



**Club Alpino Italiano Sezione di Firenze**  
**GEOO - Gruppo Escursionistico "Emilio Orsini"**  
**Via del Mezzetta 2/M – 50135 Firenze**



**22 marzo 2026**

### **Alpi Apuane – Cascata dell'Acquapendente da Pruno**



L'imponente cascata dell'Acquapendente con un salto di circa 50 metri, dato il periodo di grandi piogge appena trascorso, raggiunge il suo massimo splendore e sorprende grandemente chi la raggiunge. Non è l'unica cosa bella che vedremo perché l'anfiteatro delle Panie ci accompagnerà per quasi tutto il percorso con vista sul Forato, Procinto, Pania e Corchia. I sentieri che percorreremo in mezzo a boschi di leccio e castagni raggiungono antichi alpeggi in parte abbandonati circondati da verdi prati e in bellissime posizioni panoramiche. Al ritorno visiteremo l'antico borgo di Pruno dove il tempo sembra essersi fermato: troveremo viuzze acciottolate e piccole piazzette, un vecchio lavatoio, centrini fatti a mano sui muri e panieri di fiori, segno della cura del luogo da parte dei pochi abitanti rimasti.

#### **Programma:**

L'itinerario inizia da Pruno su un sentiero che scende ad un ponte romano con una massiccia arcata in pietra perfettamente conservata, in perfetta armonia con l'ambiente circostante. Dopo essere scesi al vicino antico mulino proseguiamo nel bosco fino ad un bivio che ci porta alla cascata dell'Acquapendente. Dopo un'inevitabile sosta torniamo indietro e proseguiamo per Colle Orzate, Colle Mezzana, chalet Il Bellorino a Cima di Ripa, l'alpeggio La Fania dove sosteneremo per il pranzo. Da qui la salita è pressoché terminata e sempre per boschi torneremo a Pruno dove si chiude il nostro anello.

**Difficoltà:** E ma attenzione a tratti di sentiero con pietre scivolose. **Tempo di percorrenza:** ore 5 escluse soste. **Dislivello:** mt 700 sia in salita che in discesa. **Lunghezza escursione:** 12 km. **Pranzo:** al sacco

**Viaggio:** auto proprie con costi condivisi. **Ritrovo:** ore 7 Viale Guidoni Centro sportivo Paganelli ("Cupoline")

**Equipaggiamento:** scarponi con suola scolpita (tipo Vibram) pena l'esclusione dall'escursione, abbigliamento adatto all'ambiente montano.

**Quota di adesione:** gratuita per i soci, non soci CAI € 8,50 per la copertura assicurativa.

**Iscrizioni:** entro le ore 19 di venerdì 20 per i soci e di giovedì 19 per i non soci. Le iscrizioni dovranno essere effettuate tramite il [modulo on line disponibile qui](#). In caso di difficoltà scrivere a [segreteria@caifirenze.it](mailto:segreteria@caifirenze.it). Per informazioni specifiche, contattare gli accompagnatori

*Chi si iscrive per e-mail dovrà comunicare: Nome e Cognome, telefono, disponibilità auto e a portare altri partecipanti (se si quanti), scelta luogo di ritrovo se previsto più di uno, necessità di noleggio attrezzatura ove previsto. Se socio CAI indicare la Sezione di appartenenza. **I non soci, per essere confermati, devono comprovare il pagamento della quota di partecipazione entro il giovedì antecedente l'escursione***

**Accompagnatori:** Paola Pagliai 3334137037 David Pellegrini 3456532833

*Gli Accompagnatori si riservano di modificare o annullare l'escursione, nel caso di situazioni di rischio per la sicurezza dei partecipanti o per altri motivi. **Regolamento gite della Sezione di Firenze consultabile all'indirizzo: [www.caifirenze.it](http://www.caifirenze.it)***