



”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

15-22 settembre 2017

20-27 ottobre

ESCURSIONISMO

Nel cuore nascosto del Parco Nazionale d'Aspromonte

Quest'anno ci recheremo in Aspromonte due volte: i posti sono limitati e dovremo dunque scegliere una o l'altra data: dal 16 al 23 settembre o dal 21 al 28 ottobre. Entrambe le settimane permettono di fruire di un buon tempo, la prima settimana ancora calda e secca, la seconda con andamento più mite e ripresa della



vegetazione di macchia estiva. Accompagnati dalle guide di Misafumera, visiteremo uno dei Parchi più suggestivi della nostra Italia: il massiccio dell'Aspromonte si erge dal Tirreno allo Jonico e i due versanti presentano una vegetazione molto differente l'una dall'altra proprio per la caratteristica di questi due mari. Lo attraverseremo da mare a mare. Ed ecco il programma:

PARTENZA Il giorno di **VENERDÌ** con volo Easy Jet da Malpensa delle ore 7:05. Arrivo a Lamezia alle ore 8:50.

Trasferimento ai Piani di Carmelia all'interno del Parco Nazionale d'Aspromonte e sistemazione al rifugio Biancospino.

Escursione del **1° giorno: Puntone la Croce**, con partenza a piedi dal rifugio, fino a località Puntone la Croce dove si

gode una veduta assai nitida sul versante ionico dell'Aspromonte. Dalla cima si distinguono il santuario di Polsi, la fiumara Buonamico, il lago Costantino e si scorgono nettamente le alte cime del parco, come Montalto e Pietra Tagliata. Cena e pernottamento al rifugio "Il Biancospino". **Difficoltà E – Dislivello +400 m. – Durata totale 4.30 ore**

2° giorno: Montalto

Partenza a piedi dal rifugio per l'escursione a Montalto (1956 m.), vetta più alta dell'Aspromonte, dominata da una ricchissima vegetazione con boschi di faggio ed abete bianco. E' suggestivo osservare il cambiamento di portamento degli alberi che a causa del vento e della neve, salendo di quota, passano dagli alti e colonnari esemplari ai miseri cespugli della vetta prostrati e contorti. Raggiunta la cima il panorama è unico e affascinante: è possibile ammirare contemporaneamente l'Etna, i mari Ionio e Tirreno, le isole Eolie e l'estremità meridionale della dorsale appenninica.

Cena e pernottamento al rifugio "Il Biancospino". **Difficoltà E – Dislivello +800 m. – Durata totale 7 ore**



3° giorno: Sant'Elia di Palmi – Tonnara di Palmi – Coop LiberaTerra

Trasferimento a Sant'Elia di Palmi dove prende il via un inaspettato quanto rigoglioso itinerario a anello a picco sul mare. Il percorso attraversa la Costa Viola, così chiamata per l'intenso colore delle sue acque, offrendo panorami mozzafiato sullo stretto e sulle isole Eolie. Nel primo pomeriggio ci sposteremo nella baia cristallina della Tonnara di Palmi per un bagno rinfrescante e a seguire raggiungeremo Polistina sulla Piana di Gioia Tauro per visitare la cooperativa Libera Terra "Valle del Marro" che produce olio, melanzane e peperoncino biologico, sulle terre confiscate alla 'ndrangheta.

Cena e pernottamento al rifugio "Il Biancospino". **Difficoltà E – Dislivello +300 m. – Durata totale 3 ore**

4° giorno: Cascate Forgiarelle e Palmarello

Trasferimento in località Cerasia per l'escursione alle Cascate Forgiarelle e Palmarello due delle cascate più belle e più alte del Parco Nazionale

d'Aspromonte con il loro un unico salto di 70 m. L'itinerario ricade nella riserva integrale del Parco e si snoda in uno dei luoghi più interni e nascosti, dove si incontrano querce monumentali e ampi tappeti di ginepro. Zona frequentata dai cinghiali dove è possibile notare le tracce e, se fortunati, ascoltare gli ululati dei lupi ancora presenti in Aspromonte. Cena e pernottamento al rifugio "Il Biancospino". **Difficoltà E – Dislivello +600 m. – Durata totale 7 ore**

