



La sezione di Lucca del Club Alpino Italiano

La nostra sede è aperta tutti i giorni lavorativi dalle ore 19 alle ore 20, per ritrovo di soci e simpatizzanti. La segreteria è aperta negli stessi orari il Lunedì, Mercoledì, Giovedì e Venerdì.

Il **Giovedì sera** dopo le ore 21 si ritrovano in sede gli scialpinisti del gruppo "La Focolaccia".

Il **Venerdì sera** dopo le ore 21 si ritrovano in sede gli arrampicatori e gli escursionisti.

Sezione C.A.I. Lucca
Cortile F. Carrara 18 – 55100 Lucca (LU)
tel. e fax 0583.582669
segreteria@cailucca.it

www.cailucca.it

Invitiamo tutti a visitare il sito della sezione, che contiene tutte le novità relative alle nostre attività, i programmi, i link e gli indirizzi per entrare in contatto i nostri gruppi.

Corsi ed attività sezionali

Scuola di Alpinismo e Scialpinismo
Commissione Escursionismo e Sentieristica
Gruppo Speleologico Lucchese
Gruppo Scialpinistico "La Focolaccia"
Commissione Tutela Ambiente Montano

La sezione organizza corsi di escursionismo, alpinismo, scialpinismo, speleologia, tutela dell'ambiente montano.

In numerose occasioni vengono organizzate manifestazioni (**conferenze, proiezioni, mostre, dibattiti**) aperte a tutti.
Per tutte le informazioni i potete rivolgervi alla sede o visitare il nostro sito.

E' possibile inoltre partecipare alla importante attività di manutenzione e segnalazione dei sentieri **curata dalla commissione Escursionismo e Sentieristica, destinata a garantire la sicurezza e la tranquillità di tutti i frequentatori della montagna.**

Tesseramento

Il tesseramento può essere effettuato in sede in orario di apertura della segreteria.

E' inoltre possibile rinnovare la tessera ritirando il relativo bollino o richiedere l'iscrizione alla nostra Sezione rivolgendosi ai seguenti negozi in orario di apertura:

Libreria San Giusto, Piazza San Giusto;
Libreria Baroni, Via San Paolino;
Lucarotti Team, reparto Tempo Libero, Viale Carlo Del Prete

E' anche possibile effettuare il rinnovo all'associazione mediante **vaglia postale** intestato alla Sezione, o mediante **bonifico bancario** sul conto corrente intestato alla Sezione presso la Cassa di Risparmio di Lucca, Agenzia di S. Anna, coordinate bancarie ABI 6200 CAB 13709 C/C 3401685, o **versamento diretto** sul conto della sezione effettuabile gratuitamente presso qualsiasi sportello della Cassa di Risparmio di Lucca.

In questi casi il socio dovrà poi comunicare per fax (0583.582669) o per e-mail(segreteria@cailucca.it) gli estremi del versamento eseguito

Gite Sociali 2006

22 Gennaio: Colline Lucchesi (E)

Dopo le festività natalizie c'è la voglia di muoversi al tiepido sole di gennaio nei dintorni della Lucchesia. Dir. Francesca Martinelli, Rossana Seggiolini

19 Febbraio: Alpe Tre Potenze (AI)

Ascensione in splendido ambiente invernale adatta anche a coloro che si avvicinano per la prima volta all'uso di piccozza e ramponi. Dir. Massimo Dinelli, Lorenzo Storti.

26 Febbraio: Traversata dei Monti Pisani (E)

In collaborazione con il CAI di Pisa in occasione del loro 80.mo anniversario di fondazione. Dir. a cura della Commissione Escursionismo.

19 Marzo: Cinque Terre (E)

Interessante escursione da Coniglia a Vernazza, priva di difficoltà, che dal mare permette di raggiungere il M. Malpertuso 815 m, massima elevazione della zona. Dir. Mario Bianchi e Celestino Orbini.

Viaggio in treno.

26 Marzo: Alla scoperta della Controneria (E)

Da bagni di Lucca a Monti di Villa, percorrendo piacevoli sentieri nei boschi alle pendici di Prato Fiorito. Dir. Gianni Pisani, Tiziano Sordi.

