



TREKKING *Toscana* ITALIA

Associazione Amici del Trekking e della Natura



Programma n.9

Autunno - Inverno 2010/11

Cari soci,

eccoci al consueto appuntamento del quadrimestrale che, come sempre, permette a tutti voi di valutare le proposte della Sede di Firenze per i prossimi mesi e di programmare con opportuno anticipo i trek ai quali vi interessa partecipare. La programmazione copre il periodo fino alle prime settimane del 2011, anno per il quale proprio in questi giorni stiamo definendo il programma completo delle escursioni, sia per quanto riguarda i trek domenicali che per i grandi trek. La proposta che stiamo mettendo a punto per l'anno prossimo è, come vedrete a suo tempo, molto ambiziosa, ma si basa sui buoni risultati che, malgrado la crisi economica ed un andamento meteorologico non certo favorevole, abbiamo raggiunto come Sezione nei primi sei mesi di quest'anno. Per proseguire in questo andamento positivo, sarà essenziale il vostro contributo, non solo in termini di partecipazione ai trek, ma anche in termini di idee, di proposte, di collaborazione ed anche di critiche che potrete dare all'Associazione secondo le disponibilità di ciascuno e per le quali vi assicuriamo comunque il massimo interesse e considerazione.

Vi segnaliamo inoltre la cena degli auguri, che speriamo avrà lo stesso successo di quella dell'anno scorso, e l'inizio del corso base di escursionismo, che è anche un bel modo per realizzare in maniera sempre più cosciente l'idea che ci accomuna e ci appassiona: camminare per conoscere e per conoscersi.

Il Consiglio

PARTE IL 1° CORSO BASE DI ESCURSIONISMO

Sta partendo il 1° Corso base di escursionismo. Il corso si svolge dal 22/09 al 03/11/2010 e si terrà con un massimo di 20 partecipanti. La quota di partecipazione è di €. 50,00 da versare al momento dell'iscrizione, e comprende le lezioni teoriche e il relativo materiale informativo. Non include il costo delle uscite in ambiente. il programma del corso è disponibile online sul sito web dell'Associazione. Luogo e orario del corso: luogo da definire (Centro Java/Sede), mercoledì dalle ore 21.00 alle ore 23.00.

Per partecipare ai TREK DOMENICALI

iscrivetevi telefonando in sede per tempo.

La quota è di €5 da versare all'accompagnatore. Se c'è il bus privato la quota è di €20. Anche questa deve essere versata all'accompagnatore. L'iscrizione al trek con bus deve essere fatta entro il mercoledì mattina. Se il socio è iscritto e non annulla la prenotazione entro tale data, dovrà comunque versare il costo del bus noleggiato (€15).

CENA E FESTA PER GLI AUGURI DI NATALE

Visto il successo riportato l'anno scorso (100 partecipanti!), la Cena degli Auguri viene riproposta al ristorante *Chichibio* ai Bottai (zona Galluzzo) **venerdì 10 dicembre ore 20**. Partecipate numerosi ed iscrivetevi per tempo!

333 1508703

è il telefono dell'ACCOMPAGNATORE
delle escursioni domenicali

Per partecipare ai TREK GRANDI E WEEK-END

Iscrivetevi venendo in sede o per telefono e versate subito l'acconto previsto:

- in contanti o con assegno
- con bonifico bancario a favore di Trekking Italia sede di Firenze, sul conto n. 4200 presso la BNL ag.4, via Verdi, Firenze
Iban IT95L010050297000000004200
- con bollettino postale, sul c/c n. 82641614 intestato a Trekking Italia sede di Firenze.

Nel bonifico o nel c/c indicate nome e data del trek cui si riferisce il versamento e comunicatelo subito alla sede per mail, fax o telefono.

DOMENICA 10 OTTOBRE

DALLA CONSUMA ALL'ARNO



Escursione: facile 5 ore – Km 12 – dislivello: 100 m. salita e 500 m. discesa.

Bellissimo percorso nelle boscose mulattiere che da Ponticelli (3 km dopo il passo della Consuma), scendono ai piedi del Monte Falterona, lungo secolari castagneti. Percorreremo il fosso Vincena, passando l'antico castello di Castel Castagnaio, fino a giungere all'Arno, dalle sembianze di un torrente dato che è quasi alle sue origini, nei pressi di Mulin di Bucchio, lungo la strada che collega Stia a Londa.

Percorso: Ponticelli (Consuma) – Pian della Fossa – Castel Castagnaio – Mulin di Bucchio

Ritrovo: Piazza Libertà ore 8,30 – Teatro Sashall ore 9,00 con bus privato per Ponticelli.

Rientro previsto a Firenze ore 18 circa.

Quota: € 20,00 da prenotare entro mercoledì 6 ottobre 2010.

Accompagnatore: FRANCESCO Torrini



DOMENICA 17 OTTOBRE

DAL CASTELLO DELLA LECCIA AL CASTELLO DI STAGGIA



Escursione: medio-facile - 6 ore – km 17 – dislivello 400 mt. in salita e 400 in discesa.

Interessante traversata del Chianti più classico, per ammirare i famosi castelli e gli antichi borghi dove viene prodotto il miglior vino della zona. Breve visita di Castellina con la sua tipica "Via delle Volte" e le mura medioevali esterne per poi proseguire nella meravigliosa campagna con i suoi ampi panorami sulla Montagna senese e la Val d'Elsa.

Percorso: Castellina in Chianti - La Leccia-Rocca

delle Macie – Lilliano – Bibbiano - Staggia.

Ritrovo: Piazza Libertà ore 7,30 - Porta Romana ore 7,50 con bus privato a Castellina in Chianti Rientro previsto a Firenze ore 18-19.

Quota: € 20,00 – Prenotare entro merc. 13 Ottobre.

Accompagnatore: SILVANO E AMELIA

GRANDE TREK

DA VENERDÌ 22 OTTOBRE

A LUNEDÌ 1 NOVEMBRE

TREK IN AKAKUS

Viaggio trek di 11 giorni, bagaglio trasportato.

Escursioni: facile, richiede adattamento al soggiorno in tenda, 4/5 ore.

