"ad excelsa tendo"

GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA
SOTTOSEZIONE C.A.I. MILANO

Fondato nel 1923

via C.G. Merlo, 3 - 20122 Milano
tel. 02.799.178
e-mail: gam.milano0@gmail.com
sito web: www.gam.milano.it

20-24 GIUGNO 2019 **ESCURSIONISMO MEDITERRANEO**

"TRA MARE E TERRA: PERDERSI IN UN MARE DI PERLE"
ESCURSIONISMO ITINERANTE

Un po' di curiosità. Si narra che tra una burrasca e l'altra in un turbinio di flutti, Afrodite, figlia di Zeus, erompendo dagli abissi ruppe la sua collana, di cui sette perle non affondarono, ma rimasero a galla nel mar Tirreno, trasformandosi nelle **SETTE PERLE dell'ARCIPELAGO TOSCANO**.
Non a caso queste isole onorano con il loro fascino anche selvaggio la dea della bellezza. Eccole con le loro acque turchesi e trasparenti come gemme ricche di pesci e praterie di poseidonie, e coste rocciose, che si innalzano come cattedrali, e la flora, autentico spettacolo naturale in cui la vegetazione di lecci, lentischi e corbezzoli si sviluppa.
Istituito nel 1996 il Parco Nazionale Arcipelago Toscano è il più grande parco marino d'Europa e comprende **le ISOLE: Elba, Giglio, Gorgona, Montecristo, Pianosa, Giannutri e Capraia**. Ci attende una vacanza che continua …dalla Costa degli Etruschi agli aromi e luci del Mediterraneo, e che coniuga trekking, mare e sole.





PROGRAMMA DI MASSIMA
Giovedì 20/6 - PARTENZA. Ritrovo ore 07.00 con auto private in luogo da definire.
Periodo 20-22/6 – sistemazione a CAPALBIO. Da Milano 490 km. Autostrada A1l'uscita Parma – La Spezia, prendere l'autostrada per Livorno e uscire a Rosignano, continuare sull'Aurelia fino a Capalbio. Arrivo previsto 14,00/14,30. Una visita merita. Adagiato su un colle cinto da mura quattrocentesche merlate, a cui si accede attraverso la **Porta Senese** contraddistinta dall'orologio sulla sommità e una lapide a ricordo della fortificazione delle mura, nonché uno stemma dei Medici, il borgo conserva la **Pieve di San Nicola** costruita in epoca medievale a navata unica con affreschi all'interno di scuola umbra e senese. Denominato anche "**La Piccola Atene**" per l'importanza storico-artistica assunta in epoca rinascimentale. Al termine della visita, rientro in hotel, cena e pernottamento.



Venerdì 21/6 - Da Capalbio si raggiunge Porto S. Stefano circa 35km. Parcheggio auto al CAMPO SPORTIVO Via del Campone 6 appena entrati a P. S. Stefano a ca 400 mt. dall'imbarco (euro 10,00 per tutta la giornata. Tel. 0564 817211 cell. 328 1365994) Imbarco solo passeggeri con motonave, durata della traversata 1 ora poco più.
Escursione: Giglio Castello – Punta Capel Rosso: difficoltà media: durata ore 5 ca tot, dislivello 400 mt.ca. All'arrivo al Porto incontro con la guida naturalistica. Appena fuori dal porto troviamo un pulmino-taxi, minibus di colore bianco che ci porta **al Giglio Castello (corsa euro 7,00 a pax a/r),** che consente di risparmiare circa 40 minuti per l'inizio del sentiero che ci condurrà alla Punta Capel Rosso punta più a Sud dell'Isola. Dal Castello si imbocca un sentiero poco prima della località **LE PORTE** (contraddistinta da grossi massi di granito) sulla destra della strada proveniente dal Castello. Dopo pochi metri a sinistra il sito megalitico **La Cote "Ciombella**", si sale per 400 mt e si raggiunge "**Poggio Pagana", da qui a**

Poggio Castellucci, tornati sul crinale si oltrepassa **Poggio Terneti** e inizia la scarpata che scende a Capel Rosso con l'omonimo Faro, una gradinata scolpita nella roccia scende al mare e un bagno ci attende.
Note tecniche: **il percorso è soleggiato, si consiglia cappello, e buona scorta d'acqua e pur non presentando pericoli, la morfologia del terreno richiede scarponcini e consigliati bastoncini telescopici.**
Si ripercorre al ritorno il percorso inverso in tempo per il traghetto delle 17,30. Rientro a Capalbio, in Hotel, cena e pernottamento.

