



Gruppo Trekking Namastè di Montemignaio Sezione C.A.I. di Firenze

Escursione

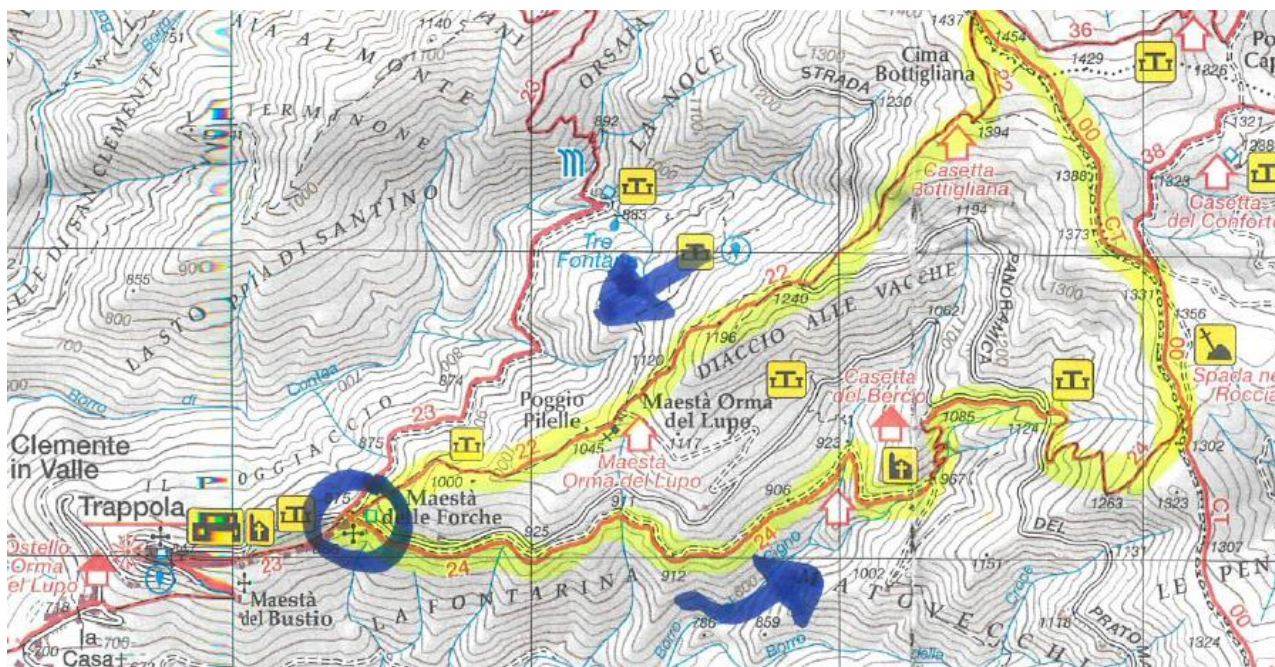
Anello sul Pratomagno: dalla Trappola alla Spada nella Roccia, a Cima Bottigliana

Domenica 28 Giugno

ritrovo e punto di partenza: Montemignaio di fronte bar Rosario ore 8.15
oppure Trappola (Loro Ciufenna) di fronte all'albergo "le tre Fonti" ore 9.45

**lunghezza circa 11 km, durata circa 5 ore (escluse le soste)
dislivello complessivo in salita circa 650m.**

Trappola Maestà delle Forche (alt. m.854) – sentiero 24 – casetta del Bercio (alt.m.1085) – sentiero 24 - innesto sentiero 00 (alt.m. 1302) – sentiero 00 – spada nella Roccia (alt. m. 1356) – sentiero 00 – bivio Cima Bottigliana (alt. m. 1420) innesto sentiero 22 (alt. m. 1394) – sentiero 24 – casetta Bottigliana – sentiero 24 – Maestà dell'Orma di Lupo (alt. m. 1045) – sentiero 24 - Trappola Maestà delle Forche (alt. m.854)



Un percorso molto bello e panoramico attraverso boschi e cascate e su uno splendido crinale con viste ampie sul Casentino, sul Valdarno ed oltre.

