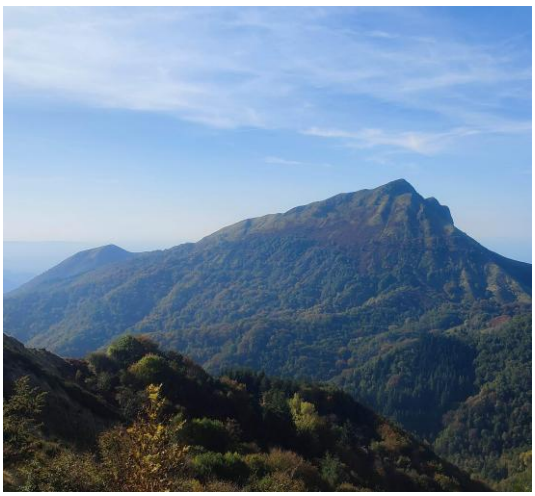
Club Alpino Italiano Sezione di Firenze
GEEO - Gruppo Escursionistico "Emilio Orsini"
Via del Mezzetta 2/M – 50135 Firenze

Domenica 4 ottobre 2026

Apuane Meridionali – Anello Monti Pedone, Prana, Campo all'Orzo dal Passo Lucese



Il Monte Prana, che si erge imponente a 1221 metri sulla piana di Camaiore, e la sua anticima Monte Pedone (m 1013) sono le vette più meridionali delle Apuane.
Dalle loro cime si gode di un panorama splendido sulla costa, sulle isole dell'arcipelago e sulle Apuane centrali, dall'Altissimo al Corchia e alle Panie, e su quelle meridionali e sull'Appennino ed i monti di Lucca e di Pisa.
Alle pendici del massiccio si trovano Campoallorzo, una zona coltivata e ricca d'acqua, i ruderi dell'omonima chiesetta, la Baita Verde e la baita Barsi, dove in estate si celebra la festa della patata.

Programma

Il percorso inizia seguendo il segnavia 101 dal passo del Lucese (m 556), valico che mette in comunicazione la Valle del Serchio con la Versilia. La traccia passa attraverso una suggestiva abetaia, dove si trova un rifugio, e prosegue verso il crinale tra il Pedone e il Prana. La salita diventa più ripida, ma la vetta offre una vista panoramica sulla costa e sul gruppo delle Panie. La grande croce in ferro sulla vetta del monte Prana fu eretta nel 1968 come simbolo di pace in memoria dei caduti di tutte le guerre. Si scende poi alla Focetta di San Vincenzo seguendo la traccia di sentiero lungo la cresta sud-est. Da lì si prosegue fino a Campo all'Orzo, dove visiteremo i ruderi delle omonime chiesetta e baita (detta anche Verde). Il ritorno al Passo del Lucese si effettua passando dalla baita Barsi e successivamente seguendo ancora il sentiero 101.

Difficoltà: E Tempo di percorrenza: ore 5:30 escluse le soste. **Dislivello**: **650 m** sia in salita che in discesa. **Lunghezza escursione: 12,5** km. **Pranzo:** al sacco

Viaggio: auto proprie con costi condivisi

Ritrovo: ore 7:15 presso Centro Sportivo Paganelli (Cupoline) Viale Guidoni 208, Firenze

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

Quota di adesione: non soci CAI € 8,50. **La quota comprende:** la copertura assicurativa per i non soci, l'assistenza organizzativa e quella degli accompagnatori.

Iscrizioni: entro le ore 19 di venerdì 2 ottobre. Le iscrizioni dovranno essere inviate tramite il **modulo on line disponibile qui.** In caso di difficoltà scrivere a 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: AE-AAG Alessandro Barucci 348 3508255; AAG Alessandro Cidronali 329 6509140

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 sezionali** consultabile su **www.caifirenze.it.**

Mod.Versione 2.1 del 1-1-2026