Un deserto di rocce e di sabbia che nasconde gli straordinari tesori dell'arte rupestre con pitture e graffiti di diversi periodi, gli abbaglianti laghi tra le dune dell'Erg di Awbari e per finire le straordinarie rovine di Leptis Magna, l'antica città romana che poteva essere paragonata nel Mediterraneo alle sole città di Roma e Atene.

Percorso: Tripoli – deserto dell'Akakus - Erg di Murzuk - laghi di Ramlat ad-Duwadah – Ubari – Sebha - Leptis Magna.

Ritrovo: Fiumicino ore 10,30.

Quota: € 1690,00 – Comprende: viaggio aereo a/r, voli interni, pensione completa, trasferimenti in fuoristrada, guida locale, entrate ai siti, assicurazione Elvia. Non comprende: visto, tasse aeroportuali.

GRANDE TREK

DA SABATO 23 OTTOBRE

A LUNEDÌ 1 NOVEMBRE

TASSILI N'AJJERS - ALGERIA

Viaggio trek di 10 giorni con bagaglio trasportato e asini al seguito.

Escursioni: facile/medio, richiede adattamento al soggiorno in tenda, tappe 5/6 ore.

Un trekking alla scoperta del più grande museo a cielo aperto del mondo; saliremo a piedi dall'Oasi di Djanet (una volta Fort Chalet avamposto della legione straniera) sino a 2000 metri alla scoperta delle millenarie pitture camminando con la guida Targui in un labirinto tra le alte pareti di arenaria dove l'erosione ha scavato circa 300 archi di roccia. Le pitture sono la testimonianza di un mondo ormai scomparso quan-

do il Sahara era verde e gli artisti hanno potuto rappresentare prima la grossa fauna africana, in seguito le mandrie di buoi, i carri dei Garamanti fino ad arrivare al dromedario quando ormai il clima si era completamente inaridito. Altro luogo mitico che visiteremo la valle dei Cipressi anche questi relitti di un tempo ormai scomparso e il grandioso Erg Admer.

Percorso: Algeri – Djanet – Tassili – Tamrit – Seifar – Erg Admer – Tikobawine - Djanet.

Ritrovo: Roma Fiumicino ore 12.

Quota: € 1460,00 – Comprende: viaggio aereo a/r, pensione completa, trasferimenti in fuoristrada, guida locale, entrate ai siti, assicurazione Elvia. Non comprende: visto, tasse aeroportuali, mance.



DOMENICA 24 OTTOBRE

LA DORSALE DELLA CALVANA

Escursione: medio- impegnativa - 6 ore – km 18 – dislivello 600 mt. in salita e 500 in discesa. L'itinerario, partendo dalle Croci di Calenzano (427m), sale sulla dorsale dei Monti della Calvana. Giunti sul Monte Maggiore (916m) il più alto della Calvana, si godono panorami di grande suggestione sul lago di Bilancino e su tutta la catena appenninica. Si prosegue sulle tipiche praterie di crinale, con vari saliscendi, che ci portano al piccolo borgo di Montecuccoli (633m). Da qui si scende quindi nella valle del Bisenzio, per prendere il bus del ritorno.

Percorso: Croci di Calenzano – Monte Maggiore – Passo della Croce – Monte Prataccio- Montecuccoli - Cerbaia.

Ritrovo: ore 8,00 alla stazione Bus CAP Via Nazionale (orario invernale da confermare). Ritrovo a Firenze in bus da Cerbaia ore 18-19 circa.

Accompagnatore: GHERARDO Casini.

GRANDE TREK

DA GIOVEDÌ 28 OTTOBRE

A LUNEDÌ 1 NOVEMBRE

MONTE AMIATA - TOSCANA

Trek residenziale di 5 giorni.

Escursioni: facile, tappe 5/6 ore.

Il viaggio unisce la suggestione dell'Amiata, con i colori rossi dell'autunno, il fascino dei paesi della Toscana meridionale, il benessere dei bagni termali a San Casciano dei Bagni e a Rapolano Terme. Le escursioni riguarderanno il Parco Faunistico dell'Amiata, il Monte Labbro, celebre per la figura del Lazzaretti, i sentieri nei boschi della parte alta del Monte Amiata.

Percorso: San Casciano dei Bagni - Santa Fiora - Parco Faunistico dell'Amiata - Monte Labbro - Monte Amiata - Seggiano - parco creato dall'artista Daniel Spoerri - Buonconvento - Strada panoramica delle Crete Senesi - Rapolano Terme.

Ritrovo: Firenze ore 10.

Quota: € 320,00 – Comprende: pernottamento e pensione completa, ingresso al parco. Non comprende: viaggio con auto proprie, trasferimenti in loco, bevande.

GRANDE TREK

DA DOMENICA 31 OTTOBRE

A DOMENICA 7 NOVEMBRE

SAHARA TREK

Trek itinerante di 8 giorni, bagaglio trasportato.

Escursioni: media, adattamento al soggiorno in tenda, tappe 5/6 ore.

Partiremo dall'Italia in autunno e troveremo una dolce estate africana appena arriveremo a Djerba, l'isola dei Lotofagi dove sbarca Ulisse nell'Odissea. I fuoristrada ci attendono all'aeroporto dell'isola per condurci attraverso piste e strade ai magici villaggi delle Oasi di Montagna dove inizieranno i nostri trek alla scoperta dei paesaggi aspri e incontaminati della catena montuosa che separa la Tunisia dall'Algeria. Concluderemo il nostro camminare tra le dune di sabbia di El Faouar e Douz con una indimenticabile notte sotto le stelle, non mancheranno le soste ai souk (mercati) di Douz e Djerba.

Percorsi: Roma – Djerba – Matmata - Tamerza Chebika – Midès – Tozeur – Douz - Ksar Ghilane - Ksar Hallouf – Djerba.

Ritrovo: Roma Fiumicino ore 9.

Quota: € 970,00 – Comprende: volo a/r, pensione completa, trasferimenti in fuoristrada, assicurazione Elvia. Non comprende: tasse aeroportuali, bevande, mance.

GRANDE TREK

DA DOMENICA 31 OTTOBRE

A MARTEDÌ 9 NOVEMBRE

GERUSALEMME, GALILEA, DESERTO DEL NEGEV

Viaggio Trek di 10 giorni

Escursioni: facile, tappe 5/6 ore.

