



La Via del Reno: da Sasso Marconi a Lama di Reno (prov. BO)

Trek: Sasso Marconi (m 107), Chiesa e castello di Jano, Poggio Calvane (m 622), Lama di Reno (m 111)

Escursione varia ed interessante che dopo aver toccato le antiche cave del Sasso di Glosina, raggiunge l'altopiano di Jano caratterizzato dalla chiesa e dal castello di origine medioevale per poi proseguire sul poggio Calvane da cui si potrà ammirare un vasto panorama per poi scendere a Lama di Reno da dove passati sulla sponda opposta del fiume Reno, prenderemo il treno per rientrare a casa. Nell'escursione sarete accompagnati da Alessandro Conte curatore del libro "La via del Reno" che vi descriverà il percorso.

RITROVO ore 8.40 atrio stazione Bologna, treno per Sasso M. ore 9.04. Secondo ritrovo ore 9.40 davanti alla stazione di Sasso Marconi

ORE DI CAMMINO 6 (INCLUSE LE SOSTE) - MEDIO - DISLIVELLO M 650 - € 6,00

Accompagna Alessandro C.

SABATO 3 SETTEMBRE



Monte Catarelto, questo sconosciuto (prov. BO)



Trek: Stazione di S. Benedetto Val di Sambro (m 316), Casoni (m 509), M. Catarelto (m 707), Creda (m 503), Collina (m 700), Le Lame (m 525), Mulino d'Onofrio (m 323), Stazione SB Sambro

Tra le valli del Setta e del Brasimone un itinerario di scoperta con uno sguardo su Monte Vigese, seguendo il filo degli eventi che hanno segnato il Novecento. Ci attendono sentieri e mulattiere non pienamente battute, crinali e panorami ma soprat-

Val Martello



Monte Giovo



Eremo di Tizzano



tutto racconti e personaggi di un Appennino che continua a stupire e meravigliare

RITROVO ore 7.45 atrio stazione Modena, treno regionale per Bologna. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

RITROVO ore 8.50 atrio stazione Bologna, treno per S. Benedetto ore 9.07. Rientro con treno alle ore 17.49

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 550 - € 6,00

Accompagna Vito

DOMENICA 4 SETTEMBRE



Traversata Brisighella - Faenza (prov. RA)

Trek: Brisighella (m 125), Manicomio (m 250), Montecchio, Castel Raniero (m 125), Bocca dei Canali, Faenza (m 40)

Scendiamo dalla collina alla pianura della Romagna faentina lungo la prima parte della Sgambata dei Criali fra calanchi, olivi, pini e castelli domestici. Alcuni passaggi esposti lungo i calanchi richiedono piede fermo e assenza di vertigini.

RITROVO ore 6.45 atrio stazione Bologna, treno ore 7.06 per Brisighella, ritorno da Faenza. Rientro ore 18.19

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 600 - € 6,00

Accompagna Luciano

DOMENICA 4 SETTEMBRE



Monte Penna (prov. PR/GE)



Trek: Casa forestale Casoni (m 1400), P.so dell'In-cisa (m 1470), Faggio dei Tre comuni (m 1418), M. Penna (m 1735), P.so del Chiodo (m 1456), Casa Casoni

Il Penna è situato all'interno del Parco naturale regionale dell'Aveto tra le valli del Taro e del Ceno, punto di confine di tre comuni e due regioni. Il versante Nord mostra un andamento molto ripido di nuda roccia mentre sul versante Sud appare più morbido e con una fitta vegetazione. Per raggiungere la cima bisogna percorrere un tratto di sentiero attrezzato con catena d'acciaio per favorire la salita. Dalla cima si può godere di un panorama che spazia a 360 gradi dal mar Ligure a tutta la corona delle Alpi occidentali, passando attraverso le valli che lo contornano.

RITROVO a Bologna ore 7 parcheggio via della Barca, 1 angolo via A. Costa (bus 14/20/21/89/94) con auto proprie

RITROVO a Modena ore 7.30 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 700 - € 6,00

Accompagna Sandro

Acqua fresca

DOMENICA 4 SETTEMBRE



Alla ricerca di Brentosanico (prov. FI)



Trek: S. Pellegrino (m 356), Brentosanico (m 622), Cerreta (m 400), greto del Diaterna, Camaggiore (m 297)

Molti fra gli innumerevoli borghi abbandonati dell'Appennino si trovano nascosti dai fitti boschi della valle del Santerno. A volte, oltre al silenzio e a spezzoni di muri, si trovano sorprese colorate, come la chiesetta del borgo, che ancora sfida il tempo. Ci attende quindi il greto del Diaterna per un piacevole bagno (acqua quasi calda); portate telo e costume.

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19.30

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 600 - € 6,00

Accompagna Roberto

Sul sentiero del tramonto

GIOVEDÌ 8 SETTEMBRE



Monte delle Formiche (prov. BO)



Trek: Savazza (m 230), M. Lupo (m 458), Maccatoio (m 522), Santuario Monte delle Formiche (604), Olgiano (m 381), Monterenzio (m 210)

Intorno all'8 settembre sciami di formiche alate (Myrmica Scabrinodis) raggiungono la cima del Monte delle Formiche e qui muoiono. Se non vedremo formiche ci accontenteremo dei caprioli e delle lepri!

RITROVO ore 15.30 a S. Lazzaro parcheggio via Gramsci (davanti al civico 4), vicino alla via Emilia (bus 19), con auto proprie. Rientro ore 21

ORE DI CAMMINO 3 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 400 - € 3,00

Accompagna Carlo

WEEKEND

DA VENERDÌ 9 A

DOMENICA 11 SETTEMBRE



Alta via del granito (prov. TN)

Trek itinerante

Venerdì: RITROVO ore 7 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie

Trek: Malga Sorgazza (m 1450), Capanna dei Pastori (m 2131), baracca teleferica (m 1640), Rif. Brentari (m 2476). Proseguimento opzionale fino al Cimon (m 2847) e rientro al rifugio

ORE DI CAMMINO 3.30 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1060, IN DISCESA M 20
PROSECUZIONE OPZIONALE: ORE DI CAMMINO 2.30 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 400

Sabato: Rif. Cima d'Asta (m 2476), Forc. Socede (m 2516), Forc. Magna (m 2117), Forc. delle Buse Todesche (m 2309), Laghi della Val dell'inferno (m 1950), Malga Caldenave (m 1792)

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 645, IN DISCESA M 1320

Domenica: Rif. Caldenave (m 1792), Forc. Ravetta (m 2219), Forzelon di Rava (m 2397), Cimon Rava (m 2436), Forc. Quarazza (m 2309), Forc. Quarazza (m 2309), Lago di Costa Brunella (m 2020), Malga Sorgazza (m 1450)

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 720, IN DISCESA M 1060

L'Alta Via del Granito è una traversata ad anello interamente all'interno dell'isola granitica del gruppo Cima d'Asta - Cime di Rava, circondata dalle emergenze porfiriche della Catena del Lagorai. Percorre una rete di antichi sentieri ed ex strade militari, risalenti alla Prima Guerra Mondiale, collegando gli unici due rifugi del gruppo fra stupendi paesaggi naturali. Chi lo vorrà, potrà completare il percorso salendo sul Cimon, la cima più alta dell'intero complesso del Lagorai.

Pernottamento in rifugio e in malga, 1/2 pensione
Accompagna Sergio

WEEKEND

SABATO 10, DOMENICA 11 SETTEMBRE



Bivacco all'Alpe Tre Potenze (prov. PT)

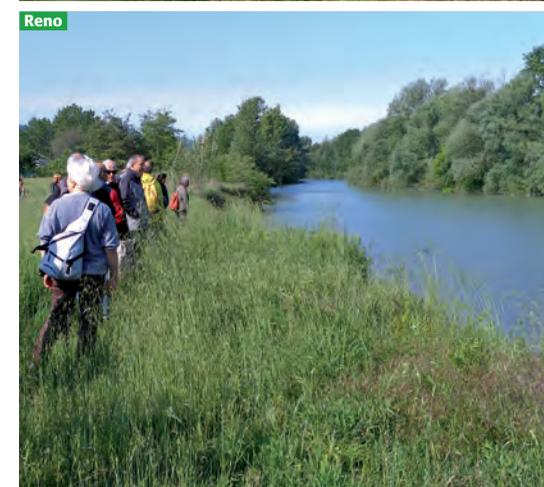
Trek itinerante

Sabato: RITROVO ore 15.30 parcheggio di Casalecchio di Reno, via G. Marconi angolo via E. Toti con auto proprie

Trek: Le Regine, Orto Botanico (m 1246), Casetta dei Pastori (m 1527), Biv. Lago Nero (m 1730)
ORE DI CAMMINO 2 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 500

Domenica: Biv. Lago Nero, Alpe Tre Potenze (m 1940), Biv. Lago Nero, Foce di Campolino (m 1786), Poggione (m 1754), Pian di Novello (m 1134), Orto Botanico

ORE DI CAMMINO 4 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 300, IN DISCESA M 800



Il bivacco Lago Nero è senz'altro uno dei migliori esistenti con acqua potabile nel periodo estivo, bagno, cucina e 16 posti letti in più camerate. L'Alpe sorge nei pressi del Passo di Annibale dove il condottiero cartaginese probabilmente passò nella sua epica avanzata verso Roma. Il percorso si snoda sul facile e panoramico crinale.