2 Aprile: Speleogita

A cura del Gruppo Speleologico Lucchese

9 Aprile: Escursionismo in mountain bike a Santallago (E)

Ritrovo sui prati di Santallago, raggiungibili a piedi da Guamo o in m.b. da S. Maria del Giudice per pranzare tutti insieme. Dir. a cura della Commissione Escursionismo.

23 Aprile: Traversata Lugnano-Verruca-Certosa di Calci (E)

Passeggiando tra storia e natura si visiteranno gli scavi della Badia di S.Michele, la rocca della Verruca, il convento di Nicosia ed il museo della Certosa. Dir. Francesca Martinelli, Elena Vagli.

29 e 30 Aprile, 1 Maggio: Gole del Verdon (E-A)

Una gita di 3 giorni, adatta a escursionisti ed arrampicatori, nelle suggestive gole del Verdon, attraverso il sentiero Martel o Imbut. Dir. Marco Del Debbio.

7 Maggio: Giochi di arrampicata (A)

Una presa di contatto con la roccia e la verticalità, assistiti dagli istruttori della Scuola di Alpinismo del CAI di Lucca in una arrampicata facile e in sicurezza. Dir. Orlando Vanni.

14 Maggio: Trassilico – M. Croce – Palagnana (E)

Piacevole e divertente passeggiata nelle Apuane Meridionali, per sentieri e mulattiere che conducono ai luminosi prati del M. Croce m 1316, famosi per la fioritura primaverile delle giunchiglie. Dir. Elena Fabrizi, Pietro Lenci.

28 Maggio: Giornata Nazionale dei Sentieri (E)

Gita dimostrativa sulla manutenzione dei sentieri; sono invitati tutti gli interessati a questa importante attività del CAI a favore di tutti i frequentatori della montagna.

Dir. a cura del Gruppo Sentieristica.

2,3,4 Giugno: Traversata da Pietrasanta a Castelnuovo (E-EE)

Stupenda escursione dalla Versilia alla Garfagnana che ripercorre le antiche vie di comunicazione. Pernottamento ai rifugi F. Dei Marmi ed E. Rossi. Dir. Giovanni Del Papa, Francesca Martinelli. Viaggio in treno.

18 Giugno: Traversata Arni – M. Sumbra – Capanne di Careggine (EE)

Bella traversata per il bosco del Fatonero ed il Passo Fiocca, con salita alla vetta del Sumbra m 1784 da cui si gode uno splendido panorama sulle Apuane. Dir. Romano Di Martella, Piero Mazzoni. Viaggio in pullman.

25 Giugno: Festa d'estate in Pania al rifugio Rossi (E)

Una manifestazione che sia avvia a diventare tradizionale per incontrarsi con gli amici delle sezioni vicine e tutti gli amanti della montagna. In collaborazione con le sezioni di Barga e Castelnuovo Garfagnana.

30 Giugno, 1 e 2 Luglio: Valle di Funes, Gruppo delle Odle (T-E-EE-EEA)

Una escursione di tre giorni nel gruppo più occidentale delle Dolomiti dalla natura incontaminata ed adatto ad escursioni di tutti i tipi. Potranno essere raggiunte le cime del Sass de Putia m 2874 (EE) e del Sass Rigais m 3026 (EEA) Dir. Lorenzo Martinelli, Lorenzo Storti.

14,15,16 Luglio: Valpelline (EEA – PD)

Ascensione su facile ghiacciaio per raggiungere la vetta del M. Gele' m 3518, con bel panorama sul Grand Combin e sui ghiacciai svizzeri. In collaborazione con la sezione di Aosta. Dir. Romano Di Martella, Luigi Mazzoni. Viaggio in pullman o con mezzi propri.

27,28,29,30 Luglio: Sass Fee – Mischabel (EE-A)

In traversata da Macugnaga o con trasferimento diretto a Sass Fee e pernottamento in valle. Possibili salite al Nadelhorn m 4327, alla Lenzspitze m 4294 e all'Allalhorn m 4027. Dir. Marco Del Debbio. Viaggio in pullman o con mezzi propri.