Il sentiero parte dal parcheggio in fondo al paese della Trappola presso l'albergo "le 3 Fonti" (cord.43.62075, 11.65727).

Si prende il sentiero CAI numero 24 e dopo un bel tratto pianeggiante e alberato, nei pressi di una cascata, inizia la parte in salita. Dopo essere arrivati alla "Casetta del Bercio" si percorre un breve tratto della "panoramica", la strada asfaltata, in breve si imbecca il sentiero e si prosegue in salita in faggeta per arrivare sul Crinale del Pratomagno e attraverso splendidi prati alla Spada nella Roccia un luogo magico che sta diventando iconico per questa zona del Pratomagno.

Si prosegue per un tratto di crinale aperto e molto panoramico verso Cima Bottigliana si svolta verso il sentiero CAI numero 22. Il sentiero per scendere è molto ripido si tratta di una antica mulattiera quasi sempre lastricata scivolosa se bagnata. Prima di raggiungere la Trappola è d'obbligo soffermarsi al Rifugio Maestà dell'Orma del Lupo dove secondo la leggenda San Francesco, tornando ad Assisi passò dalle pendici del Pratomagno e poco prima di raggiungere il crinale fu circondato da dei lupi. Il capo del branco, si interpose tra il Santo e il resto del branco ricacciandoli nella foresta. Il lupo lasciò l'impronta della sua zampa su una roccia e per questo che il rifugio ricorda l'evento. Lasciato il rifugio il sentiero termina al parcheggio dove si trova un'altra cappella, la Maestà delle Forche oltre ad una fresca e rigenerante fonte d'acqua. Molto consigliata una visita all'antico borgo della Trappola.



difficoltà E

criticità: il percorso è adatto ad **escursionisti allenati** per la lunghezza ed il dislivello anche se non presenta particolari criticità e non è mai esposto. Alcuni tratti del sentiero 22 in discesa sono abbastanza ripidi e scivolosi se bagnati.

IN CASO DI PIOGGE RECENTI O COMUNQUE DI SENTIERO BAGNATO L'ANELLO SARA' PERCORSO IN SENSO INVERSO ALLA DESCRIZIONE Il percorso con auto propria da Montemignaio è per un tratto di circa 2km. su strada sterrata; per chi arriva da Firenze è consigliabile passare da Loro Ciuffenna.

Equipaggiamento: abbigliamento e scarpe adatto a cammino su percorso sterrato..

MODALITA' D'ISCRIZIONE

- **I NON soci CAI devono comunicare la loro iscrizione a Carla 3389135904 entro giovedì 25 giugno ed attivare la copertura assicurativa con il pagamento di 8,5 euro il pagamento può avvenire:**
- **Direttamente al capogita il giorno dell'escursione**
- **Tramite bonifico su IBAN IT90F083450545800000003476 intestato CLUB ALPINO ITALIANO SEZ. FIRENZE (in questo caso il**

partecipante deve mostrare al capo gita copia del bonifico)

- **i soci CAI, di qualsiasi sezione, in regola con l'iscrizione devono comunicare la loro partecipazione a Carla 3389135904 entro giovedì 25 giugno**

L'iscrizione e' gratuita ma PER SOSTENERE LE ATTIVITA' DEL GRUPPO ED IN PARTICOLARE LA MANUTENZIONE DEI SENTIERI RICHIEDIAMO AI PARTECIPANTI UN CONTRIBUTO DI 5,00 EURO.

Per informazioni specifiche, contattare i capi-gita: Enrico Pezza 3357031996 e Massimiliano Alterini 3343046479

I capigita si riservano di modificare o annullare l'escursione, nel caso di situazioni di rischio per la sicurezza dei partecipanti o per altri motivi.

All'atto della iscrizione il partecipante dichiara implicitamente di avere letto e di accettare integralmente il **REGOLAMENTO GITE SOCIALI** Ver. 05032019 della sezione CAI di Firenze consultabile all'indirizzo: www.caifirenze.it, di avere preso visione delle informazioni contenute nella presente locandina e quindi di aver valutato la propria preparazione fisica idonea e di essere dotato dell'attrezzatura adeguata per affrontare l'itinerario proposto. Gli spostamenti avvengono con auto propria.