Pernottamento in bivacco, pasti autogestiti. Quota: € 39,00/41,00

Accompagna Carlo

SABATO 10 SETTEMBRE



Due Balzi, un Corno (prov. BO)

Trek: Madonna dell'Acero (m 1170), La Nuda (m 1808), Corno alle Scale (m 1944), Cavone (m 1424), Madonna dell'Acero

Da Madonna dell'Acero, per sentiero boschivo raggiungiamo i Balzi del Fabuino, arrivando in vetta alla Nuda, per poi riprendere a salire dalla selletta per i Balzi dell'Ora. Eccoci finalmente alle vette del Corno, Punta Sofia e Punta Giorgina. Si scende per sentiero prativo e poi boschivo sino al Cavone (fontana) e poi a Madonna dell'Acero. Trek lungo ed impegnativo, con tratti esposti sui "balzi"

RITROVO ore 7.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 8 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1500 - € 6,00

Accompagna Alessandro R.

SABATO 10 SETTEMBRE



La Bologna-Ferrara (2° tappa) (prov. BO-FE)



Trek: Bentivoglio, Oasi La Rizza, S. Pietro in Casale, S. Venanzio di Galliera

Perché andare da Bologna a Ferrara a piedi? È tutta pianura...! A noi piace camminare e qui abbiamo la possibilità di farlo senza la fatica della salita. Attraverseremo parchi urbani e non, stradine e ciclabili immerse nella nostra campagna e naturalmente anche centri abitati. Ideale anche per chi vuole avvicinarsi ai cammini più impegnativi come la Via Francigena o il Cammino di Santiago.

RITROVO ore 7 atrio stazione Modena, treno per Bologna. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

RITROVO ore 8 atrio stazione Bologna, treno per San Giorgio di Piano. Rientro nel tardo pomeriggio dalla stazione di Galliera

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 0 - € 6,00

Accompagna Marco B.

Grande guerra

DOMENICA 11 SETTEMBRE



Lagorai: Monte Fravort e Gronlait (prov. TN)



Trek: Châlet Panarotta (m 1780), La Bassa (m 1834), M. Fravort (m 2347), forc. Fravort (m 2155), M. Gronlait (m 2381), P.so la Portella (m 2152), La Bassa, Châlet Panarotta

Bel giro ad anello con la salita a due cime e due forcelle, cammineremo tra la Valsugana e la Val dei Mocheni e vedremo alcuni resti della Grande Guerra. Splendida vista sul Gruppo del Brenta.

RITROVO ore 7 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 20

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1050 - € 6,00

Accompagna Gianni R

DOMENICA 11 SETTEMBRE



L'Anello di S. Cristina (prov. FI)



Trek: Camaggiore (m 290), La Torta (m 690), S. Cristina (m 733), M. Porrara (m 650), Balcone sul Santeramo (m 350), Camaggiore

Splendida escursione a cavallo del confine fra Romagna e Toscana. Nella stretta valle del Santeramo si percorre luoghi naturali e bellissimi come il castagneto di S. Cristina, il borgo La Torta. Vedremo l'antica Pieve di Camaggiore (alcuni tratti esposti). Ci sono splendide vasche di acque azzurre. Portarsi il telo con costume.

RITROVO a Ferrara ore 7.30 Piazza S. Giorgio davanti al bar, prenotarsi in sede entro venerdì ore 19

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 700 - € 6,00

Accompagna Davide

Le colline fuori della porta

DOMENICA 11 SETTEMBRE



Sulle colline marconiane (e alla Fiera di Pontecchio) (prov. BO)



Trek: Borgonuovo (m 90), Moglio (m 275), Colle Ameno (m 115), Palazzo de Rossi (m 90), Borgonuovo

Un'escursione adatta a tutti, tra natura, architettura, scienza e ...divertimento. Dalla valle del Reno si sale sulle colline di Moglio tra campi e vigneti, si attraversa la collina dei Celestini, dove grazie al genio

di Guglielmo Marconi vennero diffusi i primi segnali radio della storia, e si attraversano i luoghi in cui visse il giovane Guglielmo. Si ridiscende verso la valle del Reno sino al settecentesco complesso di Colle Ameno e si prosegue sino al borgo rinascimentale di Palazzo de Rossi. Lì è in pieno svolgimento la tradizionale e ultracentenaria "Fira di Sdaz", dove, per finire, ogni desiderio sarà soddisfatto.

RITROVO ore 9.30 stazione ferroviaria di Borgonuovo (partenza treno da Bologna p.le Ovest ore 9,04); rientro nel pomeriggio a Borgonuovo (per Bologna partenza treni da Borgonuovo ore 16,09 oppure 17,09)

ORE DI CAMMINO 5 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 185

Accompagnano per la Consulta Escursionismo: CSI Sasso Marconi - Gruppo 10 Righe - CAI M. Reno

Serata in biblioteca

MARTEDÌ 13 SETTEMBRE



La Via degli Dei

Stefano Fazzioli ci presenta la nuova guida alla Via degli Dei, pubblicata da edizione dei Cammini.

La Via degli Dei è il percorso escursionistico che valica l'Appennino unendo Piazza Maggiore di Bologna a Piazza della Signoria a Firenze. Frequentata e ben conosciuta già dagli Etruschi che vivevano in queste terre il cammino si snoda attraverso ambienti naturali unici in tutta Europa, come la riserva del Contrafforte Pliocenico, le architetture di sabbia ed argilla del contrafforte pliocenico, ma anche i boschi appenninici di castagno e di faggio. Conduce il viandante per 130 km lungo crinali dalle viste mozzafiato, attraverso fitti boschi selvaggi e inaspettate radure, fino alle dolci colline toscane.

Appuntamento in sede, via dell'Inferno 20/B ore 21

Sul sentiero del tramonto

GIOVEDÌ 15 SETTEMBRE



Da Castel de' Britti all'Eremo (prov. BO)



Trek: Castel de' Britti (m 100), Eremo (m 302), Magnanigo (m 317), Maletto (m 132), Castel de' Britti

Da Castel de' Britti saliremo il crinale verso la Val di Zena facendo un percorso ad anello.

RITROVO ore 15.30 a S. Lazzaro parcheggio via Gramsci (davanti al civico 4), vicino alla via Emilia (bus 19), con auto proprie. Rientro ore 21

ORE DI CAMMINO 3 - FACILE - DISLIVELLO M 200 - € 3,00

Accompagna Carlo

WEEKEND

DA VENERDÌ 16 A

DOMENICA 18 SETTEMBRE



Anello delle Forcelle Dolomiti Friulane (prov. PN)

Trek itinerante

Venerdì: RITROVO ore 16 parcheggio Caserme Rosse, via di Saliceto angolo via di Corticella con auto proprie

Sabato: Rif. Pordenone (m 1200), Forc. Dell'Inferno (m 2175), Forc. Val di Brica (m 2088), Casera Valmenòn (m 1778)

ORE DI CAMMINO 5 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1200, IN DISCESA M 500

Domenica: Casera Valmenòn (m 1778), Forc. Urtisièl (m 1990), Forc. Del Cason (m 2200), Biv. Gratzotto-Marchi (m 2170), Forc. Del Leone (m 2290), Rif. Pordenone (m 1200)

ORE DI CAMMINO 6.30 - IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 1500, IN DISCESA M 1800

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione. Quota prima del 25 agosto € 105,00. Dopo € 105/117

Accompagna Gianni R.

SABATO 17 SETTEMBRE



Una traversata di 500... anni Gavinana (prov. BO/FI)

Trek: Baita del Sole (Cavone) (m 1500), P.so Strofinatoio (m 1850), P.so del Cancellino (m 1630), innesto GEA (m 1600), P.so Maceglia, Monticelli (m 1460), M. Terminaccio (m 1160), Gavinana (m 810)

Incontro al mitico Francesco Ferrucci, eroe della tragica battaglia avvenuta in questi luoghi all'inizio del '500, che svergonò il suo potente nemico: "vile tu uccidi un uomo morto". Il nostro "commissario di Empoli" ci attende a cavallo nella piazza di Gavinana. La raggiungiamo attraversando l'appennino su un bellissimo crinale, ai margini del Parco del Corno alle Scale. Di questo monte potremo godere le vedute migliori, dalle quali deriva il suo nome: gli imponenti gradini di roccia del versante orientale.

RITROVO ore 6.45 atrio stazione Bologna, treno per Porretta ore 7.04, bus linea 776 (Tper). Rientro con bus linea 65 (Copit), ore 17.02 e treni; arrivo ore 19.32. Orari da confermare

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 350, IN DISCESA M 1040 - € 6,00

Accompagna Marco G., che incontra i soci a Lizzano, fermata Pineta, alle 8.51

DOMENICA 18 SETTEMBRE



Crinali della Romagna (prov. RA)

Trek: Ca' di Budrio (m 440), Valmaggione (m 700), M. Castellaccio (m 800), Collina (m 600), Rio Cestina (m 350), Ca' di Budrio

Giro ad anello nella zona tra Santerno e Senio. Dopo una prima salita percorreremo il crinale tra il rio Cestina e il Santerno, fino a Monte Castellaccio. Si ritorna lungo il crinale che divide il rio dal Senio, per poi scendere e dopo una breve salita si ritorna al punto di partenza.

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 650 - € 6,00

Accompagna Diana

DOMENICA 18 SETTEMBRE



Bosco delle tane (prov. MO)



Trek: Zocca (m 735), Zocchetta (m 706), Campazzo (m 535), M. Riva (m 788), Zocca

"La tana del gatto mammona" e "il buco dello gnomo distratto": sono i pittoreschi nomi di alcune delle cavità di erosione che un torrente ha scavato (c'è anche un piccolo canyon) all'interno di un bosco di latifoglie. Tra i tanti motivi di interesse spiccano l'antico borgo di Zocchetta e lo straordinario panorama dal M. Riva sulla catena appenninica modenese e sulla sottostante valle del Panaro.