In Israele e nei territori governati dall'Autorità Palestinese. Un viaggio nella lacerata realtà attuale, attraverso i luoghi santi, le testimonianze storico-archeologiche, la vita delle diverse comunità, i deserti e le città più antiche della terra; il tutto da scoprire andando il più possibile a piedi. Con guide locali.

Percorsi: Tel Aviv – Gerusalemme – Gerico – Betlemme – Mar Morto – Masada – Sde Boker – Negev.

Ritrovo: in mattinata all'aeroporto di Milano Malpensa.

Quota: € 1250,00 – Comprende: volo a/r, mezza pensione, trasferimenti, guide locali, ingressi ai siti, tasse aeroportuali, assicurazione Elvia. Non comprende: bevande, mance.

DOMENICA 31 OTTOBRE

CACCIATORI ED EREMITI RINASCIMENTALI A MONTESENARIO

Escursione: medio-facile - 6 ore - 15 Km circa - dislivelli di 300mt in salita.

Trek nel folto dei boschi attorno a Montesenario e nella campagna sottostante con ampi panorami sul Mugello alla ricerca dei segni della scelta di vita degli Eremiti e degli spunti vitalistici dei Cacciatori del nostro Rinascimento.

Percorso: Villani - La Spelonca - Bucherello - Romitori - Massanguillare - Le Radicchie - Badia del Buonsollazzo - Comunanze - La Forza - Mangona - Vaglia.

Ritrovo: Stazione Sita ore 9 con biglietto per Viliani. Rientro in treno da Vaglia con arrivo a Firenze ore 18.00 circa.

Accompagnatore: LANDO Santoni

GRANDE TREK

DA SABATO 6 A SABATO 13 NOVEMBRE

TREK DELLE BALENE - EGITTO

Viaggio Trek di 8 giorni

Escursione: facile/media, 3 ore.

Un viaggio che ci condurrà nella mitica Valle delle Balene a occidente del Fayum per ammirare i moltissimi fossili testimoni di un ambiente marino ormai scomparso. E ancora le oasi del Deserto Occidentale, Baharia e Farafra, e il Deserto Bianco con formazioni particolari dovute alla erosione delle diatomiti. Attraverseremo zone di montagne piramidali fino alla grande duna di Abu Muharrik che si trova nel più lungo campo di dune del Deserto Occidentale. Per concludere con la Grotta di Djara formata dall'erosione dell'acqua nel calcare con formazioni di stalattiti e stalagmiti.

Percorsi: Cairo – Valle delle Balene – Baharia – Farafra – Abu Muharrik – Grotta Djara – Deserto Bianco.

Ritrovo: Roma Fiumicino ore 11,00.

Quota: € 1690,00. Include: viaggio a/r, pensione completa, trasferimenti, guida locale, assicurazione Elvia. Non include: tasse aeroportuali, visto, mance.



DOMENICA 7 NOVEMBRE

DA CALENZANO A VAGLIA

La città a spasso sulle colline - VI tappa

Escursione: media, 7 ore - km 20 - dislivello 700m in salita e discesa.

Si risalgono le pendici di Monte Morello per poi scendere verso il Mugello con un percorso che offre ampie vedute sui Monti della Calvana e della città di Firenze.

Trek e cultura

Percorso: Calenzano – Rifugio Gualdo – Piscina – Paterno – Vaglia.

Ritrovo: Capolinea ATAF bus n° 2 ore 7,30 (orario da confermare). Rientro a Firenze con treno da Vaglia ore 18,00 circa.

Accompagnatore: ELISA Molino.

GRANDE TREK

DA DOMENICA 7 A DOMENICA 21 NOVEMBRE

GUATEMALA:

NATURA, ARTE E STORIA

Viaggio Trek di 15 giorni

Escursione: facile/media, 5/6 ore.

Scopo del viaggio è conoscere le bellezze naturali e archeologiche del Guatemala e entrare in contatto con la realtà locale tramite l'incontro con cooperative e comunità che operano sul posto in contesti di recupero ed emarginazione. L'utilizzazione di strutture alternative con cui Trekking Italia è già entrata in contatto renderanno possibile una conoscenza meno superficiale del paese e un diverso avvicinamento ai luoghi più noti e, di recente, frequentati dal turismo internazionale, come Antigua, l'antica capitale spagnola, Chichicastenango con il suo coloratissimo mercato indio e i riti pagani, il lago di Atitlan con le sue isole e i maestosi vulcani, la laguna del Rio Dulce, i siti di Tikal e Yaxha, immersi nella giungla.

Percorso: Antigua – Chichicastenango – Panajachel - lago di Atitlan - isola di S. Pedro - Rio Dulce e la sua laguna – Flores – Tikal – Yaxa.

Ritrovo: da definire.

Quota: € 2500,00. Comprende: viaggio a/r, mezza pensione, trasferimenti, guide locali, ingressi aeree archeologiche, assicurazione Elvia. Non comprende: tasse aeroportuali, mance.



DOMENICA 14 NOVEMBRE

DA PIEVE DI COIANO

A GAMBASSI TERME

(X Tappa Via Francigena)



Escursione: facile - 4-5 ore – 13 Km circa – dislivello 300 mt. in salita e 250 in discesa

Visitata la bella Pieve di Coiano con la sua caratteristica scalinata in pietra, l'itinerario prosegue attraverso uliveti e vigneti intervallati da campi ben coltivati. Fanno da contorno la presenza di ville restaurate e fattorie. Poco prima dell'arrivo a Gambassi si incontra la splendida pieve romantica a tre navate di Santa Maria a Chianti.

Percorso: Coiano - Poggio Carlotta - Casa le Colline - S. Maria a Chianti - Gambassi Terme.

Ritrovo: Piazza Libertà ore 8,00 - Mercato Novoli ore 8,30 con bus privato a Coiano. Rientro previsto a Firenze ore 18-19.

Quota: € 20,00 – Prenotare entro mercoledì 10.

Accompagnatore: MASSIMO Tassi

DOMENICA 21 NOVEMBRE

PONTE DELLA VENTURINA:

L'ANELLO DI POSOLA

Escursione: media - 6 ore – 16 Km – dislivello mt. 600 in salita

Piacevole anello in posizione panoramica che si snoda nella prima parte su crinale che separa la valle del Limentra da quella del Reno e nella seconda parte a mezza costa sul versante destro della valle del Reno. Affascinanti i paesaggi con i piccoli borghi montani che punteggiano le immense distese di boschi.

