



**CLUB
ALPINO
ITALIANO**

SEZIONE DI VERONA



**Commissione
Escursionismo**



Gruppo Seniores Cai d'Argento

GIOVEDI' 21 AGOSTO 2025 (*tradizionale*)

PINETA SPERANE – LUMINI

Per raggiungere il parcheggio di via Pineta Sperane, una volta arrivati all'hotel Miralago a san Zeno di Montagna, si prende sulla destra, si prosegue per circa 1,5 km e si arriva davanti al Jungle Adventure Park.

Da qui parte la nostra gita ad anello sul sentiero S20 che ci porta all'interno della Pineta Sperane, per poi arrivare in località Sperane. Si prosegue in saliscendi su strada forestale S30 che, girando intorno al monte Belpo, ci conduce in prossimità di lumini, dove pranziamo presso l'agriturismo Ca' Longa (prezzo concordato o al sacco). Dopo il pranzo affrontiamo una leggera salita sul sentiero S32 che si trova in centro a Lumini, incrociamo il sentiero S31 che ci porta in località Sperane. infine, per il sentiero S22 all'interno della pineta arriviamo al parcheggio.

Avvertenze importanti

- **PRENOTAZIONE:** Obbligatoria, sul sito web CAI Seniores entro le ore 17 del giorno precedente l'escursione ; in caso di necessità telefonare al capogita entro tale orario.
- **CARPOOLING:** ore **8.45** – **LOCALITA'** Lungadige Attiraglio
- **RADUNO:** ore **9.45** – **LOCALITA'** via Pineta Sperane a San Zeno di Montagna
- **DIFFICOLTA':** E **DISLIVELLO TOTALE:** 300 m **LUNGHEZZA:** 10.5 km
- **TEMPO DI PERCORRENZA PREVISTO:** 4 ore (escluse soste)
- **KM: 40+40 in auto**
- **EQUIPAGGIAMENTO RICHIESTO:** pedule (preferibilmente alte alla caviglia) munite di suola adeguata tipo VIBRAM, consigliati i bastoncini (utili alla progressione sia in salita sia in discesa); vestiario adeguato alla quota e alla stagione; protezioni antipioggia/antifreddo, provviste di acqua e generi di conforto
- **PRANZO:** ristorante / o al sacco

Accompagnatori: Giuseppe Farinati 3478174153 – Turco Pier Andrea 3491470351

Si richiede cortesemente ai soci che risultassero in LISTA DI ATTESA di verificare, fino al Mercoledì precedente, l'eventuale proprio inserimento tra gli iscritti alla gita al fine di evitare spiacevoli disguidi (esclusione di altri in lista d'attesa e/o pagamento quota pullman).

Per partecipare all'escursione è necessario essere soci CAI con tessera valida.

Coloro che non lo sono devono fornire i dati personali, entro le **19.00 del martedì** precedente la gita, alla Segreteria CAI – tel. 045 8030555 per la procedura del caso. 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.