RITROVO a Modena ore 8 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

RITROVO a Bologna ore 8.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 18

ORE DI CAMMINO 4.30 - FACILE - DISLIVELLO M 250 - € 6,00

Accompagna Piero

DOMENICA 18 SETTEMBRE



Labante, oltre le cascate, dall'Aneva alla Castellana (prov. BO)

Trek: S. Cristoforo di Labante (m 680), Stella Mattutina (m 710), Monti (m 943), M. della Castellana (m 1000), S. Cristoforo di Labante (m 680), i mulini dell'Aneva (m 480), S. Maria di Labante (m 650), S. Cristoforo di Labante

Percorrendo un doppio anello, scopriremo i dintorni delle cascate di Labante, già note per la loro delicata bellezza, incontrando suggestive colonie abbandona-

nate, vette inaspettate, luoghi della Memoria della Seconda Guerra Mondiale e vecchi mulini.

RITROVO ore 8.45 via della Barca, 1 angolo A. Costa (bus 14/20/21/89/94) con auto proprie. Rientro ore 17

ORE DI CAMMINO 4 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 600 - € 6,00

Accompagna Francesca V.

Serate in Biblioteca

MARTEDÌ 20 SETTEMBRE

ROLFING® e CAMMINO



Il Rolfing, partendo dal presupposto che esiste una correlazione tra forza di gravità e funzionamento armonico del corpo umano, agisce attraverso un percorso educativo ed evolutivo con la persona, lavorando grazie alla plasticità del tessuto connettivo (FASCIA) che riveste tutto il corpo. Attraverso l'ottica del Rolfing viene affrontata la tematica del cammino in termini funzionali e relazionali. Il passo, il piede, la nostra colonna vertebrale, i muscoli e il respiro, un insieme ben equilibrato di funzioni e attività ci permettono di compiere il cammino.

Presentazione di Andrea Brighi, Rolfer certificato a Bologna

A cura di Valentina

Appuntamento in sede, via dell'Inferno 20/B ore 21

Pass'in/forma

MERCOLEDÌ 21 SETTEMBRE



Sentiero 902 (prov. BO)



Il 902 è un sentiero CAI, inaugurato il 16 maggio 2010, che ci fa arrivare in collina a piedi partendo dal centro della città. Si risalgono le valli del torrente Aposa e del suo affluente rio Costarella. Dal Giardino Remo Scoto in via Codivilla si sale a San Michele in Bosco con lo storico e notevole belvedere sulla città. Attraverso gli Istituti Ortopedici Rizzoli si raggiunge via San Vittore.

RITROVO ore 9 chiesa dell'Annunziata a Porta San Mamolo. Rientro a piedi o in bus ore 13 ca.

ORE DI CAMMINO 3 - FACILE - DISLIVELLO M 250 - € 3,00

Accompagna Daniela

Sul sentiero del tramonto

GIOVEDÌ 22 SETTEMBRE



Una sera sul Monte Calvo (prov. BO)



Trek: Centro Parco Casa Fantini (m 90), Ca' dei Santini (m 262), S. Giovanni di M. Calvo (m 315), Caivola, Centro Parco Casa Fantini

Dalla Val di Zena risaliamo il crinale verso la Croara e il Monte Calvo.

RITROVO ore 15.30 a S. Lazzaro parcheggio via Gramsci (davanti al civico 4), vicino alla via Emilia (bus 19), con auto proprie. Rientro ore 21

ORE DI CAMMINO 3 - FACILE - DISLIVELLO M 200 - € 3,00

Accompagna Carlo

WEEKEND

SABATO 24 E DOMENICA 25 SETTEMBRE



Alpi Apuane, Pania della Croce (prov. LU)

Trek itinerante

Sabato: RITROVO ore 7.30 via Barozzi 5 entrata Est FS con auto proprie

Trek di due giorni nei quali si cammina tra boschi, vecchi insediamenti rurali delle Alpi Apuane, si giunge al monte Corchia, per arrivare poi il secondo giorno in vetta alla Pania della Croce (m 1958), una delle vette più alte delle Apuane, dalla quale ammiriamo il Corchia nella sua incantevole valle, il mare e le Alpi a Nord e uno spettacolare scorcio panoramico a 360 gradi sulle altre montagne attorno.

Dislivello giornaliero in salita m 1000 a giorno, tratti su roccette ed esposti il secondo, salendo alla Pania della Croce. Tutta la nostra fatica verrà ripagata dallo spettacolare e particolare panorama dei posti.

Accompagna Alessandro R.

WEEKEND

SABATO 24, DOMENICA 25 SETTEMBRE



Il mare solitario della Toscana (prov. GR)

Trek residenziale

Sabato: RITROVO ore 7.30 via della Barca angolo via A. Costa con auto proprie

Trek: Baratti (m 0), M. Massoncello (m 228), punta Falcone, Fosso alle Canne, Buca delle Fate, Popolonia (m 190), Baratti

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 500

Domenica: Portiglione (m 0), Poggio La Guardia (m 220), Cala Violina, Cala Martina, Portiglione

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 400

Una serie di promontori a Sud di Livorno si affaccia sul Tirreno, interrompendo i lunghi litorali sabbiosi.

Labante



Sentiero 902



Monte Calvo



Nascondono spiaggette straordinarie, dalle acque cristalline, e soprattutto a fine settembre offrono angoli di solitudine impensabili nella stagione balneare (e l'acqua è ancora bella calda). Nei due giorni percorriamo il promontorio di Piombino e quello di Scarlino, tra Follonica e Punta Ala. Ambienti simili, di macchia mediterranea, che si affaccia su una costa miracolosamente ancora selvaggia, raggiungibile solo a piedi.

Accompagna Roberto

Le colline fuori della porta

SABATO 24 SETTEMBRE



A Monte Bibele sulle orme degli antichi frequentatori della collina (prov. BO)



Trek: Quinzano, M. Bibele - area archeologica naturalistica, Quinzano

Un bel percorso in mezzo al bosco ci condurrà da Quinzano all'area archeologica di Monte Bibele dove sono stati riportati in luce i resti di un insediamento etrusco/celtico e ricostruite secondo i loro stiliemi delle abitazioni in legno e paglia. Pausa pranzo al sacco nell'area e ritorno a Quinzano ove termina il percorso a piedi. In rientro in città è prevista tappa facoltativa a Monterenzio per una visita al Museo Luigi Fantini (ingresso € 5) dove si potranno vedere i ritrovamenti di Monte Bibele e di Monterenzio Vecchio.

RITROVO ore 9 a Quinzano di Loiano, fermata bus 916 (raggiungibile da Bologna stessa linea bus in partenza h. 8.04 da BO Autostazione). Rientro a Quinzano ore 14 (bus per Bologna h. 14.17 da Quinzano; poi anche h. 17.16 da Monterenzio per i visitatori del museo)

ORE DI CAMMINO 3 - FACILE - DISLIVELLO M 200

Gratuito, per tutti (bus ed eventuale ingresso museo a carico partecipanti)

Accompagna l'associazione Parco Museale Val di Zena

DOMENICA 25 SETTEMBRE



Cima Palù, Monte Conca (prov. TN)

Trek: Frotten (m 1500), Rif. Sette Selle (m 2014), P.so dei Garofani (m 2150), P.so Palù (m 2071), Cima Palù (m 2261), M. Conca (m 2301), P.so Cagnon di Sopra (m 2124), Frotten

Bellissimo giro ad anello molto panoramico. Si svolge per buona parte lungo dorsali e non presenta difficoltà particolari. L'itinerario proposto si svolge prevalentemente lungo la dorsale che separa l'alta Val dei Mocheni dalla Val Calamento, transitando per tre passi oltre i 2000 metri: Passo dei Garofani, Passo di

Palù e Passo Cagnon di Sopra. L'elevazione massima di questa escursione è Cima Conca m 2301.

RITROVO ore 7 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1100 - € 6,00

Accompagna Gianni R.

DOMENICA 25 SETTEMBRE



Monte Baldo Anello delle Corone (prov. VR)



Trek: Brentino (m 187), Malga Orsa (m 748), Ferrara di M. Baldo (m 800), Vaio dell'Orsa, Madonna della Corona (m 773), Brentino

Sui contrafforti ai piedi del Baldo percorreremo i vecchi sentieri di pellegrini e partigiani, risalendo il suggestivo canyon delle Pissotte. In seguito, attraverso boschi e pascoli, raggiungeremo il santuario della Madonna della Corona, in ardita posizione sulla valle dell'Adige. Trek per buoni camminatori, per il dislivello e per la presenza di alcuni tratti un po' esposti (ma attrezzati).

RITROVO Bologna ore 7.30 via Barozzi 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 20

RITROVO a Ferrara ore 7.45 Piazza S. Giorgio davanti al bar, prenotarsi in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 700 - € 6,00

Accompagna Luca

DOMENICA 25 SETTEMBRE



Cammino con vista in Pratomagno (prov. AR)

Trek: Caspri (m 549), M. Coccollo (m 861), Poggio Montrago (m 1148), La Villa (m 600), Caspri

Percorso panoramico con ampie vedute sia del Valdarno, verso la pianura, che del Pratomagno in direzione del crinale. Avremo anche la vista costante delle cosiddette Balze del Valdarno, curiose ma spettacolari formazioni rocciose soggette ad erosione che contornano la zona del grazioso borgo di Castelfranco di Sopra, che non mancheremo di visitare. Percorso senza zone d'ombra in giornate calde e soleggiate per un complesso di circa 19 km.

RITROVO ore 8 parcheggio via della Barca, 1 (Villa Serena, bus 14/20/21/89/94) con auto proprie. Rientro ore 19,30

ORE CAMMINO 5 - MEDIO - DISLIVELLO M 600 - € 6,00

Accompagna GianLuca P.