10 Agosto: Fiaccolata in Pania

Suggestiva manifestazione notturna curata dal gestore del rifugio Rossi in occasione della notte di S. Lorenzo

20 Agosto: Orrido di Botri (Torr.)

Percorso integrale nell'Orrido attraverso la gola del torrente Fegana. Dir. Umberto Giannini

24,25,26,27 Agosto: Pale di S. Martino (E-EE-EEA-A)

Escursionismo, ferrate e arrampicate sulle montagne che hanno ispirato Dino Buzzati. In collaborazione con la sezione di Viareggio e con il supporto logistico della sezione di Primiero. Dir. Lorenzo Martinelli e collaborazione della Scuola di Alpinismo. Viaggio in pullman o mezzi propri.

8 settembre: Equi Terme – Ferrata Tordini-Galligani – Uglianaldo – Equi Terme (E-EEA)

Percorso ad anello tra Lunigiana e Garfagnana, che tramite la ferrata raggiunge Foce Siggioni m 1390 con una incomparabile vista sulla parete N del Pizzo D'Uccello. Possibile variante escursionistica. Dir. Paolo Bandiera, Enrico Di Cesare, Alessandro Pisani. Viaggio in treno.

10-17 Settembre: Settimana in Sardegna (T-E-A-Torr.)

Una settimana tra mare, montagna, torrentismo ed arrampicata nella zona del Gennargentu, Cala Gonno e Cala Luna, con pernottamento in rifugi ed alberghetti. Dir. Aldo Giovannini.

24 Settembre Casetta Pulledrari – M. Gennaio m 1814 (E)

Un suggestivo percorso nel verde dell'Appennino Pistoiese. In ambiente solitario e selvaggio. Dir. Mario Bianchi, Roberto Casini.

1 Ottobre: Penna di Lucchio (E)

Percorso ad anello intorno alla Penna di Lucchio e al M. Memorante, toccando il lago di Casoli. Intersezionale in coll. Con la sezione di Pescia. Dir. a cura del C.D.

14 o 15 Ottobre: Vallombrosa-M. Secchiata (E)

Escursione a carattere naturalistico e ambientale nella zona del Pratomagno, con visita al Museo Forestale ed all'Arboreto. In collaborazione con il C.F.S. Dir. Massimo Giambastiani.

29 Ottobre: Castagnata al rifugio Mercatello

Un tradizionale appuntamento annuale che permette di osservare da vicino l'avanzamento dei lavori del nostro rifugio.

15 Dicembre: Cena Sociale

Gruppo Sciatori Alpinisti Focolaccia

Sede sociale c/o C.A.I. Sezione Lucca

tel/fax 0583 582669

e-mail focolaccia@cailucca.it

web <http://www.cailucca.it/Focolaccia.htm>

forum Focolaccia@yahoo.com

GITE ED ATTIVITA' 2006

15 gennaio: giornata di **esercitazioni di soccorso e di autosoccorso** nell'attività di sci alpinismo, dedicata alla memoria di Rossano Vanni, in località Casone di Profecchia. Coordinatori Antonio Mori e Vitaliano Gaglianese.

22 gennaio: "Invito allo sci alpinismo", dedicato alla memoria di Vincenzo Sarperi e collegato alla **gita sociale al Cimone da Doccia** di Fiumalbo. Possibilità di ristoro alla Capanna dei Celti. Coordinatori Paolo Berruti e Riccardo Masini, con la collaborazione della Scuola di Alpinismo e Sci Alpinismo di Lucca.

17/19 febbraio, Monti Sibillini (zona Ussita o dintorni) in concomitanza con il 2° raduno scialpinistico dell'Appennino Centrale. Coordinatori Beppe Puddu e Vitaliano Gaglianese.

26 febbraio: giornata dedicata all'**aggiornamento della tecnica dello sci fuori pista**; i soci più esperti si metteranno a disposizione dei soci che vogliono migliorare la tecnica sciistica fuori pista. Coordinatori Aldo Giovannini con la collaborazione di Paolo Pellegrini e Riccardo Masini.

