



C.A.I. CLUB ALPINO ITALIANO
sezione M. Fantin - Bologna
via Stalingrado, 105 -
tel/fax 051 23.48.56
Gruppo CicloCAI

C.A.I. CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione ULE Genova
Vico Carmagnola, 7/5 Genova
tel. 010 565564
Gruppo CicloAlp



21-22 maggio 2016

I COLORI DELLA PRIMAVERA NELLE FORESTE CASENTINESI



Un'occasione per vedere lo spettacolo del bosco nei suoi colori primaverili, un immenso mare verde punteggiato dal bianco dei fiori del prugno, il giallo del maggiociondolo, il rosa dei ciliegi selvatici, il tutto in un caleidoscopio di colori come solo la natura sa offrire....

INTERSEZIONALE CAI BOLOGNA e CAI ULE GENOVA



Si tratta di un'escursione itinerante di due giorni con bagagli al seguito, studiata in modo da offrire due percorsi paralleli ma che spesso si incrociano: uno è esclusivamente su sentiero che richiede un po' di capacità tecniche mentre l'altro è su sterrato che richiede essenzialmente buona gamba.

Sarà l'occasione per provare a pedalare e spingere nel cuore del bosco, senza difficoltà tecniche vere e proprie ma su sentieri comunque di un certo impegno sempre con l'opportunità di ricongiungersi con il gruppo che va su sterrato.

Percorso 1° giorno: La partenza è per tutti da **Corniolo** e da lì su asfalto saliremo insieme al Passo della Calla, 14 km per circa 1 ora di pedalata. A Campigna esiste la possibilità di salire al Passo tramite un sentiero ma valuteremo sul posto la convenienza in funzione dell'orario.

Dal passo faremo l'unico sentiero in comune (CAI 00), facile ma con brevi tratti a spinta, che percorre uno dei più bei crinali del Casentino costeggiando la foresta integrale di Sasso Fratino (**vedi nota 1**).

Scenderemo poi all'Eremo di Camaldoli. Fondato mille anni fa da San Romualdo, monaco benedettino ed eremita (1027), il Sacro Eremo e il Monastero di Camaldoli è immerso in una suggestiva foresta, in uno scenario di straordinaria bellezza che infonde quiete e dilata lo spirito.

Dall'Eremo inizierà il doppio percorso: un gruppo proseguirà su asfalto fino a Badia Prataglia e l'altro farà altrettanto ma su sentiero, che taglia diverse volte la strada e quindi può essere l'occasione buona per provare un po' di bikewildness.

A Badia Prataglia soggiureremo al Rifugio Carbonile (<http://www.parks.it/ost/locanda.carbonile/>)

Rifugio con ottima cucina locale, ambiente spartano dotato di camerate; adatto per gruppi rustici, come noi... ☺

Percorso 2° giorno: Al mattino partiremo tutti assieme dal rifugio percorrendo la statale che porta al Passo dei Mandrioli; dopo pochi km abbandoneremo il bitume in località Cancellino, da qui seguiremo il tracciato di una ex ferrovia decauville che agli inizi del secolo scorso serviva a trasportare legname, ma anche i manufatti in cristallo.

Al passo dei Lupatti (m.1169) il gruppo si dividerà; alcuni devieranno per il sentiero Cai 00 e poi CAI 207 e 223 che presenta alcuni tratti a spinta ma in una foresta di faggi da incanto, gli altri proseguiranno per la sterrata (18 km) per poi ritrovarci tutti alla piana della Lama Alt 694 (**vedi nota 2**)

Da qui inizierà la parte più faticosa; risaliremo tutti assieme la lunga sterrata che costeggia la foresta integrale di Sasso Fratino. La stradetta viaggia molto in piano e solo alla fine si impetterà terminando nell'amenità localita di San Paolo in Alpe (Alt 1009 m), abitato contadino completamente abbandonato, uno dei luoghi più affascinanti dell'area protetta, in cui è facile avvistare animali selvatici (daini, cinghiali, cervi, caprioli ecc.) che pascolano nei prati.

Visitati i pochi ruderi, ci divideremo di nuovo: un gruppo scenderà per sentiero tecnico (CAI 255) di 3km e 350m di dislivello oppure il CAI 257, 5,5 km e 550m di dislivello, mentre l'altro tornerà brevemente indietro per scendere su strada bianca per 7 km. Ci incontreremo di nuovo tutti sul ponte che attraversa il Bidente. Da lì tutti assieme con un ultimo sforzo raggiungiamo la statale e in un paio di km rientriamo a Corniolo.