Sul sentiero del tramonto

GIOVEDÌ 29 SETTEMBRE



Dolce Farneto (prov. BO)



Trek: Casa Fantini (m 90), Coralupi (m 248), l'Eremo (m 300), Ca' Gaibola (m 230), Casa Fantini
Miglior sorte non poteva avere la casa natale di Luigi Fantini, infatti è la sede del parco regionale dei Gessi. I quali si esprimono qui con forme spettacolari e profonde doline. Breve percorso in un ambiente raro e ancora poco conosciuto.

RITROVO ore 15.30 a S. Lazzaro parcheggio via Gramsci (davanti al civico 4), vicino alla via Emilia (bus 19), con auto proprie. Rientro ore 21

ORE DI CAMMINO 3 - FACILE - DISLIVELLO M 200 - € 3,00

Accompagna Carlo

ANTICIPAZIONI DI OTTOBRE

La programmazione di ottobre dovrà essere confermata nel programma autunno 2016.

Alta Via dei Parchi AVP

SABATO 1 OTTOBRE



Alta Via dei Parchi, tappa 17 da Ca' Malanca a Marradi (prov. RA/FI)



Trek: S. Cassiano (m 220), M. Colombo (m 653), Ca' Malanca (m 720), Fontana Moneta (m 630), M. Gamberaldi (m 820), Marradi (m 328)

La tappa dell'Alta Via dei Parchi che vi proponiamo si mantiene in gran parte sulla dorsale fra le valli del Senio e del Lamone. Con questa tappa l'Alta via dei Parchi riprende quota, dagli ulivi di Brisighella ai castagneti di Marradi.

RITROVO ore 6.50 atrio stazione Bologna, treno per Faenza. Secondo ritrovo ore 8 atrio stazione di Faenza, treno regionale per San Cassiano

ORE DI CAMMINO 7.30 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 600, IN DISCESA M 650 - € 6,00

Accompagna Adriano

SABATO 1 OTTOBRE



Pietra di Bismantova (prov. RE)



Trek: Fontana Cornia (m 702), Campo Pianelli, Pietra di Bismantova (m 1047), Eremo, Fontana Cornia

La Pietra di Bismantova: un monolito affiorante dalle colline come un immenso tronco d'albero tagliato. Una delle montagne più caratteristiche d'Italia.

Adatto per chi vuole iniziare a fare trekking, con possibilità di acquistare un ottimo parmigiano nei caseifici della zona prima del ritorno.

RITROVO a Bologna ore 9 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

RITROVO a Modena ore 9.30 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19
ORE DI CAMMINO 4 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 400 - € 6,00

Accompagna Eugenio

DOMENICA 2 OTTOBRE



Monte Cusna (prov. RE)



Trek: Rif. Zaniboni (m 1141), Fosso degli Arati (m 1295), La Borra (m 1798), incrocio con 619 (m 1965), M. Cusna (m 2120), incrocio con 619 (m 1965), Fosso di Prassordo (m 1715), Rif. Zaniboni

Giro ad anello sulla vetta dell'Appennino Reggiano, priva di difficoltà tecniche se non i quasi mille metri di dislivello.

RITROVO a Bologna ore 7 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

RITROVO a Modena ore 7.30 via Fanti, ingresso passaggio porta Nord delle FS con auto proprie. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19
ORE DI CAMMINO 5 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 980 - € 6,00

Accompagna Gianni R.

DOMENICA 2 OTTOBRE



Monte della Castellana (prov. BO)

Trek: Villa di Roffeno (m 720), Monzone (m 680), Campo del Sole (m 900), M. della Castellana (m 1000), Villa di Roffeno

Giro ad anello nella valle del Vergatello. Da Villa di Roffeno passando dall'antico borgo di Monzone si scende verso il torrente, e poi pian piano si risale, un po' all'aperto, un po' nel bosco. Dopo una ripida, ma breve salita si arriva a Campo di Sole con bella vista su Monte Vigese, dove è programmato il pranzo. Si sale un altro po' per guadagnare il panoramico Monte della Castellana, e con saliscendi si ritorna a Villa di Roffeno.

RITROVO ore 8.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 18

ORE DI CAMMINO 5.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 750 - € 6,00

Accompagna Diana

Colline fuori della porta

DOMENICA 2 OTTOBRE

Colline fuori della porta: Festa dei primi dieci anni



Tutti sono invitati nel Parco Villa Ghigi per festeggiare il fortunato programma escursionistico che negli anni ha portato migliaia di bolognesi a riscoprire il territorio collinare e favorito la riapertura di alcuni dei sentieri dalla città verso la collina. Un'occasione per incontrarsi e ragionare insieme su quanto fatto finora e sulle prospettive future. Buffet a prezzi contenuti ed intrattenimento a sorpresa.

Appuntamento ore 11 nel Parco Villa Ghigi, davanti alla villa (accessi a piedi da via San Mamolo e da via di Gaibola)

MARTEDÌ 4 OTTOBRE



Strada del Ponale (prov. TN)

Trek: Riva del Garda (m 70), Prè (m 501), Molina, Pur (m 668), Riva

A volte la costruzione di nuove strade ha un risvolto positivo. Così per questa via scavata nella roccia, che nella prima metà dell'800 ruppe l'isolamento di Ledro e del suo lago, collegandoli con Riva del Garda. Oggi la strada dei due laghi è una splendida passeggiata senza difficoltà. Ci siamo imposti di non scrivere mai "panorami mozzafiato" per cui chi vuole tenersi tutto il fiato può restare a casa.

RITROVO ore 8 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 20

ORE DI CAMMINO 5.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 700 - € 6,00

Accompagna Roberto

MARTEDÌ 4 OTTOBRE



Rinascimento e Medioevo ad Arezzo (prov. AR)

Trek: percorso urbano fra piazze, chiese e monumenti, alla scoperta dei maestri della pittura italiana.

Basteranno la superba croce di Cimabue e lo straordinario ciclo pittorico di Piero della Francesca a convincere 25 volontari a venire ad Arezzo e così vedere anche la Pieve di S. Maria con il campanile "dalle cento buche", la scenografica Piazza Grande, la Fortezza Medicea sul colle di S. Pietro, il panoramico Passeggio del Prato e la Cattedrale? E allora, dal momento che a S. Francesco (per Piero) accettano solo gruppi di massimo 25 persone (biglietto d'ingresso € 8,00) bisogna che decidano presto e

si prenotino in sede per tempo! (prenotando in anticipo il treno, con la tariffa Super Economy si può spendere anche solo € 9,00 a viaggio)

RITROVO ore 9 atrio stazione Bologna, treno IC per Arezzo ore 9.18. Rientro con treno IC delle 17.55 con arrivo a Bologna ore 19.48

ORE DI CAMMINO 3.30 - FACILE - DISLIVELLO M 100 - € 6,00 - PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

Accompagna Giuseppe

Sul sentiero del tramonto

GIOVEDÌ 6 OTTOBRE



Monterenzio (prov. BO)



Trek: Savazza (m 230), Scaruglio (m 511), Poggioli (m 551), Ca' Lucca (m 484), Rocca (m 218)

Da Savazza saliremo sul crinale verso Est percorrendo in quota un breve percorso panoramico per poi ridiscendere a valle a Monterenzio.

RITROVO ore 15.30 a S. Lazzaro parcheggio via Gramsci (davanti al civico 4), vicino alla via Emilia (bus 19), con auto proprie. Rientro ore 21.30

ORE DI CAMMINO 3.30 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 350 - € 3,00

Accompagna Carlo

SABATO 8 OTTOBRE



La Scuola di Barbiana (prov. BO)

Trek: Ponte a Vicchio (m 200), S. Martino a Scopeto (m 400), Barbiana (m 530), Cistio (m 250), Ponte a Vicchio

Giro ad anello che da Ponte a Vicchio ci porterà a Barbiana, sede della scuola di Don Milani. Percorreremo i sentieri dei ragazzi della scuola e visiteremo i luoghi dove operò Don Milani, protagonista di un'esperienza educativa che per certi versi fece di questi luoghi il centro del Paese.

RITROVO ore 8 parcheggio della Certosa (lato via Gandhi), bus 19/36/38/39 con auto proprie

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO - DISLIVELLO M 500 - € 6,00

Accompagna Andrea P.

Le colline fuori della porta

SABATO 8 OTTOBRE



Tracce di guerra e percorsi di pace (prov. BO)



Trek: Stazione di Grizzana, Veggio, M. Pezza, M. Salvaro (m 825), Pioppe di Salvaro

Nel 72° anniversario della strage di Marzabotto, traversata dalla valle del Setta a quella del Reno,

attraverso una zona meno famosa e frequentata del Parco Storico di Monte Sole, ma non meno interessante. Il punto più alto dell'escursione è il Crocione di Monte Salvaro, importante caposaldo tedesco della Linea Gotica, da cui, pochi giorni prima che venisse conquistato dai militari del contingente alleato sudafricano, partirono alcuni dei reparti tedeschi che si resero responsabili dell'eccidio.

RITROVO ore 9 stazione FS Bologna Centrale, piazzale Ovest, treno per Grizzana ore 9.09. Rientro a Bologna con treni da Pioppe di Salvaro dalle ore 15.48 ogni ora

ORE DI CAMMINO 5.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 600 Gratuito, per tutti

Accompagna, per la Consulta Escursionismo, Passo-Barbasso

DOMENICA 9 OTTOBRE



Anello di Ridracoli (prov. FC)



Trek: Ridracoli (m 433), I Tagli, Casanova dell'Alpe (m 989), Pratalino, Ca' di Sopra (m 605), Ridracoli Vecchie mulattiere e strade moderne, colori autunnali e case dimenticate, laghi e torrenti, alberi e crinali si alternano in una continua danza sotto lo sguardo severo della diga di Ridracoli.