12 marzo, Monte Prado, traversata dal Casone di Profecchia all'Orecchiella. Gita sociale con utilizzo dei soci più veloci per predisporre il servizio navetta e recupero auto. Di solito (salvo caso di ghiaccio) la traversata non presenta particolari difficoltà, è alla portata di ogni sci alpinista purchè in possesso di un minimo di allenamento per la lunghezza del percorso. Necessari rampant, ramponi e piccozza. Coordinatori Lorenzo Martinelli e Paolo Radicati.

26 marzo: Pania della Croce da Pigionico, gita sociale. Classico itinerario d'inizio primavera, da affrontare con la cautela sempre necessaria nello sci alpinismo e soprattutto nelle Apuane. Necessari rampant, ramponi e piccozza. Il Rifugio Rossi alla Pania si trova in posizione ideale come punto di appoggio sia per suddividere la gita che per un gradevole ristoro. Coordinatori Aldo Giovannini e Alessio Piccioli .

31marzo/2 aprile: Gruppo Gran Sasso (Prati di Tivo). Gita sociale in concomitanza con il 3° raduno scialpinistico dell'Appennino Centrale. Coordinatori Beppe Puddu e Vitaliano Gaglianese.

22-25 aprile: "gitone sociale" nel Gruppo del Rosa.

Partenza nel pomeriggio di venerdì 21 per pernottare in alberghetto in Valsesia oppure sabato mattina; sabato 23 in funivia da Alagna a Punta Indren, m. 3260 e, sci ai piedi, in meno di 2 ore al Rifugio Città di Mantova, m. 3498. Consigliata poi un'escursione ad un 4000 (ad esempio Piramide Vincent m. 4215 o Balmenhorn m. 4167) molto utile anche per l'acclimatamento; domenica 24, salita per il Colle del Lys alla Punta Gnifetti, m. 4554 e ritorno al Rifugio; lunedì 25 escursione su altro 4.000 della zona, ad es. Punta Giordani, m. 4046, e discesa fino ad Alagna e successivo rientro in tarda serata. Coordinatori Vitaliano Gaglianese, Beppe Puddu e Nicola Sodini.

Altre escursioni sci-alpinistiche 'fuori zona' da programmare in date da precisare (informazioni tramite il forum):

- **Marmolada** (Coordinatore Beppe Puddu),
- **Etna** (Coordinatore Beppe Puddu),
- **Monte Cinto e Monte Rotondo in Corsica** (Coordinatore Carlo Petrongolo),
- **Raid da rifugio a rifugio dalla Valpelline al Vallese** (Coordinatore Sandro Costi),
- **Argentièrre** (Coordinatore Antonio Mori),
- **Dufour o Nordend dalla Monterosahutte** (Coordinatore Annarosa Andrei) **e tante, tante, tante altre.**

Escursioni giornaliere 'in zona' (Appennino Tosco Emiliano e Apuane) Oltre al programma ufficiale, a livello di amici, vengono effettuate di solito uscite nei giorni festivi e prefestivi. Fare riferimento a Beppe Puddu e Vitaliano Gaglianese

11 giugno: in mountain bike da Lucca a Viareggio per la Via Verde lungo il Serchio e per pinete e possibile rientro via treno. Seconda edizione della gita sociale a cura del settore mountain bike. Dopo la positiva esperienza dello scorso anno, ne viene richiesta la ripetizione. Coordinatore Narciso Lippi.

Novembre, Esercitazioni di manovre di progressione e di soccorso su ghiacciaio: partenza di venerdì con accesso e pernottato in Rifugio, sabato interamente dedicato alle esercitazioni su ghiacciaio e domenica escursione sci-alpinistica. L'attività sarà preceduta da un incontro preliminare in sede per problemi di logistica e tecnica e da esercitazioni a secco a Vecchiano. Coordinatori Carlo Petrongolo e Davide Giangrandi

Ponte dell'8 dicembre: giornate dedicate allo sci di pista e fuori pista, in località da decidere all'ultimo sulla base della neve, con possibilità di effettuare anche delle facili escursioni di sci alpinismo. Coordinatore Paolo Berruti.