Percorso: Ponte della Venturina – Fondamento – Casette – Posola - Ca'dei Bocchi – Campeda – Ponte della Venturina.

Ritrovo: ore 8,00 Stazione SMN, treno delle 8,08 per Pistoia e poi per Ponte della Venturina. Rientro a Firenze ore 19,52.

Accompagnatore: VITTORIO Stiacci

DOMENICA 28 NOVEMBRE

MONTE FOLGORITO

Escursione: media - 6 ore – 16 Km – dislivello mt. 650 in salita e in discesa.

Salita ad una delle vette minori delle Apuane che regala una delle più belle vedute sul litorale



DOMENICA 5 DICEMBRE

DA GAMBASSI TERME A SAN GIMIGNANO (XI Tappa Via Francigena)

Escursione: facile - 4-5 ore - 14 Km circa - dislivello 250 mt. in salita e in discesa.

È a cavallo tra le province di Firenze e Siena questa tappa altamente remunerativa per i luoghi storici da visitare e per la splendida campagna in cui sono inseriti. I prati ed il bosco sono di frequente interrotti da casali, fattorie, piccoli raggruppamenti di case oramai quasi tutte piacevolmente ristrutturate. E poi finalmente l'arrivo a San Gimignano che per la caratteristica architettura medioevale del suo centro storico è stato nominato dall'Unesco "Patrimonio dell'Umanità".

Percorso: Gambassi - Montecarulli - Pancone - Collemucciolli - Pieve di Cellule - San Gimignano.

Ritrovo: Piazza Libertà ore 8,00 - Porta Romana ore 8,30 con bus privato a Gambassi. Rientro previsto a Firenze ore 18-19.

Quota: € 20,00 - Prenotare entro mercoledì 1 Dicembre.

Accompagnatore: MASSIMO Tassi

CENA DEGLI AUGURI

VENERDÌ 10 DICEMBRE 2010

Il nostro tradizionale appuntamento per lo scambio degli auguri natalizi.

Buon Natale e felice Anno Nuovo a tutti!



le tirrenico, immediatamente sopra al Forte dei Marmi, sulle isole dell'arcipelago toscano e su un'ampia porzione delle Apuane. Per raggiungere questa cima caratteristica - durante la seconda guerra mondiale sede di una postazione della linea gotica -, partiamo da Ripa (oltre 300 m.) anziché da Serravezza. Ne guadagna la percorribilità dell'itinerario, lungo una mulattiera contornata da corbezzoli.

Percorso: Ripa di Serravezza - Cerreta San Nicola - Monte Folgorito.

Ritrovo: Mercato di Novoli ore 8,00 con auto proprie a Ripa. Rientro previsto a Firenze verso le 19.

Accompagnatore: CARLO Fantappiè

GRANDE TREK

DA SABATO 4 A MERCOLEDÌ 8 DICEMBRE

TRAVERSATA DA BONASSOLA A RAPALLO



Trek residenziale di 5 giorni

Escursioni: medie, tappe 6-7 ore.

Cinque itinerari di grande fascino sulla riviera di Levante in una atmosfera tipicamente mediterranea. Tra il verde di una vegetazione lussureggiante e l'azzurro del mar Ligure percorreremo tranquilli sentieri, antiche mulattiere e stretti vicoli e gusteremo tesori d'arte trascorrendo, in un periodo fuori dai grandi flussi turistici, giornate per veri amanti della natura.

Percorsi: Bonassola - Moneglia - Sestri Levante - Cavi - Chiavari - Rapallo

Ritrovo: ore 7,40 stazione SMN o ore 10,45 stazione di Bonassola.

Quota: € 290,00 - Comprende: pernottamento e mezza pensione. Non comprende: trasferimenti e viaggio a/r.

DOMENICA 12 DICEMBRE

DAL PASSO DEI PECORAI A GREVE IN CHIANTI

Escursione: medio-facile, 5/6 ore, km 16, dislivello 300 mt. in salita e discesa.

Siamo nella zona centrale del Chianti fiorentino ed il piacevole percorso attraversa vigneti le cui uve producono vini rossi tra i più conosciuti e apprezzati in tutto il mondo. Il paesaggio è reso ancor più amabile dalle numerose ville e castelli che con le loro eleganti architetture abbelliscono la campagna circostante. Famoso per la sua storia il castello di Uzzano, che dette i natali al grande Niccolò da Uzzano che fu uno dei più accerrimi nemici della famiglia Medici.

Percorso: Passo dei Pecorai – Chiocchio – San Giusto – La Panca – Rugliana – Castello di Uzza-
no – Greve in Chianti.

Ritrovo: stazione SITA ore 8 (orario invernale da confermare). Rientro previsto per le ore 19.

Accompagnatore: LUCA Falciani

DOMENICA 19 DICEMBRE

LA COLLINA DEGLI ARTISTI

Escursione: facile, 4 ore – Km 6 – dislivello salita/discesa mt.100

Itinerario di grande interesse artistico, storico e letterario sulla collina di Settignano. Nell'arco di mezzo secolo in questo sobborgo fiorentino abitano alcuni tra i più insigni artisti italiani e stranieri: Niccolò Tommaseo, Gabriele D'Annunzio, Aldo Palazzeschi, Eleonora Duse, Telemaco Signorini, Mark Twain, Giovanni Gentile, Ugo Ojetti. Ma sarà anche l'occasione – passeggiando – per parlare dei grandi che hanno nei secoli abitato ed operato qui: Desiderio da Settignano, Michelangelo, Boccaccio ed altri. Scopriremo il Sentiero degli Scarpellini, gli operai che quotidianamente dalle loro abitazioni di Corbignano si recavano alle Cave di Maiano ad estrarre la pietra serena che ha rivestito i grandi palazzi fiorentini. Al termine della nostra passeggiata visiteremo la Chiesa di Ponte a Mensola, scrigno prezioso, che custodisce quattro splendidi "fondi oro" del 1400.

