



CLUB ALPINO ITALIANO sez. LECCO

Sottosezione "Strada Storta"

Via Rovereto, 2 – 23900 LECCO – Tel./Fax, 0341-250423



WEEKEND ALPI APUANE

SABATO 28 E DOMENICA 29 GIUGNO 2025

ORARIO DI RITROVO E PARTENZA: Partenza ore 6.15 presso il parcheggio Ezio Galli via Fiandra, 15 Lecco – con mezzi propri.

SABATO: PUNTO DI PARTENZA: Pruno (LU) [468m] - **PUNTO DI ARRIVO:** Rifugio Giuseppe del Freo [1180m]

DOMENICA: PUNTO DI PARTENZA: Rifugio del Freo [1180m] - **PUNTO DI ARRIVO:** Pania della Croce [1859m]

DISLIVELLO: +712 m, +679m **TEMPO TOTALE:** 2 ore e 20 (sabato) - 6 ore e 30 (domenica) **DIFFICOLTA':** E / EE

MATERIALE NECESSARIO: Normale dotazione per escursione media montagna – Pranzo al sacco (per il sabato) – Sacco lenzuolo, ciabatte e asciugamano personale.

La quota comprende:

- 1 notte in mezza pensione presso rifugio del Freo - C.A.I. Viareggio
- Cena del sabato (*bevande escluse*) e colazione della domenica

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: *Adulti:* 45,00€ (SOCI CAI)

55,00€ (NON SOCI CAI) – comprensivo di assicurazione

Prenotazione obbligatoria presso la sede o tramite email (info@stradastorta.it) con versamento caparra € 20,00 a persona (da effettuare anche tramite bonifico bancario) entro mercoledì 18 giugno 2025.

PROGRAMMA:

Sabato Da Lecco si percorre l'autostrada della Cisa (uscita Versilia), si segue poi le indicazioni per Castelnuovo in Garfagnana; giunti alla frazione di Iacco svoltiamo a destra seguendo le indicazioni per Pruno da dove parte il nostro itinerario.

Imbocchiamo il sentiero 122, salendo lungo delle scale che conducono a un antico lavatoio; il percorso tutto in salita è caratterizzato da boschi di castagni, alpeggi e mulattiere che costeggiano alcune case in pietra.

La salita è impegnativa fino al Passo dell'Alpino (1080 m) dal quale si può osservare le cave del Corchia, i paesi di Levigliani e Terrinca e la costa Tirrenica. L'ultimo tratto di salita è una passeggiata volta al sole per circa 20 minuti con una splendida vista sulla regina delle apuane il "Pania della Croce" che ci conduce fino al rifugio del Freo dove pernottiamo.

TEMPO DI PERCORRENZA: 2,30 ore (al rifugio del Freo) – **DISLIVELLO:** +712 m (circa)



Rifugio Giuseppe del Freo - Foto di Musica sulle Apuane (<https://www.musicasulleapuane.it/2019/03/18/venerdi-5-luglio-rifugio-orto-di-donna/>)

Si ricorda che tutte le escursioni CAI "STRADA STORTA" sono riservate ad escursionisti aventi esperienza di montagna adeguate alle caratteristiche e difficoltà del percorso descritto, dotati di idoneo equipaggiamento, in buone condizioni di salute e che si impegnano, durante le escursioni a rispettare un adeguato codice comportamentale. Ciascuno deve fare affidamento sulle proprie autonome capacità fisiche e tecniche, perché non è prevista la presenza di accompagnatori. I consiglieri del CAI "STRADA STORTA" presenti curano solo il buon andamento degli aspetti logistico-organizzativi.

L'organizzazione si riserva il diritto di modificare l'itinerario in caso di non ottimali condizioni meteorologiche.



CLUB ALPINO ITALIANO sez. LECCO

Sottosezione "Strada Storta"

Via Rovereto, 2 – 23900 LECCO – Tel./Fax, 0341-250423



WEEKEND ALPI APUANE

Domenica - Dal rifugio del Freo al Pania della Croce (1859 m).

A pochi minuti dal rifugio seguiamo il sentiero n. 126, un tratto aperto che sale leggermente molto panoramico sul massiccio del Pania della Croce. Proseguiamo in salita per circa 45 minuti giungendo a una piazzola dell'elicottero presso le Gorfigliette, punto panoramico sulla costa. Continuiamo su un tratto roccioso e dopo un'ora di cammino giungiamo a un primo colletto panoramico che precede il pizzo delle Saette. Seguiamo la traccia di destra, nel versante verso mare, salendo al colle della Pania oppure si segue un sentiero più basso che ci conduce alla cima dove è posta una croce di ferro alta alcuni metri. Da qui possiamo ammirare il panorama su tutte le Apuane, sul mare e sul golfo della Spezia e sull'Appennino.

Per il rientro seguiamo lo stesso itinerario dell'andata passando per il rifugio del Freo per continuare verso Pruno.

TEMPO DI PERCORRENZA: 2,5 ore (solo salita) 4 ore (solo discesa dalla cima del Pania della Croce al parcheggio di Pruno) – **DISLIVELLO:** +679 m (circa)



Pania della Croce - Foto di CAI Arezzo (<https://www.caiarezzo.it/uscite/14-ottobre-2018-alpi-apuane-pania-della-croce>)

Per informazioni ed iscrizioni:



In Sede: In via Rovereto 2 a Lecco, il Venerdì sera dalle 21 alle 22:30.



Al telefono: Durante gli orari di apertura allo 0341/250423



Via mail: info@stradastorta.it

Si ricorda che tutte le escursioni CAI "STRADA STORTA" sono riservate ad escursionisti aventi esperienza di montagna adeguate alle caratteristiche e difficoltà del percorso descritto, dotati di idoneo equipaggiamento, in buone condizioni di salute e che si impegnano, durante le escursioni a rispettare un adeguato codice comportamentale. Ciascuno deve fare affidamento sulle proprie autonome capacità fisiche e tecniche, perché non è prevista la presenza di accompagnatori. I consiglieri del CAI "STRADA STORTA" presenti curano solo il buon andamento degli aspetti logistico-organizzativi. L'organizzazione si riserva il diritto di modificare l'itinerario in caso di non ottimali condizioni meteorologiche.