



CLUB
ALPINO
ITALIANO

SEZIONE DI VERONA

Commissione
Escursionismo



Gruppo Seniores Cai d'Argento

TREKKING PARCO DEI CENTO LAGHI

Dal 24 al 28 giugno 2024 (impegnativo)

Il parco regionale delle valli Cedra e del Parma, meglio noto come Parco dei Cento Laghi, occupa una importante porzione dell'Appennino Tosco Emiliano. Questo territorio nel 2015 è stato riconosciuto dall'UNESCO come riserva mondiale dell'uomo e della biosfera. Il nome si deve ai numerosi specchi lacustri lasciati dai ghiacciai delle due vallate (Cedra e Parma) e vanta una straordinaria ricchezza di ambienti: praterie di vetta, valli profonde, torbiere, boschi di faggi e conifere, rarità botaniche come piccole piante carnivore di colore viola (Pinguicola vulgaris detta erba unta). La natura, ancora ben conservata, presenta un elevato grado di biodiversità in quest'area così vasta, diventata rifugio stabile per "l'aquila reale" e per il colorato e raro anfibio "Tritone alpestre". Nel corso del nostro Trekking percorreremo alcune tratte del lunghissimo (c.a.8.000 km) e famoso **Sentiero Italia (SI)** e anche parte dell'Alta Via dei Parchi (AVP); questi sentieri corrono anche sul crinale dal quale potremo ammirare (meteo permettendo) il mar Tirreno che lambisce la costa Ligure con la vista che spazia fino alla Corsica. Questo suggestivo territorio è comunque in un ambiente d'alta quota, morfologicamente severo e caratterizzato da un susseguirsi di conche glaciali creste rocciose, lastroni levigati, praterie, ingentilito da laghetti e fioriture per buona parte dell'estate. Il trekking si svolge in 5 giorni, 3 notti in albergo molto semplice (però con una buona cucina) e 1 notte in rifugio (nello zaino consueto necessario per una notte: sacco letto, cambio biancheria, igiene personale, ecc.). I luoghi che ci ospiteranno sono decorosi ma di semplice fattura, in quanto il territorio offre poca ricettività alberghiera perchè poco antropizzato. Gli itinerari delle escursioni non presentano difficoltà alpinistiche (ferrate, corde ecc), si svolgono su sentieri classificati in grandissima parte "E" (Rif. Carta escursionistica:25.000 PARCO REGIONALE 100 LAGHI e carta C.A.I. Alto Appennino Est.), tuttavia in considerazione della complessa morfologia del territorio, la lunghezza dei percorsi ed i dislivelli da superare, **si richiede buona preparazione fisica, passo sicuro, capacità di adattamento e assenza di vertigini.**

PROGRAMMA

Il trasferimento da Verona a Valditacca (zona Appennini - circa 210 km - 3 ore) e i brevi spostamenti locali, saranno con auto proprie cercando di ottimizzare il più possibile gli equipaggi (almeno 3 per auto).

1° Lun. 24/06 - Prato Spilla - Foce Banciola - c.a 9 km, c.a 600 mt. disl.

2° Mart. 25/06 - Valditacca - Sillara - c.a 19 km, c.a 1100 mt disl.

3° Merc. 26/06 - P.sso della Colla - p.sso Guadine - c.a 13 km, c.a 850 mt disl.

4° Giov. 27/06 - Rif.Lagdei - m.te Marmagna - rif. Mariotti - c.a 9 km, c.a 900 mt disl

5° Ven. 28/06 - Rif.Mariotti - Lagdei - c.a 9 km, c.a 350 mt disl.

SI RICORDA CHE QUESTI SONO PROGRAMMI DI MASSIMA, CON POSSIBILI VARIAZIONI DA DECIDERE IN LOCO ED AL MOMENTO SULLA BASE DELLE CONDIZIONI METEO O DEGLI IMPREVISTI E DIFFICOLTA' INCONTRATE DURANTE IL PERCORSO.

Organizzatori e coordinatori:

Mantovani Lorenzo (cell. 3356369603), **Paiola Franco e Amatobene Rodolfo**

SISTEMAZIONE, COSTI E ADESIONE

SISTEMAZIONE primi tre giorni dal 24 al 26 giugno c/o l'albergo /ristorante DA RITA nell'antico paesino di Valditacca. Per il pernottamento il gruppo si dovrà dividere tra le due uniche strutture del paese (una più recente l'altra meno) , distanti tra di esse meno di 100 metri. Tutte le stanze dispongono di bagno con doccia. Le camere disponibili sono matrimoniali, doppie (letti separati), triple (letti separati). Singola di fatto solo una. La scelta per andare in una struttura o l'altra sarà dettata dalle esigenze dei partecipanti (es.coppie), dal buon senso del gruppo e dalla sorte. Il costo per i tre giorni in mezza pensione sarà di euro 195 comprensivo di: pernottamento, colazione, benvenuto dello chef, cena con due primi a scelta, secondo, dessert, acqua, vino una bottiglia ogni 4 persone. Le altre consumazioni (caffè,digestivi,birre ecc.) saranno serviti al bar e saldati al momento nel corso della giornata. Possibilità di farsi preparare un sacchetto pranzo per il trekking giornaliero al costo di 5 euro previo richiesta la sera precedente. La CAPARRA (non rimborsabile) da versare entro il 1°aprile 2024 è pari ad euro 97 (50% c.a del totale) e il saldo di euro 98 entro il 24/05/2024.

SISTEMAZIONE giorno 27/6/2024 presso il RIFUGIO CAI MARIOTTI. Il pernottamento sarà in due camerate da 6 e una da 8 posti. Doccia nel bagno comune, uno per le donne e uno per gli uomini. Per la cena è prevista una piccola carta con due primi, due secondi , un contorno e un dolce o frutta. Unica bevanda compresa è l'acqua. Il costo mezza pensione che comprende cena notte e colazione è di euro 60 per soci CAI. La CAPARRA (non rimborsabile) da versare entro il 1°aprile 2024 è pari a euro 40. Il saldo euro 20 entro il 24/05/2024 .

DISDETTE/ANNULLAMENTI : A) se sarà possibile sostituire il partecipante ,le quote caparra ed eventualmente a saldo se già avvenuto, verranno restituite trattenendo euro 30 per spese di organizzazione. B) se non sarà possibile sostituire il partecipante le quote caparra non verranno rimborsate mentre le quote a saldo saranno rimborsabili :1) Per il rifugio Mariotti nella misura di euro 20 (quota saldo) - 2)Per l'albergo Da Rita nella misura di euro 98 (quota a saldo pari al 50% c.a dell'importo dovuto) se annullamento entro 15 gg prima dell'arrivo ; nella misura di euro 49 (50%c.a del saldo dovuto) se annullamento entro 7 gg prima dell'arrivo. Successivamente non verrà rimborsato ma verrà sostituito con un voucher dell'importo del saldo (euro 98) utilizzabile entro l'anno 2024. Verrà sempre trattenuto l'importo di euro 30 per spese di organizzazione.

ISCRIZIONI E PAGAMENTI : Numero massimo partecipanti 20 (scarsa ricettività della zona) **Le iscrizioni si riceveranno il giorno venerdì 1° marzo 2024 telefonicamente** presso Lorenzo Mantovani (335 6369603) dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e dopo questo orario via email (lorenzmanto@hotmail.it). La precedenza verrà data ai soci CAI della sezione e delle sottosezioni (ogni socio può iscriverne un altro). Dal giorno successivo le iscrizioni saranno aperte a tutti gli altri soci.

REQUISITI PER L'ISCRIZIONE : risultare iscritti alla sezione CAI VERONA alla data del **1 maggio 2023** e aver partecipato ad almeno una gita impegnativa. Rimane comunque a discrezione degli organizzatori ed accompagnatori valutare ed accettare le singole iscrizioni.

Il **costo** del trekking a mezza pensione e di **euro 255** (extra esclusi). **La caparra di euro 137** (97+40) dovrà essere versata entro il **1°aprile 2024** preferibilmente con bonifico sul c.c bancario intestato a **CAI VERONA presso BANCO POPOLARE IBAN: IT26 D 05034 11750 000000003300** con causale"caparra trekkink Parco cento laghi dal 24 al 28 giugno Cognome e nome. Oppure in segreteria anche con bancomat. Il saldo di euro 118 (98+20) dovrà essere versato entro il 24 maggio 2024.

Organizzatori e coordinatori : **Mantovani Lorenzo** (CELL.3356369603) **Paiola Franco e Amatobene Rodolfo**

Per partecipare all'escursione è necessario essere soci CAI con tessera valida. Chi non è in regola si deve ritenere escluso dalla gita. La partecipazione alle escursioni implica la lettura delle locandine: i partecipanti confermano di essere stati puntualmente informati sulle caratteristiche dell'itinerario da percorrere e sul livello di difficoltà tecniche del percorso; di essere a conoscenza dei rischi oggettivi connessi all'attività in montagna e di assumerli a proprio carico; di non avere alcuna patologia che possa impedire o compromettere il buon andamento dell'escursione o mettere a rischio la propria incolumità o quella di altri partecipanti. Coloro che si allontanano dal percorso programmato senza l'autorizzazione degli accompagnatori devono ritenersi esclusi dal gruppo e lo fanno a loro rischio e pericolo.