Percorso: Ponte a Mensola – Villa Strozzi – Via della Capponcina – Piazza Desiderio – Poggio al Vento -Sentiero degli Scarpellini – Corbignano – Ponte a Mensola.

Ritrovo: ore 10,00 a Ponte a Mensola fermata bus ATAF n.10 – Rientro previsto per le ore 17,00 a Ponte a Mensola.

Accompagnatore: GABRIELE Bassani



DA LUNEDÌ 27 DICEMBRE

A GIOVEDÌ 6 GENNAIO

ASSEKREM E TASSILI DELL'HOGGAR – ALGERIA



Viaggio Trek con bagaglio trasportato di 10 giorni

Escursioni: facile/medio, adattamento al soggiorno in tenda, 5/6 ore.

Situato 200 km a sud ovest di Tamanrasset e a 400 m di altezza, questo paesaggio di dune, di rocce, di picchi vulcanici, offre uno spettacolo molto vario e di una bellezza pura e estrema. Rocce antichissime, graniti erosi dalle molteplici forme, morbide dune che si adagiano sui pendii dai colori variabili nelle diverse ore del giorno, cieli azzurri e notti stellate sono lo sfondo di nostri trek e delle serate intorno al fuoco.

Percorsi: Algeri – Tamanrasset – Taraouraut – Ahakit – Yourf Arlale - Tin Tarabine – Taguelmamet – Intehok – Tagrera – Tinkachaker - El Ressour

Ritrovo: Roma Fiumicino ore 11,30.

Quota: € 1470,00. Comprende: volo a/r, pensione completa, trasferimenti, guida locale, assicurazione Elvia. Non comprende: tasse aeroportuali, spese visto, mance.

**DA MARTEDÌ 28 DICEMBRE
A MARTEDÌ 11 GENNAIO**

DANCALIA, LA TERRA DEGLI AFAR ETIOPIA



Viaggio Trek con bagaglio trasportato di 15 giorni

Escursioni: medio/impegnativo, 6/7 ore.

Dalle montagne inaccessibili del Tigray, dove visiteremo le splendide chiese rupestri, scenderemo nella depressione dancala lungo le rotte delle carovane del sale nella terra degli Afar. Il percorso attraversa incredibili paesaggi vulcanici, ricchi di geysir e di laghi salati, e arriva fino alla vetta del vulcano Erta Ale e al lago Afrera con le sue sorgenti termali. Lungo la Rift Valley, in ritorno ad Addis Abeba, sarà la volta del Parco di Awash, nel territorio dei pastori Kereyu, popolato da uccelli ed antilopi.

Percorsi: Addis Abeba – Makallè – Gheralta – Tigray – Wukro – Berale – Melabdy – Asso Bole – Piana del sale – Assa Ale – Dallol – Ahmed Ela – Kswat – Vulcano Erta Ale – Afrera – Asayta – Awash – Rift Valley

Ritrovo: Roma Fiumicino ore 21.

Quota: € 2890,00. Comprende: volo a/r, trasferimenti, guida locale, ingressi e permessi, assicurazione Elvia. Non comprende: tasse aeroportuali, spese visto, mance.

**DA MARTEDÌ 28 DICEMBRE
A GIOVEDÌ 6 GENNAIO**

SULLE TRACCE DI ALESSANDRO MAGNO - EGITTO

Viaggio Trek con bagaglio trasportato di 10 giorni

Escursioni: facile/medio, adattamento al soggiorno in tenda, 3/4 ore.

L'itinerario si svolge nel Grande Mare di Sabbia, una delle zone più affascinanti e ricche di echi del passato del Sahara. Il re persiano Cambise tentò di attraversarlo, ma il suo esercito fu inghiottito dalle dune. Alessandro Magno riuscì nell'impresa, giungendo sino all'Oasi di Siwa ai confini con la Libia celebre nell'antichità per l'oracolo di Ammone. Sulle orme dei grandi esploratori del deserto libico del '900 Kamal Al Din, Laslo de Almasry (protagonista del film Il paziente inglese) arriveremo attraverso le incredibili forme di erosione del Deserto Bianco all'Oasi di Farafra.

Percorso: Cairo - Oasi di Siwa - Grande Mare di Sabbia - Deserto Bianco - Oasi di Farafra

Ritrovo: al mattino a Roma Fiumicino.

Quota: € 1790,00. Comprende: volo a/r, pensione completa, trasferimenti, guida locale, assicurazione Elvia. Non comprende: tasse aeroportuali, spese visto, mance.



**DA MARTEDÌ 28 DICEMBRE
A VENERDÌ 7 GENNAIO**

IL MONTE KENYA E I FENICOTTERI ROSA - KENYA

Viaggio Trek di 11 giorni

Escursioni: facile/medio, 4 ore.

Specchi d'acqua e prati montani, contornati da una vegetazione equatoriale di alta quota, sono la cornice della nostra spedizione in Africa Orientale. Il monte Kenya, seconda vetta del continente africano dopo il Kilimangiaro, offre un ambiente di grande bellezza, dichiarato dall'Unesco patrimonio dell'umanità. Dopo il trekking di montagna, il viaggio prosegue alla scoperta di due vicini parchi nazionali paradiso degli ornitologi, i laghi Nakuru e Bogoria, abitati da milioni di fenicotteri che tingono di rosa le loro sponde.

Dicembre 2010

Percorso: Nairobi – Nanyuki - Monte Kenya (Sirimon Route) - Lago Nakuru - Lago Bogoria - Nairobi.
Ritrovo: Milano Malpensa ore 13.

Quota: € 2400,00. Comprende: volo a/r, pensione completa, trasferimenti, guida locale, assicurazione Elvia. Non comprende: tasse aeroportuali, spese visto, mance.

**DA MERCOLEDÌ 29 DICEMBRE
A MARTEDÌ 4 GENNAIO**

VAL DI NOTO E SIRACUSA SICILIA



Trek residenziale di 7 giorni

Escursioni: facile/medio, 5/6 ore.

Archeologia, arte e natura in un itinerario ricco di emozioni e scoperte nella Sicilia Sud-orientale. La solare Siracusa, i capolavori del barocco di Noto e di Ragusa Ibla, l'altopiano degli Iblei, segnato da maestosi canyon, le spiagge dorate di Fontane Bianche e dell'Oasi di Vendicari con i suoi stagni popolati da oltre 200 specie di uccelli migratori e stanziali. L'incontro con la cultura contadina nel paese-museo di Buscemi, e con la ricca e varia cucina locale arricchiscono e completano il viaggio.