Sabato 22/6 - Lasciamo l'Hotel di Capalbio, ci portiamo di nuovo a P. S. Stefano ore 10,00 imbarco per isola **Giannutri**, durata della traversata 1 ora ca. La più meridionale di tutte, dal profilo frastagliato e forma ad arco simbolo legato alla dea Diana per cui dai Romani chiamata Dianum. Sempre con la guida si raggiungono le scogliere di **Punta Capel Rosso,** nidificazione dei gabbiani, **Cala Maestra** ove resistono vestigia di una villa romana di villeggiatura e *otium*, appartenuta alla famiglia dei Domizi (visita a pagamento € 8.00). Rientro ore 16.00 ca e partenza per Livorno, circa 2 ore di viaggio, sistemazione presso hotel in zona Livorno, cena e pernottamento.



Domenica 23/6 - Trasferimento con motonave a **GORGONA**, ore 08,15, durata della traversata ore 1 e mezzo. La più piccola e la più settentrionale. Si staglia sull'orizzonte scura per la densa copertura vegetale e Conica. Si avrà l'impressione di approdare in una realtà fuori dal tempo, sbarco in scialuppa, i detenuti, il borgo a grappolo su porticciolo. Il nome pare abbia un riferimento mitologico alla dea Gorgone o Medusa dalla testa orribile, associata all'aspetto cupo e aspro. Dal porto si percorrono vie bianche con un percorso semplice e poco difficoltoso si raggiunge **Torre Vecchia,** una struttura fortificata del 200 di origine pisana. Sosta pranzo all'ombra di una lecceta. **Si ricorda che l'isola è presidio carcerario, non si possono portare cellulari e/o macchine fotografiche.** Lunghezza 6 km e 250 mt di dislivello per la durata di ore 3. Rientro ore 19,30. Sistemazione in hotel cena e pernottamento.

Lunedi 24/6 -, Giorno di rientro. Colazione consegna stanze e ritrovo. **Giornata a disposizione e in alternativa** visita **San Miniato**. raggiungibile con il raccordo FI-PI-LI, Km 55, ore 50 minuti'. In posizione scenografica tra Pisa e Firenze il nucleo antico si affaccia su un ampio panorama da Fiesole al Mare, dalle Apuane a Volterra. Lo si scopre con una passeggiata da piazza del popolo in cui domina la chiesa di San Domenico. In piazza del Duomo si leva la **Cattedrale del XIII secolo.**

DETTAGLI SOGGIORNO: periodo: 20/22 giugno 2019 – sistemazione in zona Capalbio "I BRIGANTI DI CAPALBIO" Tel. 0564/890341 località Chiarone Scalo (Gr); periodo: 22/24 giugno 2019 – sistemazione in zona Livorno "GRANDUCA" Tel. 0586/891024/5/6 Piazza Guglielmo Micheli. HOTEL 3/4 stelle
QUOTE DI PARTECIPAZIONE: Soci GAM 505,00 €; Soci CAI 535,00 €. Acconto 150,00 € entro 10/01/2019. Saldo entro 17 APRILE. Supplemento singola 18,00 €/notte. **Assicurazione annullamento** 35,00 €/persona da versare all'atto dell'iscrizione. **LA QUOTA COMPRENDE**:

- 4 pensioni complete con cestino, ½ minerale a tutti i pasti, colazione a buffet, cena, pernottamento.
- Passaggi marittimi, tassa parco Giannutri e tassa parco Gorgona, servizi guidati.
- 21/6 guida naturalistica Giglio
- 22/6 guida naturalistica Giannutri
- 23/6 guida naturalistica Gorgona
- R.C.

La quota non comprende tutto quanto non espressamente indicato alla voce "la quota comprende" (Villa Romana, tassa soggiorno se prevista).
ISCRIZIONI: in contanti nelle serate di apertura GAM: martedì dalle 18,30 alle 20,30, giovedì dalle 21,00 alle 23,00, oppure con bonifico bancario intestato GAM Milano IBAN IT62D0103001654000061104572 specificando nella causale ISOLE TOSCANE 20-24/6 + cognome partecipante, e inviandone copia alla **coordinatrice**: Cristina Mazzetti cell. 339 8320257, fisso 02 5395282 cristina.mazzetti@alice.it
All'atto dell'iscrizione comunicare la propria disponibilità a portare l'auto e in caso di condivisione stanza il nominativo del compagno/a con cui soggiornare.
Il programma è suscettibile di variazioni nel caso richiesto dalle circostanze. Si prega di prendere visione delle Norme GAM per la partecipazione alle gite e di attenersi alle indicazioni del coordinatore di gita cui spetta il compito di condurre il gruppo alla meta nel rispetto degli orari e tempi.