RITROVO a Ferrara ore 7 Piazza S. Giorgio davanti al bar, prenotarsi in sede entro venerdì ore 19

RITROVO ore 7.30 via Barozzi 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 19

ORE DI CAMMINO 6.30 - MEDIO - DISLIVELLO M 800 - € 6,00

Accompagna Luca

DOMENICA 9 OTTOBRE



Il Parco di Monte Sole e i luoghi della strage di Marzabotto (prov. BO)



Trek: Pian di Venola (m 152), Sperticano, Caprara di sotto (m 504), trincee di M. Caprara (m 632), S. Martino, Pian di Venola

Il Parco custodisce un patrimonio di biodiversità fra i più ricchi della regione e tutela un territorio tristemente noto per i tragici eventi dell'autunno 1944, quando vi fu compiuto uno dei maggiori eccidi della seconda guerra mondiale ai danni della popolazione civile ritenuta complice dei partigiani. Interi borghi furono completamente distrutti e nel dopoguerra la zona rimase disabitata a lungo perché nessuno poteva accettare di tornare a viverci. Ciò ha consentito la rinaturalizzazione di un'area che nel 1989 è divenuta "Parco Storico" per preservare e coltivare

la memoria dell'eccidio di cui in questi giorni ricorre l'anniversario.

RITROVO ore 7.45 atrio stazione Modena, treno per Bologna. Prenotazione obbligatoria in sede entro venerdì ore 19

RITROVO ore 8.40 atrio stazione Bologna, treno per Pian di Venola ore 9.04. Secondo ritrovo ore 9.50 presso Island Café, via Porrettana Sud n. 36, davanti alla stazione di Pian di Venola

ORE DI CAMMINO 8 (INCLUDE LE SOSTE) - MEDIO - DISLIVELLO M 650 - € 6,00

Accompagna Alessandro C.

Sul sentiero del tramonto

GIOVEDÌ 13 OTTOBRE



Molino Oggioletta (prov. BO)



Trek: Lama di Reno (m 120), Monazzo (m 400), Torre Nera (m 480), Molino Oggioletta (m 250), Lama di Reno

Ci si inerpica sulle colline che sovrastano il borgo operaio di Lama cresciuto attorno alla Cartiera Rizzoli, che ha cessato l'attività. Con un discreto tratto di salita nei boschi, si raggiungono Monazzo e Torre Nera per poi scendere al Molino dell'Oggioletta e quindi ritrovarsi di nuovo a Lama di Reno.

RITROVO ore 15.30 piazzale Ovest, Stazione Bologna, treno per Lama di Reno delle 15.36 (orari da confermare). Rientro da Lama di Reno con treno delle 20.58 e arrivo a Bologna alle 21.32

ORE DI CAMMINO 3.30 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 500 - € 3,00

Accompagna Carlo

WEEKEND

DA VENERDÌ 14 A DOMENICA 16 OTTOBRE



Trek e yoga sopra Lugano (Svizzera)

Trek residenziale

Venerdì: RITROVO ore 14.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Trasferimento al Centro Vivere Insieme a Bombinasco (Ticino, CH)

Sabato: Sentiero del Castagno, Festeggia (m 838), Mugena (m 818), Arosio (m 858), Vezio (m 757), Festeggia

ORE DI CAMMINO 5 - FACILE - DISLIVELLO M 850

Domenica: traghetto da Lugano a Morcote

Trek: Morcote (m 277), M. Arbostora (m 822), Carona (m 640), Ciona (m 602), Paradiso, Lugano (m 277)

ORE DI CAMMINO 4.30 - FACILE/MEDIO - DISLIVELLO M 840

Pernottamento in pensione con cucina vegetariana. Accompagna Jean-Marie e insegnante di Yoga Simona Ramazzotti del Centro Natura di Bologna

WEEKEND

DA VENERDÌ 14 A DOMENICA 16 OTTOBRE



Da soli in baita: l'avventura continua (prov. UD)

Trek itinerante

Venerdì: RITROVO ore 16.30 parcheggio Caserme Rosse, via di Saliceto angolo via di Corticella con auto proprie.

Sabato: Chiandarens (m 1050), Rif. Gial (m 1400), Forc. Urtisiel (m 2000), Casera Val Menon (m 1778)

ORE DI CAMMINO 4 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 950, IN DISCESA M 220

Domenica: Casera Val Menon (m 1778), Casone Campuros (m 1945), truoi dai sclops, Muss de Brica (m 2057), Forc. dell'inferno (m 2175), Forc. Fantulina alta (m 2107), Casone Campuros (m 1945), P.so Lavinal (m 1972), Cadin di Lavinal, Borsia Ciapilan (m 980), Chiandarens (m 1050)

ORE DI CAMMINO 7 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO IN SALITA M 900, IN DISCESA M 1630

Dopo il grande successo delle scorse edizioni, a grande richiesta torna l'avventura in una baita autogestita. Saremo noi a cucinare, fare fuoco e soprattutto divertirci un mondo.

Pernottamento in baita, pasti autogestiti

Accompagna Pierluigi



DOMENICA 16 OTTOBRE



Cima SAT - Lago di Garda (prov. TN)



Trek: Riva del Garda (m 78), Bastione (m 211), Rif. S. Barbara (m 560), Cima SAT (m 1246), Torrione S. Giovanni (m 441), S. Maria Maddalena (m 252), Riva del Garda

La Cima SAT è resa celebre dalla ferrata dell'Amicizia (o del centenario). Noi saliremo per il sentiero ordinario che ugualmente raggiunge la cima. Impagabile è il panorama sul Lago di Garda.

RITROVO ore 7.30 via Barozzi, 5 entrata Est FS con auto proprie. Rientro ore 20

RITROVO a Ferrara ore 7.30 Piazza S. Giorgio davanti al bar, prenotarsi in sede entro venerdì ore 19

ORE DI CAMMINO 6 - MEDIO/IMPEGNATIVO - DISLIVELLO M 1200 - € 6,00

Accompagna Carlo

Alta Via dei Parchi AVP

WEEKEND

SABATO 22 OTTOBRE, DOMENICA 23 OTTOBRE



Alta Via dei Parchi - Tappa 19 e 18 Le foreste Casentinesi, Trebbana e l'Eremo di Gamogna (prov. FC/FI)



Trek itinerante

Sabato: RITROVO ore 9.15 atrio stazione Bologna, treno reg. vel. ore 9.35 per Forlì

Secondo RITROVO ore 11 atrio stazione di Forlì, poi bus per San Benedetto in Alpe

Trek: S. Benedetto in Alpe (m 499), Colle del Tramazzo (m 1007), Rif. Casa Ponte (m 646)

ORE DI CAMMINO 3.30 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 570, IN DISCESA M 350

Domenica: Rif. Casa Ponte (m 646), M. del Cerro (m 879), Trebbana, Ponte della valle, Gamogna (m 793), Marradi (m 328)

ORE DI CAMMINO 6/7 - MEDIO - DISLIVELLO IN SALITA M 520, IN DISCESA M 848

Dal paese di San Benedetto in Alpe dove si trova l'antica abbazia benedettina, saliamo al colle del Tramazzo per poi raggiungere il rifugio Casa Ponte nei pressi di un piacevole laghetto. Il giorno successivo il sentiero ci porterà ai piedi della quercia secolare, alla chiesetta di Trebbana e l'Eremo di Gamogna che mantiene l'antica struttura romana nella sua bella abside con il campanile a vela.

Pernottamento in rifugio, 1/2 pensione

Accompagna Adriano

GRANDI TREK

I Grandi Trek hanno doppie quote definite sia dalla data di iscrizione ovvero versamento della caparra sia dal numero di partecipanti al trek. Per ogni GT troverete indicata nella scheda del trek una data entro la quale è prevista una quota "agevolata", a sua volta più bassa per un gruppo di partecipanti di 11 ed oltre ed una più alta per un gruppo da 7 a 10 iscritti. Diversamente, per coloro che verseranno la caparra oltre la data indicata è prevista una quota più onerosa a sua volta distinta per gruppi di 11 ed oltre partecipanti o per gruppi da 7 a 10. L'importo esatto verrà comunicato al momento del versamento del saldo. Il viaggio si intende escluso se non specificato diversamente.

DA SABATO 18 A MARTEDÌ 21 GIUGNO

TOSCANA - CAPRAIA

Isola di origine vulcanica, l'ambiente è selvaggio, dominato dalla macchia mediterranea ed è tutelato da un Parco Nazionale. È il regno dei mufloni, degli uccelli e degli escursionisti.

Trek residenziale di 4 giorni. Itinerario: Capraia Isola, Reganico, Stagnone, monte Ardagna, Zenobito, Punta Dattero, colonia penale. Giro in barca per visitare le grotte. Valutazione: facile/ medio. Media tappe 4 ore. Viaggio in treno e traghetto. Pernottamento: pensione. Quota: € 270,00/310,00

Accompagna Maria Cristina

DA SABATO 25 GIUGNO A SABATO 2 LUGLIO

FRANCIA CORSICA: DA CORTE A CORTE

Dalla capitale dell'irredentismo corso ci inoltriamo nella valle del Tavignano, ricca di torrenti e cascate. E poi lungo il GR20, la mitica randonnée immersa in un territorio aspro e severo. Raggiunto il lago di Calacuccia torniamo a Corte.

Trek itinerante di 7 giorni. Itinerario: Corte, Refuge a Segua, Bergs de Vaccaghia, Bocca San Pedru, Castel de Vergio, Albertacce, bocca Arinella, Segua, Corte. Valutazione: medio. Viaggio con traghetto, treno e mezzo pubblico. Pernottamento in albergo e gîte d'étape. Quota: € 365,00/400,00

Accompagna Adriano.