Percorsi: Siracusa – Sortino – Avola – Cassibile – Noto – Vendicari.

Ritrovo: stazione di Siracusa ore 12,00.

Quota: € 800,00. Comprende: mezza pensione, trasferimenti, guida locale, entrate ai siti. Non comprende: viaggio a/r.

**DA GIOVEDÌ 30 DICEMBRE
A GIOVEDÌ 6 GENNAIO**

SAHARA SAHARA TUNISIA

Viaggio Trek con bagaglio trasportato di 8 giorni

Escursioni: facile/medio, adattamento al soggiorno in tenda, 5/6 ore.

Dall'aeroporto di Djerba, in fuoristrada, ci sposteremo a sud nella cittadina di Tataouine di cui visiteremo il tipico mercato. Il trek si svolge tra le grandi dune di sabbia del Grand Erg Orientale nel Sud della Tunisia in una zona dove arrivano solo pochi viaggiatori in fuoristrada e con esperte guide locali. Di duna in duna, di pozzo in pozzo ci immergeremo in un ambiente incontaminato tornando indietro nel tempo, fermando il tempo nelle notti sotto le stelle. Non mancheranno le soste ai tipici souk di Tataouine e Douz e al villaggio berbero di Matmata.

Percorsi: Djerba – Tataouine – Chinini - Ksar Ghilane - El Mida – Joureh – Tenbaïen – Leftaïa – Douz – Matmata – Djerba.

Ritrovo: Fiumicino ore 9,00.

Quota: € 1120,00. Comprende: volo a/r, trasferimenti, guida locale, assicurazione Elvia. Non comprende: tasse aeroportuali, mance.



**DA GIOVEDÌ 30 DICEMBRE
A GIOVEDÌ 6 GENNAIO**

CAPODANNO SUL POLLINO BASILICATA/CALABRIA

Trek residenziale di 8 giorni

Escursioni: medie, 5/6 ore.

Nel più grande Parco Nazionale d'Europa tra lo Ionio e il Tirreno conosceremo boschi, valli, antichi paesi ricchi di storia e tradizioni, e i famosi pini loricati, relitti di un ambiente glaciale ormai scomparso. Cammineremo attraversando i boschi più estesi dell'intera Basilicata lungo sentieri e mulattiere percorsi da tempi remoti da pastori e boscaioli. Il tutto accompagnato dall'ospitalità e dalla cucina

tradizionale di antichi borghi tra i più belli d'Italia.

Percorsi: Rotonda - Piano Ruggio - Rifugio De Gasperi - Fiume Peschiera - Bosco Magnano - Torrente Raganello - Sorgente Jannace - Morano Calabro - Gole del Lao - Laino Castello - Grotta del Romito.

Ritrovo: stazione FS di Sapri ore 17,30.

Quota: € 700,00. Comprende: pensione completa, trasferimenti, guida locale. Non comprende: viaggio a/r.



**DA GIOVEDÌ 30 DICEMBRE
A DOMENICA 2 GENNAIO**

CAPODANNO IN MAREMMA TOSCANA

Trek residenziale di 4 giorni

Escursioni: facile, 4/5 ore.

Quattro giorni immersi nella magica atmosfera maremmana: i colori, i sapori e gli antichi sentieri di una zona non ancora assalita dal turismo di massa e ricca di sorprese: Pitigliano e Sovana "le città del tufo", le scogliere dell' Argentario, il Tombolo della Feniglia, stretto tra mare e laguna, le Vie Cave Etrusche ancora avvolte nel mistero e la colonia romana di Cosa, fondata nel 273 a.C. dopo la sconfitta delle città etrusche di Volsini e Vulci. Un trek che abbina i selvaggi paesaggi della Maremma insieme al fascino della storia e dell'archeologia.

Percorsi: Albinia – Pitigliano – Sovana – Argentario – Feniglia - Cosa.

Ritrovo: stazione FS di Albinia ore 16.

Quota: € 370. Comprende: mezza pensione, trasferimenti in auto, cenone di Capodanno (bevande incluse). Non comprende: viaggio a/r.



**DA GIOVEDÌ 30 DICEMBRE
A DOMENICA 2 GENNAIO**

CULTURAL TREK FIRENZE E COLLINE

Trek residenziale di 4 giorni

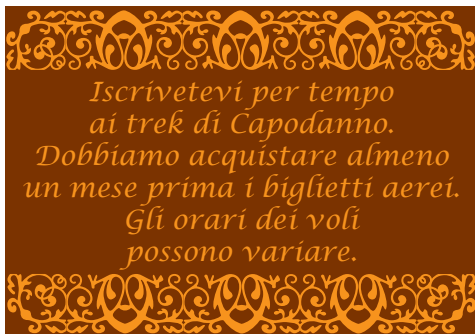
Escursione: facile, 4/5 ore.

Alla scoperta delle più suggestive colline di Firenze: Passeggiata panoramica verso Settignano, escursione per antichi sentieri devozionali e degli Dei a Montesenario e alla Badia al Buonsollazzo, discesa da Pratolino alle ville medicee fiorentine e un percorso con vedute mozzafiato di Firenze sulle colline di Bellosguardo e Arcetri. Uniremo alla piacevolezza della rievocazione di vicende umane e storiche proprie di questi luoghi anche il gusto della cucina toscana, e cene di fine anno.

Percorsi: Firenze – Settignano – Bivigliano – Montesenario – Pratolino – Castello – Bellosguardo - Arcetri.

Ritrovo: Firenze ore 10 oppure Bivigliano ore 11.

Quota: € 215. Include: mezza pensione, Cenone di Capodanno. Non include: viaggio a/r.



Gennaio 2011

DOMENICA 2 GENNAIO

L'ANELLO DI SAN SANO A GAIOLE IN CHIANTI

Escursione: Medio-facile - 5 ore - 15 Km circa - dislivello mt. 400.