Alpinismo Giovanile

"l'Alpinismo Giovanile ha lo scopo di aiutare il giovane nella propria crescita umana, proponendogli l'ambiente montano per vivere con gioia esperienze di formazione... l'attività con cui si realizzano questi intendimenti è essenzialmente, l'escursionismo di montagna... ovvero... ogni attività motoria nel contesto dell'ambiente montano..."

Programma 2006 rivolto ai giovani dai 10 ai 18 anni

Tutti i giovani interessati a partecipare possono comunicare il loro indirizzo per ricevere a casa i programmi dettagliati di ogni singola iniziativa.

- **19 marzo-Monte Penna, S. Maria del Giudice**
- **9 aprile-Apuane Meridionali, M.Pigionico**
- **7 maggio-Speleogita alla Tana che Urla, in collaborazione con il G.S.L.**
- **4 giugno-gita intersezionale di Alpinismo Giovanile**
- **23,24 e 25 giugno- traversata sulle Alpi Apuane: Rif. Conti, Monte Tambura e Rif. Cava 27**
- **24 settembre-gita sull'Appennino Pistoiese: Casetta Pulledrari (in collaborazione con la Comm. Escursionismo)**
- **14 e 15 ottobre: castagnata sull'Appennino Tosco Emiliano: Renaio, Vetricia e Monte Giovo**
-

DIFFICOLTA' DELLE ESCURSIONI

"T"=Turistica; "E" = per escursionisti; "EE" = per escursionisti esperti; "EEA" = per escursionisti esperti con attrezzatura; "A" = alpinistica:gita su terreno impegnativo per morfologia e/o condizioni climatiche (neve o ghiaccio); richiesta la conoscenza delle tecniche alpinistiche di progressione ed assicurazione; "SCIALPINISTICA" = gita che prevede l'uso degli sci anche per la progressione in salita e la conoscenza di tecniche alpinistiche; "SPELEO" = gita in ambiente ipogeo; "TORR." = salita o discesa di canali torrentizi, con tecniche alpinistiche e speleo di varia difficoltà.

L'indicazione di difficoltà diverse per la stessa escursione (ad es: E-EEA) significa la presenza in programma di itinerari alternativi.

INFORMAZIONI SUI TRASPORTI

Dato l'attuale elevato costo dei trasporti con pullman questi saranno utilizzati le nostre gite solo quando si raggiungerà un sufficiente numero di iscritti prima degli ultimi otto giorni precedenti la gita o nel caso in cui il pullman sia indispensabile (traversate). Nel caso di utilizzo di mezzi propri si cercherà di concentrare i gitanti sul minor numero possibile di veicoli; ai proprietari/conducenti sarà corrisposto un adeguato rimborso rapportato alla percorrenza chilometrica. Le quote di partecipazione dei "trasportati" saranno, quindi, calcolate in funzione di detti rimborsi. Tutti dovranno corrispondere, invece, la quota relativa alle spese di assicurazione e segreteria.

REGOLAMENTO GITE

1. Ai partecipanti è richiesta correttezza sia nel comportamento che nel seguire le indicazioni di volta in volta impartite dai Direttori di Gita.
2. Il Direttore di Gita ha la facoltà e il dovere di escludere dall'escursione quei partecipanti che, per inadeguato equipaggiamento o attitudine, non diano affidamento di superare le difficoltà previste dal percorso.
3. E' facoltà del Direttore di Gita di subordinare l'effettuazione della gita alle condizioni meteorologiche, come pure variare il programma qualora necessità contingenti lo impongano.
4. Il termine per le iscrizioni alle gite è fissato, di norma, per le ore 20 del venerdì precedente la gita, o, comunque, entro 2 giorni prima del suo svolgimento. Con l'iscrizione è dovuto il pagamento della quota; in caso di annullamento della gita, o ritiro dell'iscritto entro il terzo giorno precedente l'escursione, essa verrà restituita.
5. All'atto dell'iscrizione ogni gitante deve lasciare un valido recapito telefonico per eventuali comunicazioni.
6. La Sezione adotta ogni precauzione per garantire la sicurezza dell'escursione; i partecipanti, in considerazione della natura dell'attività in montagna, esonerano la Sezione da ogni responsabilità conseguente allo svolgimento dell'escursione.