DA SABATO 2 A DOMENICA 10 LUGLIO

KOSOVO, MONTENEGRO, ALBANIA CAMMINARE NEL CUORE DEI BALCANI

Esploreremo il cuore dei Balcani che ha subito tragedie inenarrabili con ferite in composizione su sentieri di confine sminati dove il significato dell'excurrenere va ben oltre il semplice gesto di camminare.

Trek itinerante di 9 giorni con bagaglio trasportato. Itinerario: Verona, Pristina, Peja, Guri i Kud, Ropojana, Theth, Valbone, Dober Doll, Dujane. Valutazione: impegnativo. Viaggio in aereo e pul-

mino. Pernottamento in albergo, B&B e rifugio. Quota: € 735,00/765,00

Accompagna Beloyanna

DA GIOVEDÌ 7 A DOMENICA 10 LUGLIO

TRENTINO-ALTO ADIGE NEL PARCO DELLO STELVIO

Questo parco incanta e spesso, al primo incontro, entusiasmo: percorsi nei boschi verso gli insediamenti nelle valli e sulle coste, alpeggi e malghe fino ad affacciarsi sul ghiacciaio dei Forni, il ghiacciaio himalayano più esteso delle Alpi.

Trek residenziale di 4 giorni. Itinerario: Malghe Fratasecca, Giumella, Talè, Saline e Mare, S. Lucia, lago Palu, Pejo paese. Valutazione: facile/medio. Viaggio con mezzi propri. Pernottamento in albergo. Quota: € 230,00/260,00

Accompagna Marco G.

DA GIOVEDÌ 7 A SABATO 16 LUGLIO

REPUBBLICA DI MACEDONIA MACEDONIA LA PERLA DEI BALCANI

Nata nel 1991 dalla ex Jugoslavia la Rep. di Macedonia ha alle spalle una storia complessa che ha lasciato tracce significative nel patrimonio spirituale. Trek in una natura incontaminata fra verdi montagne e azzurri laghi. Turismo rurale e sostenibile con sistemazione in famiglie locali.

Viaggio & trek itinerante di 10 giorni. Itinerario: Skopje, Monti della Šar, parco Nazionale Mavrovo, Ohrid, Laghi Prespa, Kruševo, Skopje Valutazione: medio. Viaggio in aereo e pulmino. Pernottamento in albergo e case locali. Quota: € 800,00/900,00

Accompagna Eliana

DA VENERDÌ 15 A DOMENICA 24 LUGLIO

BOSNIA ERZEGOVINA L'EST INCONTRA L'OVEST

La Bosnia Erzegovina, porta tra occidente e oriente, crocevia di antiche civiltazioni e tradizioni ad influenza bizantina, romana e ottomana. Percorremo il territorio montuoso immersi in una natura meravigliosa di canyon, foreste, fiumi, laghi e nella

calda ospitalità delle sue genti. Visiteremo Sarajevo teatro di uno dei più tragici conflitti del secondo Novecento.

Viaggio & Trek di 10 giorni. Itinerario: Spalato, Mostar, Sarajevo, Srebrenica, Rakitnica Canyon, lago Prokosko, Travnik, Spalato. **Valutazione:** medio. **Richiede adattamento alle varie situazioni. Viaggio in traghetto e pulmino. Pernottamento in albergo, rifugio. Quota:** 980,00/1020,00

Accompagna Alfonso

DA SABATO 23 A MERCOLEDÌ 27 LUGLIO

**ITALIA, FRANCIA
MONTE BIANCO: DA COURMAYEUR A
CHAMONIX**

I ghiacciai e le vette del Monte Bianco accompagnano il camminatore sul TMB o Tour de Mont-Blanc, uno dei più popolari trek di lunga distanza in Europa. Lo percorriamo sul versante italiano, elvetico e francese.

Trek itinerante di 5 giorni. Itinerario: Courmayeur, Rif. Bertone, Mt de la Saxe, Col du Grand Ferret, Champex, Trient, Col de Balme, Montrroc, Chamonix. **Valutazione:** medio/impegnativo. **Viaggio con mezzi propri, treno e mezzo pubblico. Pernottamento in rifugio. Quota:** prima del 5 giugno € 280,00/295,00; dopo € 295,00/330,00

Accompagna Gianni R.

DA MERCOLEDÌ 27 A DOMENICA 31 LUGLIO

**FRANCIA, ITALIA
MONTE BIANCO: DA CHAMONIX A
COURMAYEUR**

Attraverso Francia e Italia sul sentiero della grande boucle o Tour du Mont-Blanc, attorno al gigante e agli imponenti ghiacciai che lambiremo, su passerella, come nel caso del ghiacciaio di Bionnassay.

Trek itinerante di 5 giorni. Itinerario: Col de Voza, Col de Tricot, Châlet de Miage, Col du Bonhomme, Col de la Seigne, Rif. Elisabetta, Arp Supérieure, Courmayeur. **Valutazione:** medio/impegnativo. **Viaggio con mezzi propri o pubblici. Pernottamento in rifugio. Quota:** prima del 10 giugno: € 245,00; dopo € 260,00

Accompagna Gianni R.

DA SABATO 6 A DOMENICA 21 AGOSTO

**INDIA
LADAKH: CAMMINARE SUL TETTO
DEL MONDO**

Ladakh ovvero il tetto del mondo fra le catene del Karakoram e dell'Himalaya, pietra miliare per le carovane che percorrevano la via della seta. Esplora-

remo valli e villaggi e i numerosi monasteri Buddisti, immersi fra le antiche tradizioni delle sue genti, condividendone la vita rurale.

Viaggio & Trek itinerante di 16 giorni. Itinerario: Delhi, Leh, Phyang, Nyemo, Nie, Likir, Yangthang, Hemis, Temisgang, Lamayuru. **Valutazione:** medio/impegnativo. **Pernottamento in albergo e case locali. Quota:** € 1949,00/2090,00

Accompagna Jean-Marie

DA DOMENICA 7 A SABATO 13 AGOSTO

**ITALIA, SVIZZERA
INTORNO AL GRAND COMBIN**

Gli oltre 4.000 metri del massiccio del Grand Combin si innalzano nel mare di ghiaccio delle Alpi Pennine, ingiustamente sconosciuto. Durante il trek non saliremo sulle sue cime ma davanti a noi avremo un maestoso paesaggio alpino.

Trek itinerante di 7 giorni. Itinerario: C.le del Gran S. Bernardo, Creux du Ma, Col du Mille, Plan Goli, la Tseumette, lac de Tsofeiret, Fenêtre de Durand, Col de Champillon, St Rémy. **Valutazione:** impegnativo. **Viaggio con mezzi propri e mezzo pubblico. Pernottamento in rifugio. Quota:** prima del 5 giugno € 445,00/470,00; dopo € 470,00/500,00

Accompagna Adriano

DA DOMENICA 7 A DOMENICA 14 AGOSTO

**GERMANIA
LE CITTÀ DI BERLINO
DI QUA E DI LÁ DAL MURO**

Costruito nel 1961 il muro si sviluppava per 160 chilometri. Percorrendone il tracciato, attraversiamo sia il cuore dell'odierna Berlino, che le sue periferie, i suoi parchi e laghi meno noti.

Trek residenziale di 8 giorni. Itinerario: Potsdamer Platz, Karl Marx Allee, Alexander Platz, Wannsee, Potsdam, Bernauerstrasse, Nordbahnhof, Tiergarten, Brandenburger Tor. **Valutazione:** facile. **Viaggio in aereo. Pernottamento in albergo. Quota:** € 550,00/580,00

Accompagna Eliana

DA MARTEDÌ 9 A LUNEDÌ 15 AGOSTO

**VALLE D'AOSTA
DAL ROSA AL CERVINO SUL SENTIERO
DEI WALSER**

Dal limite dei ghiacciai del Monte Rosa al cospetto di sua Maestà il Cervino, dalla Val D'Ayas alla Valtournenche, percorrendo i sentieri dei Walsler, lungo un suggestivo itinerario ad anello che ci permetterà di gustare lo splendore di questo angolo di Valle d'Aosta.

Trek itinerante di 7 giorni. Itinerario: Champoluc, Rif. Ferraro, lago Blu, Rif. Grand Tournalin, Rif. Ermitage, Rif. Vieux Crest, Alpenzu Grande, Rif. Arp, Mascognaz. **Valutazione:** impegnativo. **Viaggio con mezzi propri. Pernottamento in rifugio. Quota:** prima del 5 giugno: € 360,00/370,00; dopo € 370,00/390,00

Accompagna Adriano

DA GIOVEDÌ 11 A DOMENICA 14 AGOSTO

**PIEMONTE
AL VISO NON VOLTARE IL VISO**

Un percorso ad anello intorno alla cima più alta delle Alpi Cozie in territorio italiano e francese. Il Parco Naturale del Monviso è stato inaugurato nel 2015. Potremo visitare la storica galleria "buco di viso" recentemente riaperta.

Trek residenziale di 4 giorni. Itinerario: Pian del Re, Rif. Sella, P.so Gallarino, Rif. Vallanta, P.so della Losetta, P.so di Vallanta, Rif. Mont-Viso, C.le delle Traversette, Buco di Viso. **Valutazione:** medio. **Viaggio con mezzi propri. Pernottamento in rifugio. Quota:** prima del 1/7 € 195,00/210,00; dopo € 210,00/230,00

Accompagna Valentina

DA SABATO 20 A MERCOLEDÌ 24 AGOSTO

**VALLE D'AOSTA
NEL CUORE DEL PARADISO**

Il paradiso è dove la natura regna incontaminata e lì il cuore in simbiosi al passo scopre la meraviglia del parco più antico d'Italia. Attraverso 3 valli, in cammino con gli stambecchi e i camosci, attraverso un territorio selvaggio scopriremo il parco del Gran Paradiso.

