

SALIDA A LA TOSCANA (ITALIA)

APENINOS, ALPES APUANOS Y PARQUE CINQUE TERRE

Del 17 al 30 de agosto de 2014

Los Apeninos son la cadena montañosa que recorre Italia de norte a sur, a lo largo de 1.400 km. El tramo que transcurre al norte de Italia entre las Regiones de Toscana y Emilia Romagna es, por su belleza, un destino único para la práctica del montañismo; un territorio donde la historia y la tradición italiana se hacen presentes en pequeños pueblos que emergen desde los rincones más bellos de la montaña.

Situada en paralelo a los Apeninos septentrionales, los Alpes Apuanos son una cadena montañosa que pertenece al subapenino; se extiende desde la región de Liguria en dirección sureste hacia el "apenino tosko-emiliano", división natural de la Toscana y Emilia-romagna, abarcando las comarcas de la Garfagnana y Lunigiana. Los Apuanos se diferencian de los Apeninos por sus paredes rocosas con inclinaciones verticales bastante pronunciadas que son características de los Alpes.

Las "cinco tierras" (cinque terre) es una de las más hermosas zonas naturales del Mediterráneo. Se trata de una pequeña porción de costa de poco más de 10 de kilómetros situada en la provincia de La Spezia (región italiana de Liguria). En el año 1997 la UNESCO incluyó las Cinco Tierras en la lista "WORLD HERITAGE LIST" (patrimonio mundial de la humanidad) considerándolo como uno de los lugares naturales más hermosos del planeta. A lo largo de este espacio protegido discurren decenas de acantilados que se yerguen sobre un mar cristalino. Sólo cinco pequeños pueblos pesqueros interrumpen la sucesión de verde a lo largo de los acantilados: **Monterosso, Vernazza, Corniglia, Manarola y Riomaggiore**. Estos cinco pueblecitos, cuyas casas de colores se agolpan asomadas al mar, distan entre sí apenas unos kilómetros y están comunicados por senderos o por la vía del tren que los recorre a lo largo del día.

Domingo 17 de agosto: Salida vuelo a las 07:45 h. Aeropuerto Madrid/Barajas (Terminal 2) con destino Milán / Malpensa. (Vuelo UX-1065)

Llegada al aeropuerto y traslado al Hotel Bellavista en Abetone. Día libre.

Lunes 18 de agosto: **LIBRO APERTO**

Abetone (1.388 m.) –Serre delle Motte- **Libro perto** (1.937 m.) –**Monte Lagoni** (1.962 m.)-Bellagamba -**Abetone**

↑ 700m. ↓ 700 m. Tiempo: 6 h.

Martes 19 de agosto: **ALPE TRE POTENZE**



Alternativa A: **Abetone**- Val di Luce - Passo di Annibal - Foce Giovo - Femmina Morta - **Alpe Tre Potenze** (1.940 m.) - Passo de la Vecchia - Rif. Gomito – Selleta -**Abetone**

↑ 700m. ↓ 800 m. Tiempo: 6-7 h.

Alternativa B: **Val di Luce** (1.512 m.) - Femmina Morta - **Alpe Tre Potenze** (1.940 m.) - Passo de la Vecchia - Rif. Gomito – Selleta -**Abetone**

↑ 500 m. ↓ 600 m. Tiempo: 5 h.

Miércoles 20 de agosto: **LAGO SANTO Y RONDINAIO**

Alternativa A: **Lago Santo** (1.500 m.) - Foce di Giovo - Lago Torbido – Lago Turchino – **Lago Rondinaio** (1.964m.) - **Monte Giovo** (1.991m.) - Colle Bruciata - Passo Boccaia - **Lago Santo**

↑ 750m. ↓ 750 m. Tiempo: 6 h.

Alternativa B: **Lago Santo**- Foce di Giovo - Lago Torbido– Lago Turchino – Rondinaio - Grotta Rossa -**Lago Santo**

↑ 600 m. ↓ 600 m. Tiempo: 4:30 h.

Traslado al Hotel La Lanterna en Castelnuovo di Garfagnana en régimen de media pensión.

SALIDA A LA TOSCANA ITALIA

Jueves 21 de agosto: PANNIA DI CORFINO

Rifugio Isera (1.208 m.) - Pannia di Corfino (1.603 m.) – Pruno – Corfino (836 m.)

↑ 500 m. ↓ 800 m. Tiempo: 6 h.

Viernes 22 de agosto: VIA VANDELLI

Alternativa A: Resceto (495 m.) - Severella – Cave Cruz (1.526 m.)- Cassone (1.562 m.) – Rif. Conti- Via Vandelli-Resceto

↑ 1.100m. ↓ 1.100 m. Tiempo: 7 h.

Alternativa B: Resceto - Severella – Canale Piastriccioni – Rif. Conti (1.490 m.)-Via Vandelli-Resceto

↑ 950 m. ↓ 950 m. Tiempo: 6 h.

Sábado 23 de agosto: TURISMO PISA Y LUCCA

Visita turística a Pisa y Lucca

Domingo 24 de agosto: MONTE PRADO

Alternativa A: Il casone di Profecchia (1.314 m.) - Passo Bocca di Massa - M. Vecchio (1.980 m.) - Monte Prado (2.054 m.) - M.Vecchio - Bocca di Scala – Campaiana (1.350 m.)

↑ 900m. ↓ 900 m. Tiempo: 7 h.