Nel classico paesaggio del Chianti Senese percorreremo la bella vallata del torrente Arbia, che poi sfocia nell'Ombrone nei pressi di Buonconvento. Si incontrano località ben conservate come l'accogliente borgo di S.Sano e splendide fattorie coltivate con metodi moderni ma dove i numerosi terrazzamenti hanno valore di testimonianza storica del lavoro dell'uomo.

Percorso: Vagliagli - Podere Carpineto - Ponte sull'Arbia - S.Sano-Podere Capanno - Villa Dievole - Vagliagli

Ritrovo: ore 8,30 Porta Romana con auto proprie a Vagliagli. Rientro a Firenze ore 18,00 circa.

Accompagnatore: LUCA Falciani

DOMENICA 9 GENNAIO

MICHELANGELO SCULTORE: DA FIESOLE A SETTIGNANO

Escursione: Facile 6 ore - 15 Km circa - dislivelli di 150 mt. in salita.

Trek che muove da Fiesole per raggiungere le cave di pietra serena e quindi lungo il sentiero degli scalpellini da Maiano a Settignano per arrivare alla casa della fanciullezza di Michelangelo e da qui rientrare a Firenze

Percorso: Fiesole - Monte Ceceri - Cave di Maiano - Corbignano - Vannella - Settignano - Ponte a Mensola - Firenze

Ritrovo: Capolinea del 7 per Fiesole ore 9. Rientro a Firenze ore 17-18 circa.

Accompagnatore: LANDO Santoni



DOMENICA 16 GENNAIO

DA SAN GIMIGNANO A GRACCIANO (XII Tappa Via Francigena)



Escursione: Media - 5-6 ore - 20 Km circa - dislivello 300 mt. in salita e 500 in discesa.

Usciti da San Gimignano una strada panoramica ci consente, guardando indietro, di ammirare il bel profilo di questa eccezionale città. Il trek prosegue in un continuo saliscendi superando diversi torrentelli in un paesaggio verdissimo che si apre spesso sul fondovalle e che rievoca ambienti medioevali. E circa a metà dell'escursione ecco apparire la bellissima Badia a Coneo, romanticamente sparsa nella silenziosa campagna, da dove si erge con la sua antica architettura.

Percorso: San Gimignano - Monte Oliveto - Montarone - Badia a Coneo - Timignano - Quartana - Gracciano

Ritrovo: Piazza Libertà ore 8,00 - Porta Romana ore 8,30 con bus privato a San Gimignano. Rientro previsto a Firenze ore 18-19.

Quota: €20,00 - Prenotare entro mercoledì 12 Gennaio.

Accompagnatore: MASSIMO Tassi

DOMENICA 23 GENNAIO

LE COLLINE DI PONTASSIEVE

Escursione: media; 6 ore; km. 16; dislivello 300 mt. in salita e in discesa.

Dalla bella Pieve di Remole di origine medioevale, si raggiunge il sentiero che sale alla villa Martelli di Gricigliano e quindi la massima altitudine della giornata al Monte Loro. Da qui splendida visuale sulla valle dell'Arno e sui monti del Pratomagno. Si scende quindi per vasti vigneti intervallati da casolari ristrutturati e da lussuose aziende agricole.

Percorso: Le Sieci – Gricigliano - Monte Loro - Molin del Piano - Le Sieci.

Ritrovo: ore 8.00 piazza della Libertà con auto proprie alle Sieci. Rientro a Firenze ore 18 circa.

Accompagnatore: SILVANO E AMELIA

DOMENICA 23 GENNAIO

ANELLO DEL LAGO NERO

Con racchette da neve

(per i primi iscritti possibilità di prenderle in sede)



Escursione: media; 5 ore; km. 8; dislivello 500 metri.

Classica ciaspolata nella splendida valle del Sestaione. Si sale per bosco dove predomina il tipico abete rosso che lascia poi il posto al pino mugo. La vegetazione diminuisce sempre più fino a giungere all'ampio pianoro della conca glaciale del Lago Nero da dove la vista spazia dal Corno alle Scale fino al Cimone. Il ritorno avviene per la dimessa pista da sci denominata "Rossa".

Percorso: Parcheggio del Sestaione - Torrente Sestaione - sentiero 102 - Lago Nero - sentiero 100 - Pista Rossa - Parcheggio del Sestaione.

Ritrovo: ore 7,00 Mercato di Novoli con auto proprie al parcheggio del Sestaione. Rientro a Firenze ore 18 circa.

Accompagnatore: ALESSANDRO Falorni

DOMENICA 30 GENNAIO

ANELLO DI PIAN DEL LAGO



Escursione: medio-facile; 5-6 ore; km. 15; dislivello 400 mt.

L'itinerario si sviluppa sui sentieri del Montemaggio che sorge tra la Val d'Elsa e Siena. Tratti di questo trek percorrono antichi tracciati di vie medioevali che costituivano delle alternative

alla Via Francigena tradizionale. Lungo il percorso troveremo molte testimonianze romaniche sia di chiese che di costruzioni e spesso potremo godere di belle viste sulle torri di Siena e sulla campagna ed i boschi circostanti.

Percorso: Riciano – Fungaia - Casa Alteri – Montemaggio - Colle Ciupi – Riciano.

Ritrovo: Piazza Libertà ore 8,00 - Porta Romana ore 8,30 con bus privato a Riciano. Rientro previsto a Firenze ore 18-19.

Quota: €20,00 – Prenotare entro mercoledì 26 Gennaio.

Accompagnatore: VITTORIO Stiacchi

DOMENICA 6 FEBBRAIO

DA GRACCIANO A

MONTERIGGIONI

(XIII Tappa Via Francigena)



Escursione: Medio-facile - 4-5 ore – 15 Km circa – dislivello 250 mt. in salita e 200 in discesa.

Altra tappa di eccezionale rilievo per i luoghi storici che incontriamo. Dopo un bellissimo tratto di pianura segnato dai colori e dalle geometrie dei campi ecco l'antico borgo di Strove da dove è già in vista in lontananza Monteriggioni. A seguire Castel Petraia, nato come castello e poi trasformato in villa, e quindi l'importante complesso di Badia a Isola. E per finire il borgo medioevale di Monteriggioni costruito dai senesi nel 1200.

Percorso: Gracciano – Strove - Castel Petraia - Badia a Isola - Monteriggioni.