Trek itinerante di 5 giorni. Itinerario: Champdepraz, Finestra di Champorcher, Lillaz, Valnontey, Rif. Sella, Eaux Rousses. **Valutazione:** impegnativo. **Viaggio con mezzi propri. Pernottamento in rifugio. Quota:** prima del 20 giugno € 235,00/250,00; dopo € 250,00/275,00

Accompagna Andrea L.

**DA VENERDÌ 27 AGOSTO A
SABATO 3 SETTEMBRE**

**MAROCCO
FEZ E LA FORESTA DI CEDRI
DEL MEDIO ATLAS**

Da Fez, la più antica delle città imperiali con la medina Patrimonio Unesco, ci spostiamo ad Ain Leuh (Parco Nazionale dell'Ifrane nel cuore del Medio Atlas). Giornate di trekking fra foreste di cedri,



Sul sentiero dei Walsler

laghi, colline e villaggi berberi. Incontro e condivisione con famiglie berbere e visita alle cooperative femminili e progetti locali di sviluppo.

Viaggio & Trek itinerante di 8 giorni con bagaglio trasportato. Itinerario: Fez, Ain Leuh, Zawya d'Ifrane, lago Wiwane, sorgenti dell'Oum Errabiaa, lago Afnouirir, Parco Nazionale d'Ifrane. Valutazione: medio - adattamento al soggiorno in tenda. Viaggio in aereo e pulmino. Pernottamento in riad, tenda, casa famiglia. Quota: prima del 1/7 € 730,00/830,00; dopo € 800,00/880,00

Accompagna Beloyanna

DA GIOVEDÌ 1 A DOMENICA 4 SETTEMBRE

LOMBARDIA MONTISOLA E BOLLICINE

Uno spicchio di Prealpi che abbraccia il lago d'Iseo: sono le colline moreniche della Franciacorta, coperte di preziosi vigneti, ricche di cultura e belle da esplorare. E poi l'isola di Montisola dove il silenzio e la tranquillità regnano sovrane.

Trek residenziale di 4 giorni. Itinerario: Montisola, M.te Guglielmo, Torbiere d'Iseo, Via Valeriana. Valutazione: facile/medio. Viaggio con mezzi propri. Pernottamento in albergo. Quota: prima del 10/6 € 260,00/280,00; € 280,00/310,00

Accompagna Maria

DA SABATO 3 A VENERDÌ 9 SETTEMBRE

FRANCIA - 2015/2020 SEI ANNI DI ATTRAVERSATA: DAL MONTE BIANCO A VENTIMIGLIA

TAPPA 2016: DALLA MAURIENNE AL QUEYRAS

Lasciata la Val Maurienne e saliti al Monte Thabor, tra massicci, foreste, alpeggi e castelli della Vallée Etroite e della Val Clarée, entreremo nel Briançonnais e da qui nel Parco Naturale Regionale del Queyras.

Trek itinerante di 7 giorni. Itinerario: Modane Valfréjus, Mont Thabor, Col des Méandes, Col des Thures, Montgenèvre, Col des Ayes, Château Queyras, Col Fromage, Ceillac. Valutazione: impegnativo. Viaggio in mezzo pubblico. Pernottamento in rifugio. Quota: prima del 5/6 € 280,00/295,00; € 295,00/330,00

Accompagna Renato

DA LUNEDÌ 5 A LUNEDÌ 12 SETTEMBRE

GRECIA - ISOLA DI TILOS, PICCOLA GEMMA NEL DODECANNESO

Mare cristallino, scogliere a picco, monasteri e villaggi abbandonati. Ci lasceremo trasportare da questa armonia senza tempo percorrendo sentieri immersi nei profumi delle piante aromatiche.

Trek residenziale di 8 giorni. Itinerario: Livadia, Megalo Horio, Monastero Aghios Pandeileimon, spiagge di Eristos, Skafi, Aghios Serghios, Rodi. Valutazione: medio/facile. Viaggio in aereo e traghetto. Pernottamento in B&B. Quota: prima del 10/6 € 380,00/415,00; dopo € 415,00/450,00

Accompagna Daniela C.

DA MERCOLEDÌ 7 A

DOMENICA 11 SETTEMBRE

UMBRIA 1 TRATTA: IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO DA LA VERNA A CITTÀ DI CASTELLO

La marcia è immersione nello spazio, pensiero, geografia, meteorologia, ecologia, gastronomia, storia, arte, direbbe Le Breton. E il sentiero di S. Francesco attraversa l'Italia offrendo tutto questo. Vogliamo ritrovare il piacere del "cammino lento" senza superare i venti chilometri giornalieri, sostando ad ogni fonte di bellezza, storia, curiosità, a che il viandante sia turista e il turista sia viandante.

Trek itinerante di 5 giorni. Itinerario: La Verna, Viamaggio, Pieve Santo Stefano, Città di Castello. Valutazione: facile/medio. Viaggio in treno e mezzo pubblico. Pernottamento in albergo, ostello e convento. Quota: prima del 10/7 € 280,00; dopo € 310,00

Accompagna Francesca A.

DA SABATO 10 A SABATO 17 SETTEMBRE

SARDEGNA SARDEGNA OCCIDENTALE, LUOGHI CHE LASCIANO IL SEGNO

Dune di sabbia bianca e rosa, lagune punteggiate di fenicotteri ed aironi, nuraghi, megaliti e grotte testimoni del tempo, villaggi minerari annidati tra rocce e boschi di lecci e il mare cristallino del Sulcis.

Trek residenziale di 8 gg. Itinerario: Grotta di Su Mannau, Corona Arrubia, Capo Pecora, Buggerru, S. Antioco, S. Pietro, Santadi, Piscinnu, Chia. Valutazione: facile/medio. Viaggio in treno, traghetto e pulmino. Pernottamento in agriturismo. Quota: prima del 1/7 € 800,00/900,00; dopo € 850,00/950,00

Accompagna Beloyanna

DA LUNEDÌ 12 A GIOVEDÌ 15 SETTEMBRE

UMBRIA - 2a TRATTA: IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO DA CITTÀ DI CASTELLO A ASSISI

Tra foreste millenarie, vallate e borghi ricchi d'arte e di storie. Per chi vuole sentirsi pellegrino o sempli-

cemente camminare alla scoperta di orizzonti nuovi. Seguiamo il segnale del Tau giallo, la firma di Francesco ed il colore dei "Cammini" da Santiago in poi.

Trek itinerante di 4 giorni. Itinerario: Città di Castello, Pieve de' Sadi, Gubbio, Valfabbrica, Assisi. Valutazione: facile/medio. Viaggio in treno e mezzo privato. Pernottamento in albergo e ostello

Accompagna Alfonso

DA MERCOLEDÌ 21

A DOMENICA 25 SETTEMBRE

TRENTINO-ALTO ADIGE - SENTIERI SELVAGGI NELLE ALPI DI FIEMME, LATEMAR E PALE DI SAN MARTINO

La verde Val di Fiemme è la naturale porta di accesso alle pallide pareti delle Dolomiti trentine, ma è anche essa stessa circondata da montagne meno note ma non per questo di minor valore ambientale e paesaggistico. Cammineremo su percorsi poco frequentati e lontano dalle normali vie di accesso ai rifugi.

Trek residenziale di 5 giorni. Itinerario: Monte Agnello, Colbricon, Latemar, Mulaz, Labirinto Valutazione: medio/impegnativo. Viaggio con mezzi propri. Pernottamento in albergo***. Quota: prima del 15/7 € 255,00/265,00; dopo € 265,00/300,00

Accompagna Mauro

DA SABATO 1 A VENERDÌ 7 OTTOBRE

ALBANIA CAMMINARE IN ALBANIA

Lungo i sentieri delle montagne dell'Albania meridionale dal Passo Dhembel al canyon di Lengerica del Permet. Scopriremo anche tesori storico e culturali come Argirocastro o Berat, entrambi patrimonio Unesco.

Trek itinerante con bagaglio trasportato di 7 giorni. Itinerario: Tirana, Argirocastro, Valle di Zagoria, Limar, Hosteve, Sheper, Permet, Benja, Berat. Valutazione: medio. Viaggio in aereo e pulmino. Pernottamento in albergo e guesthouse. Quota: prima del 20 agosto € 640/745,00; dopo € 765,00/700,00/800,00

Accompagna Beloyanna

DA SABATO 1 A GIOVEDÌ 6 OTTOBRE

CAMPANIA COSTIERA AMALFITANA

Percorreremo la viabilità minore della costiera amalfitana fatta di scalinate, vicoli angusti e sentieri, tra antichi mulini, cartiere e ferriere retaggio della grandezza della repubblica marinara.



Isola di Tilos

Trek residenziale di 6 giorni. Itinerario: Sentiero degli Dei, Sentiero dei limoni, Maiori, Minori, Ravello, Amalfi, Valle dei Mulini, Marina di Furore, Vallone delle Ferriere. Valutazione: facile/medio. Viaggio in treno e bus. Pernottamento in residence. Quota: prima del 30 luglio € 415,00/445,00; dopo € 445,00/485,00

Accompagna Renato

DA SABATO 1 A DOMENICA 9 OTTOBRE

SICILIA EOLIE SELVAGGE: LE SETTE ISOLE

Alicudi, Filicudi, Lipari, Panarea, Salina, Stromboli, Vulcano le sette isole di vento e di sole che l'accompagnatore ci farà conoscere ed amare tutte.