DATI TECNICI

LUNGHEZZA: 1° giorno circa 37 km; 2° giorno circa 35 km (chi va per sterrato sono circa 40 km);

DISLIVELLO: 1° giorno circa 1500m; 2° giorno circa 1650m;

QUOTA DI PARTENZA: 586 mt; **QUOTA MAX RAGGIUNTA:** 1500mt;

GRADO DI PERCORRIBILITA': Strada bianca – sentieri con tratti tecnici – strada asfaltata e alcuni tratti (breve) di bici a spinta; **DIFFICOLTA':** su sentiero **MC /BC**, su sterrato tutto **MC**

CARTOGRAFIA: Carta del Parco nazionale delle Foreste Casentinesi; oppure la guida "in bici nel parco" edito dal Parco nazionale delle Foreste Casentinesi.

COSTO DEL RIFUGIO EURO 30/35,00 circa – con trattamento di mezza pensione, bevande escluse (da gestirsi in cassa comune); (**PORTARE SACCO LENZUOLO E ASCIUGAMANO**)

RITROVO: ore 08,00 a Corniolo, nel piccolo parcheggio vicino al Forno

Costo gita euro 2,00 solo SOCI CAI (a fondo manutenzione sentieristica)

entro MERCOLEDI' 11/05/2016 – NUMERO max 20 PARTECIPANTI

**Accompagna: ALBERTO MONZALI - AE-C - (347-0021594; halverman@libero.it)
e FABRIZIO ACANFORA - AE-C - (333-6001169; fabrizio.acanfora@libero.it)**

* **E' fatto obbligo a tutti i partecipanti di indossare il casco** e portare camere d'aria di scorta e kit di riparazione ed attrezzatura per piccoli guasti alla propria bici * Il percorso potrebbe subire variazioni ad insindacabile giudizio dei direttori di gita * Portare lucchetto per bicicletta * L'accettazione dei partecipanti è ad insindacabile giudizio dei direttori di gita.

Scala difficoltà dei percorsi MTB in conformità alle indicazioni del C.A.I. (commissione nazionale)	
La difficoltà viene espressa con una sigla per la salita e una per la discesa, separate da una barra (/). Alle sigle può essere aggiunto il segno +, se sono presenti tratti significativi con pendenze sostenute. (Per "sconnesso" si intende un fondo non compatto e cosparso di detriti; si considera "irregolare" un terreno non scorrevole segnato da solchi, gradini e/o avvallamenti)	
MC/MC	(media capacità tecnica) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole
BC/BC	(buone capacità tecnica) percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare con qualche ostacolo naturale tipo gradini di roccia o radici.

La partecipazione alla gita comporta la conoscenza integrale e l'accettazione del presente programma oltre che del Regolamento Sezionale del Gruppo Cicloescursionismo, pubblicato sul sito www.ciclocai.caibo.it

1) Riserva di Sasso Fratino

Nel 1959 il primo nucleo di circa 110 ettari viene precluso al libero accesso e ad ogni forma di intervento è la prima Riserva integrale istituita in Italia secondo la classificazione dell'U.I.C.N. (Unione Internazionale Conservazione della Natura). La protezione della natura è quindi concepita nella sua totalità: specie vegetali e animali, rocce, suolo, acque, atmosfera locale. Il 23 settembre 1985 la riserva di Sasso Fratino è stata insignita del Diploma Europeo.

2) La Lama

Come dice il toponimo è una vasta piana in cui serpeggiano diversi torrenti, è nel cuore del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi, un prato (699 mt) verso cui precipita da Monte Penna (1333 mt s.l.m.) la bastionata dell'Appennino toscoromagnolo disegnando un paesaggio di boschi dirupati, di forre e scogliere in contrasto con l'amenità della piccola pianura dove scorrono placidi fossi. Ai margini di essa, posta al centro di una foresta bellissima e varia, c'è una stazione forestale attorno a cui si possono ammirare anche piante esotiche di dimensioni eccezionali, come pure un inusuale biancospino di circa 300 anni. Da una collina, accanto ad una chiesetta si riesce ad intravedere l'invaso artificiale di Ridracoli che ha modificato il paesaggio con un inserimento naturale: un ramo del lago si insinua fino a lambire la foresta, offrendo una delle visioni più suggestive dell'Appennino. Per giungere a questa meta unica occorre faticare poiché è proibito il transito ad auto e moto: quindi vi si può giungere soltanto in mountain bike seguendo una lunga pista forestale (20 km) che si distacca dalla ex SS. 71 di Passo dei Mandrioli, in località Cancellino, e segue il tracciato di una ferrovia decauville che agli inizi del secolo scorso serviva a trasportare legname