Alternativa B: Il casone di Profecchia - Passo Bocca di Massa - M. Vecchio - Bocca di Scala – Campaiana

↑ 700 m. ↓ 700 m. Tiempo: 6 h.

Lunes 25 de agosto: MONTE FORATO



Todos: Forno Volasco (480 m.) - Focce di Valli - Monte Forato (1.223 m.) - Foce di Petrisiana – Forno Volasco

↑ 800 m. ↓ 800 m. Tiempo 5:30 h.

Visita turística a la Grotta del Vento (entre 1- 2 horas)

Martes 26 de agosto: PANNIA DELLA CROCE

Alternativa A: Passo di Croce (1.160 m.) - Passo di Fociomboli (1.260 m.)- Foce di Mosceta - Pania della Croce (1.858 m.) - Foce di Valli – Cardoso (420 m.)

↑ 900 m. ↓ 1.500 m. Tiempo: 7:30 h.

Alternativa B: Passo di Croce - Passo di Fociomboli – Puntato- Foce di Mosceta - Rif.la Fanla – Cardoso

↑ 450 m. ↓ 800 m. Tiempo: 6 h.

SALIDA A LA TOSCANA ITALIA

Miércoles 27 de agosto: MONTE SUMBRA

Alternativa A: Isola Santa (550 m.) - Capanne di Careggine - Colle delle Capane (1.430 m.) - **Monte Sumbra** (1.765 m.) - Maesta del Trebio - **Vagli di Soto** (600 m.)

↑ 1.230 m. ↓ 1.190 m. Tiempo: 7 h.

Alternativa B: Isola Santa - Capanne di Careggine - **Colle delle Capane** – Maesta Trebio - **Vagli di Soto**

↑ 900 m. ↓ 860 m. Tiempo: 6 h.

Jueves 28 de agosto: TRAVESIA COLLONATA- VINCA

Collonata (532 m.) – Vergheto - Foce Luccida (1029m) - Foce di Vinca (1.304 m.) - **Monte Rasori** (1.422 m.) - Rif.Capanna – **Vinca** (800 m.)

↑ 900 m. ↓ 600 m. Tiempo: 6 h.

Traslado a **La Spezia**. Alojamiento en **Hotel NH**. Cena en Hotel.

Viernes 29 de agosto: PARQUE DE CINQUE TERRE

Desayuno en Hotel NH.

Día libre para visitar el **Parque de Cinque Terre**.

Sábado 30 de agosto:

Desayuno en Hotel NH.

Traslado al aeropuerto de Milán / Malpensa. Salida vuelo a las 18:00 h. (UX-1062) con destino Aeropuerto Madrid-Barajas Terminal 2 (llegada a las 20:20 h.)



SALIDA A LA TOSCANA ITALIA

CARTOGRAFÍA	<p>Appenino Regiano Lunigiana – Garfagnana. Edizioni Multigraphic 1/25.000</p> <p>Apennino Modense e Pistoiese. Edizioni Multigraphic 1/25.000</p> <p>Alpi Apuane. Edizioni Multigraphic 1/25.000</p>
FECHAS	<p>Apertura apunte: Socios: 27-05-2014 No Socios: 03-06-2014</p> <p>Cierre apunte: 03-07-2014.</p>
PRECIOS	<p>Socios : 1.695 € No Socios : 1.795 €</p> <p>EL PRECIO INCLUYE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Billete de avión Madrid/Milán/Madrid, tasas aeropuerto y transportes en autobús durante todo el programa excepto en el Parque de Cinque Terre. • Media pensión en los Hoteles Bellavista y La Lanterna. La cena incluye tres platos, ½ l de agua mineral y ¼ l de vino. • Desayunos y cena del día 28 de Agosto en el Hotel NH de La Spezia • Tasas del municipio de La Spezia • Dos guías profesionales durante todas las actividades de montaña • Seguro <p>EL PRECIO NO INCLUYE:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bebidas no especificadas en apartado INCLUYE • Billete de tren en el Parque de Cinque Terre • Cena del día 29 de Agosto en el Hotel NH de La Spezia • Entradas a museos, monumentos y parques naturales • Propinas • Cualquier otro concepto no especificado en el apartado INCLUYE
INFO HOTELES	<p>www.abetonebellavista.it, www.lalanterna.eu, www.nh-hotels.com</p>
FORMA DE PAGO	<p>El pago se hará en 2 plazos: día del apunte (40%) y antes 15 de Julio (60%).</p> <p>PRIMER PLAZO. El primer día de apunte, en la sede del club mediante cheque nominativo o a posteriori por transferencia bancaria. A partir del segundo día, igual que el primero o mediante llamada telefónica para confirmar plaza disponible y realización de transferencia al día siguiente.</p> <p>SEGUNDO PLAZO. En la sede del club o mediante transferencia.</p> <p>Cuenta del Banco Santander: ES47 0049 6038 1527 1607 8301 a nombre de Agrupación Deportiva Rutas.</p> <p>Se deberá comunicar al club dicha transferencia, indicando asistentes y actividades pagadas.</p>
OBSERVACIONES	<p>Se recomienda, encarecidamente, llevar al viaje la Tarjeta Sanitaria Europea</p> <p>El club no se hace responsable de las actividades realizadas por los participantes que sean distintas de las programadas.</p> <p>Los menores de 18 años deberán asistir acompañados de un adulto de su entrono familiar.</p> <p>Este programa podrá ser alterado cuando las condiciones meteorológicas u otras causas que así lo aconsejen.</p> <p>No se admitirán más de 4 inscripciones por persona.</p>