Trek residenziale di 9 giorni. Itinerario: Alicudi, Filicudi, Lipari, Panarea, Salina, Stromboli, Vulcano. Valutazione: medio. Viaggio in aereo, pulmino e aliscafo. Pernottamento in albergo. Quota: prima del 15/8 € 670,00/725,00; dopo € 725,00/785,00

Accompagna Aurelio

DA SABATO 1 A DOMENICA 9 OTTOBRE

PORTOGALLO LISBONA E LA ROTA VICENTINA. DUE PASSI SULL'OCEANO SUL SENTIERO DEI PESCATORI

Scopriremo due volti del Portogallo: la Costa Vicentina, un angolo poco conosciuto, ancora selvaggio e poco sfruttato turisticamente lungo la costa dell'Alentejo, e Lisbona, porta europea sull'Oceano Atlantico. Viaggio & Trek itinerante di 9 giorni. Itinerario: Lisbona, Porto Covo, Vila Nova de Milfontes, Almogrove, Zambujeira do Mar, Odeceixe. Valutazione: facile/medio. Viaggio in aereo e mezzo pubblico. Pernottamento in albergo, ostello e bungalow. Quota: prima del 10/7 € 375,00/415,00; dopo € 415,00/450,00

Accompagna Mario C.

DA SABATO 8 A SABATO 15 OTTOBRE

CIPRO - CIPRO: CROCEVIA FRA EUROPA, ASIA E AFRICA

Stato europeo in Asia: comunità greca e turca, capitale divisa da un muro. Vegetazione mediterranea e temperatura estiva: visiteremo una antica città-stato e ci bagneremo nelle acque tiepide di Afrodite.

Viaggio & Trek residenziale di 8 giorni. Itinerario: Penisola di Akamas, Nicosia, Famagusta, Salamina, Agia Napa, Capo Greco. Valutazione: medio. Viaggio in aereo e mezzo pubblico. Pernottamento in albergo. Quota: prima del 1/8 € 480,00/560,00; dopo € 560,00/600,00

Accompagna Maria B.

DA VENERDÌ 14 A MARTEDÌ 18 OTTOBRE

CAMPANIA IL VESUVIO, ERCOLANO E LE SUE VILLE DEL MIGLIO D'ORO

Sui sentieri del Vesuvio: nella grande caldera, nella valle dell'Inferno e senza dimenticare gli scavi di Ercolano e quelli meno noti di Oplonti e di Boscoreale. L'Associazione Libera ci guiderà al Castello di Ottaviano, confiscato alla camorra. Le ville borboniche del Miglio d'Oro aggiungeranno ulteriore fascino al trek.

Trek residenziale di 5 giorni. Itinerario: Ercolano, valle dell'Inferno al Vesuvio, Ottaviano, Oplonti, Ville Vesuviane. Valutazione: facile/medio. Viaggio in treno e mezzo pubblico. Pernottamento in albergo

Accompagna Ombretta

DA SABATO 3 A GIOVEDÌ 8 DICEMBRE

CAMPANIA NAPOLI SOPRA E SOTTO

Napoli e la zona Flegrea tra il classico e l'insolito accompagnati da una napoletana: da Spaccanapoli al Tunnel Borbonico, da antichi crateri al Serapeo di Pozzuoli, al lago d'Averno, al complesso romano del Pausilypon.

Trek residenziale di 6 giorni. Itinerario: centro storico e Vomero, riserva degli Astroni, solfatara, Serapeo e Anfiteatro Flavio a Pozzuoli, M.te Nuovo, lago Averno, Baia, parco archeologico Pausilypon. Valutazione: facile. Viaggio in treno e mezzo pubblico. Pernottamento in ostello

Accompagna Ombretta

**DA GIOVEDÌ 8
A DOMENICA 11 DICEMBRE**

EMILIA-ROMAGNA CH'AL VEGNÀ A BULAGNA

Ogni città è un palinsesto su cui gli abitanti hanno scritto e riscritto, senza che nulla venga veramente perduto. Percorrendo Bologna ne troveremo il tempo e le tante storie che ci rimandano la sua vocazione e scommesse, i suoi vanti ed identità. Una immersione che piacerà a chi ama camminare l'anima delle città.

Trek residenziale di 4 giorni. Itinerario: Centro e periferia, S. Luca, Canale Navile, sentiero 902, canale di Savena. Valutazione: facile. Viaggio in treno. Pernottamento in albergo

Accompagna Anna



Clicca 'mi piace' su Facebook a <http://www.facebook.com/Trekking.Italia>.
Bologna

CHI SIAMO

Trekking Italia è un'associazione senza scopo di lucro iscritta nel Registro Nazionale delle Associazioni di Promozione Sociale e all'Albo della Provincia di Bologna delle Associazioni di Promozione Sociale. I trek sono accompagnati da "soci accompagnatori", che non sono guide professioniste ma prestano la loro opera volontariamente e gratuitamente, così come sono volontarie tutte le attività interne. La presenza di guide professioniste è nel caso segnalata. Ogni socio può partecipare alla gestione della sede e proporsi come accompagnatore, per trek domenicali e "grandi trek". Nel corso degli anni le conoscenze di tanti hanno contribuito a formare un notevole patrimonio nel campo escursionistico. I nostri sono trek escursionistici, senza difficoltà alpinistiche, vedi la tabella a pagina 23.

ISCRIZIONI

Tutte le iniziative promosse da Trekking Italia sono riservate ai soci. La quota associativa annuale è di € 20,00. Comprende la copertura assicurativa Infortuni e Responsabilità civile presso ACE European Group Limited polizza n. 0584411S e UNIPOLSAI Assicurazioni polizza n.1/75910/4/4092418. La quota di partecipazione ad ogni trek giornaliero è di € 6,00 o € 3,00 per i trek di mezza giornata. I biglietti treno o bus sono a carico dei partecipanti se non indicato

La Salewa (nei punti vendita di Castelguelfo e via Farini), la libreria Accursio in via Oberdan 29, l'Officina Olfattiva in via Nazario Sauro 6c e l'Hotel Tirolo a Sestola offrono uno sconto del 10% ai nostri soci. Il lavasecco Nadia, via Saragozza, 18/A offre uno sconto del 15% ai nostri soci. Sempre dietro presentazione della tessera.

VACANZE PER FAMIGLIE

Il nostro socio Piero si mette a disposizione per offrire consigli a famiglie con bimbi di tutte le età interessate a trascorrere le vacanze sui sentieri. Verranno fornite notizie utili su sistemazioni, luoghi e percorsi adatti a giovanissimi camminatori, compresi sentieri compatibili con passeggini e carrozzine. Il servizio è offerto su appuntamento; gli interessati devono contattare la segreteria.

diversamente. Per i giri con auto proprie, ogni equipaggio divide le spese di benzina e autostrada con l'autista.

EQUIPAGGIAMENTO

Raccomandiamo l'uso di scarponi da trekking impermeabili, pantaloni lunghi e comodi, abbigliamento a strati: maglietta tecnica traspirante, pile, giacca a vento traspirante. Nello zaino giornaliero (25 a 35 litri), portate sempre molta acqua e un riparo per la pioggia (ombrello o mantella), cappellino o cuffia, guanti, occhiali da sole. Il tempo in montagna può cambiare repentinamente. L'accompagnatore può non accettare soci con scarpe inadeguate al percorso del giorno o insufficientemente attrezzati. I pranzi sono sempre al sacco. Sono utili i bastoncini per risparmiare le articolazioni e le ghette in caso di fango o neve.

VERSAMENTI

Caparre e saldi si versano in sede, in banca o in posta.

- Banca Prossima IBAN IT 44 L 03359 01600 10000 0079706 BIC SWIFT BCITITMX

- Posta sul ccp n° 35759521.

Intestati a Trekking Italia sezione Emilia Romagna.

Il versamento della caparra valida l'iscrizione. Il saldo deve essere effettuato almeno 20 giorni prima della partenza.

TREKKING ITALIA - SEZIONE EMILIA-ROMAGNA

Via dell'Inferno, 20/B - 40126 Bologna

Da lunedì a venerdì 15.30-19.30

martedì, giovedì anche 10.00-12.00

sabato 10.00-12.00 (escluso agosto)

Tel. 051-222788 - Fax 051-2965990

Cellulare sabato e domenica 333-7394096

E-mail: bologna@trekkingitalia.org - www.trekkingitalia.org

www.facebook.com/Trekking.Italia.Bologna

ISCRITTA NEL REGISTRO PROVINCIALE DELLE ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE

ADERENTE ALLA



Stampato su carta prodotta
con il 100% di fibre riciclate
post consumo.

sconto 10% ai soci Trekking Italia



VILLA ALPINE SHOP srl - Strada Maggiore, 10 - 40125 BOLOGNA
Tel. 051 220643 - info@villaalpineshop.it - www.villaalpineshop.it

TREKKING ITALIA - ALTRE SEZIONI TERRITORIALI

SEZ. LOMBARDIA: MILANO - via Santa Croce, 2 - 20122 - 02-8372838 - milano@trekkingitalia.org

SEZ. TOSCANA: FIRENZE - via dell'Oriuolo, 17 - 50122 - 055-2341040 - firenze@trekkingitalia.org

SEZ. LIGURIA: GENOVA - via Cairoli, 11 - 16124 - 010-2471252 - genova@trekkingitalia.org

SEZ. LAZIO: ROMA - via La Spezia, 48/A - 00182 - 334-7673603 - roma@trekkingitalia.org

SEZ. PIEMONTE-VALLE D'AOSTA: TORINO - via S. Marino, 104/a - 10137 - 011-3248265 - torino@trekkingitalia.org

SEZ. TRIVENETO: VENEZIA - via Toffoli, 2d - Marghera - 30175 - 041-924547 - venezia@trekkingitalia.org

SEZ. PUGLIA: Minervino Murge (BT) - via Martiri di via Fani, 9 - 76013 - puglia@trekkingitalia.org