Ritrovo: Piazza Libertà ore 8,00 - Porta Romana ore 8,30 con bus privato a Gracciano. Rientro previsto a Firenze ore 18-19.

Quota: € 20,00 – Prenotare entro mercoledì 2 Febbraio.

Accompagnatore: MASSIMO Tassi



DOMENICA 6 FEBBRAIO

DALL'ABETONE AL LIBRO APERTO

Con racchette da neve

(i primi iscritti possono ritirarle in sede)



Escursione: media 5/6 ore – dislivello 500 mt. in salita e in discesa.

Ciaspolata classica sul versante sud della montagna simbolo dell'Abetone. Dopo un primo tratto nel bosco di strada forestale con pendenza contenuta si giunge alla Foce della Verginetta. Da qui la salita diventa più impegnativa ma la fatica viene ampiamente ripagata dai panorami che si fanno sempre più ampi.

Percorso: Abetone – Monte Maiori – Foce della Verginetta – Vallone del Libro Aperto – Abetone.

Ritrovo: Mercato di Novoli ore 7,00 con auto proprie all'Abetone. Rientro ore 19/20.

Accompagnatore: ALESSANDRO Falorni.

TESSERAMENTO 2010

Per partecipare ai trek occorre essere soci di Trekking Italia. Iscivetevi dunque o rinnovate l'iscrizione all'Associazione.

L'importo della quota annuale è di **€ 20,00** che potete versare **in sede** o **durante i trek** o con **bollettino postale** sul conto n. **82641614**.

I nuovi soci parteciperanno gratuitamente alla loro prima escursione domenicale.

ANTEPRIMA GRANDI TREK 2011

19/2 - 26/2

Sahara Trek

5/3 - 20/3

Altopiano del Gifl Kebir

11/3 - 21/3

Ghadames e Nord dell'Akakus

1/4 - 13/4

Giordania, il paese delle meraviglie

2/4 - 9/4

Traversata da Siracusa a Ragusa

13/4 - 27/4

Iran magico

18/4 - 25/4

Pasqua n Aspromonte

19/4 - 25/4

Traversata della Basilicata

21/4 - 25/4

Pasqua all'Isola di Ponza

21/4 - 25/4

Pasqua all'Isola del Giglio

21/4 - 25/4

Pasqua all'Isola di Capraia

21/4 - 25/4

Pasqua nella terra degli Etruschi

23/4 - 1/5

Isola di Santorini

28/4 - 7/5

Itaca, l'isola di Ulisse

Chi siamo

Trekking Italia è un'associazione senza scopo di lucro, lo statuto è disponibile in sede. I trek sono accompagnati da "soci accompagnatori", che non sono guide professioniste e prestano la loro opera volontariamente.

Ogni socio può partecipare alla gestione della sede e proporsi come accompagnatore, per trek domenicali e "grandi trek".

Per qualsiasi tipo di trek è obbligatorio la prenotazione. Il pranzo si consuma al sacco, se non indicato diversamente. I programmi possono subire modifiche in casi di necessità, quando l'accompagnatore lo ritenga necessario. Nelle escursioni e nei trek con trasferimenti in auto ogni equipaggio divide le spese. Chi non guida trova posto sulle auto degli altri soci.

L'accompagnatore può non accettare soci con scarpe inadeguate al percorso del giorno o insufficientemente attrezzati. Per quanto non esplicitamente menzionato nei programmi si fa riferimento alle "condizioni generali" riportate nella scheda di iscrizione all'Associazione.

SCHEDA DI VALUTAZIONE DEI TREK

L'associazione ha elaborato una scheda di valutazione dei trek, definendo i gradi di difficoltà in modo da aiutare i soci a meglio comprendere gli itinerari proposti e a valutare la propria preparazione fisica per affrontare i trek.

	FACILE	FACILE MEDIO	MEDIO	MEDIO IMPEGNATIVO	IMPEGNATIVO	IMPEGNATIVO +
Distanza	10 km	10-15 km	15-20 km	20-25 km	+ di 25 km	
Ore cammino	4	5	4 - 6	5 - 7	+ di 7	
Dislivello salita	max 300 m	300-600 m	600-900 m	900-1200 m	+ di 1200 m	
Dislivello discesa	max 500 m	500-800 m	800-1000 m	1000-1500 m	+ di 1500 m	
Caratteristiche terreno	pianeggiante non sconnesso (strade bianche)	pianeggiante/sconnesso (es. mulattiere sentieri battuti)	sconnesso (es. sentieri tracciati con gradoni, breccia)	diversi tipi di fondo (sconnesso sdruciolevole, fangoso, innevato)	sdruciolevole, scivoloso, roccette, neve	possibilità di catene, corde, cengie, scale, passaggi su roccia
Zaino e logistica	zaino in giornata	zaino in giornata	zaino da 2/e giorni, a stella	zaino grande itinerante	itinerante con zaino in spalla; pernottamento tenda o bivacco	
Allenamento necessario e autovalutazione	per iniziare buona salute	minimo buona salute	"cammino regolarmente e ho fatto del dislivello"	"sono allenato e posso fare trek di più giorni con dislivelli"	"ho un buon allenamento, l'attrezzatura necessaria e posso affrontare condizioni impegnative"	"non soffro di vertigini e non ho timore di passaggi più complicati"

PER CONTATTARE LE ALTRE SEDI

MILANO, tel 02 8372838, fax 02 58103866 milano@trekkingitalia.org

GENOVA, tel/fax 0102471252, genova@trekkingitalia.org

TORINO, tel/fax 011 3248265, torino@trekkingitalia.org

BOLOGNA, tel 051 222788 fax 051 2965990, bologna@trekkingitalia.org

VENEZIA, tel/fax 041 924547, venezia@trekkingitalia.org

ROMA, tel 334 7873603, roma@trekkingitalia.org

TREKKING ITALIA - SEDE DELLA TOSCANA

Via dell'Oriuolo 17 – 50122 Firenze

Tel. 055 2341040 – 2340998

Fax 055 2268207

e-mail: firenze@trekkingitalia.org

www.trekkingitalia.org

www.trekkingscuola.it

Orario apertura sede

da Martedì a Venerdì ore 10-12

Martedì e Giovedì ore 17-19

Venerdì ore 16-19

*Consultate
il sito web per
avere informazioni
aggiornate*