5° giorno: Gerace

In mattinata trasferimento e visita al borgo medievale di Gerace, centro fra i più antichi e più belli della Calabria. La leggenda vuole che la città prenda il nome da uno sparviero, dal greco Ierax, che indicò quella rupe come luogo di rifugio ai Locresi, abitanti dell'antica Locri Epizephiri, costretti ad abbandonare la città per fuggire al pericolo saraceno nel VII secolo d.c.. Gerace, che divenne centro di importanza eccezionale nella Calabria, custodisce un notevole patrimonio artistico, conservato in massima parte nella sua Cattedrale, edificio bizantino - normanno tra i più importanti della regione. Pranzo in ristorante tipico. Trasferimento in una delle meravigliose spiagge della Locride, per un pomeriggio rilassante e rinfrescante. Trasferimento nel piccolo borgo di Antonimina. Cena in ristorante e pernottamento nelle case del borgo con la formula dell'ospitalità diffusa. **Giornata culturale.**



6° giorno: Monte Tre Pizzi

Escursione a Monte Tre Pizzi. Formato da tre torrioni rocciosi a strapiombo, Monte Tre Pizzi è uno dei balconi più suggestivi sulla brulla vallata della locride. Lungo il percorso si attraversa il paesino di Ciminà dove vengono gelosamente custodite alcune tradizioni agro - silvo - pastorali dell'Aspromonte. Superato il paese, il sentiero si snoda tra la fitta macchia mediterranea, la presenza dell'origano e della ginestra in primavera e del corbezzolo in autunno, regalano un piacevole tocco di colore e di profumi. Cena in ristorante e pernottamento con la formula dell'ospitalità diffusa ad Antonimina. **Difficoltà E – Dislivello +450 m. – Durata totale 5 ore**

7° giorno: Pietra Cappa

Trasferimento nel paesino di Natile Vecchio dove inizia l'escursione ad anello verso Pietra Cappa. Il monolite più spettacolare della vallata delle grandi pietre. Lungo il percorso si incontrano particolari formazioni rocciose usate anticamente come rifugio da eremiti basiliani, note come Rocche di San Pietro. Cena in ristorante e pernottamento con la formula dell'ospitalità diffusa ad Antonimina. **Difficoltà E – Dislivello +600 m. – Durata totale 6 ore**

8° giorno: Pentidattilo – Reggio Calabria

Trasferimento verso il borgo antico di Pentidattilo, così denominato per la strana morfologia della rocca su cui si adagia, a forma di cinque dita alzate verso il cielo. Lungo il trasferimento verso Pentidattilo, seguendo la statale ionica, sosta a Capo Bruzzano, per ammirare ed eventualmente fare il bagno su una delle più belle spiagge della costa calabrese. Nel pomeriggio trasferimento a Reggio Calabria, visita del Museo Archeologico Nazionale della Magna Grecia, dove sono conservati i famosi Bronzi di Riace e passeggiata lungo il più bel chilometro d'Italia, così come Gabriele D'Annunzio chiamò il lungomare della città. In serata partenza da Lamezia per il rientro. **Giornata culturale.**

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: PER RAGIONI FISCALI E' OBBLIGATORIO ESSERE SOCI GAM CON ISCRIZIONE REGOLARE Da 6 a 15 pax. € 750; Da 16 a 20 pax. € 710.

La quota comprende:

- ✓ Sistemazione in rifugio per le prime 4 notti, in camere doppie, matrimoniali, triple, quaduple (OCCORRE PORTARSI ASCIUGAMANI);
- ✓ Sistemazione nelle case del borgo di Antonimina con la formula dell'ospitalità diffusa, per le restanti 3 notti, in camere matrimoniali, doppie e triple;
- ✓ Trattamento in mezza pensione per tutto il soggiorno;
- ✓ Bevande comprese per tutte le cene;
- ✓ Pranzi al sacco per tutte le escursioni, escluso giorno 16, 20 e 23/09;
- ✓ Pranzo tipico in osteria a Gerace, bevande comprese, giorno 20/09;
- ✓ Assistenza di Guide Ufficiali Parco e Guide Ambientali Escursionistiche per tutto il trek;
- ✓ Assistenza Guida Turistica giorno 20 e 23/09;
- ✓ Trasferimento A/R da aeroporto o stazione di arrivo e partenza;
- ✓ Trasferimenti in pullman per tutto il trek, come da programma;
- ✓ Iscrizione all'a.s.d. Misafumera e assicurazione;

La quota non comprende:

- ✓ Viaggio A/R per raggiungere la Calabria*;
- ✓ Ingressi a musei, chiese e monumenti;
- ✓ Supplemento singola € 15 a notte a persona (non disponibile in rifugio);

✓ Extra in genere e quanto non espressamente

indicato nel programma;

N.B. Il programma può subire modifiche e variazioni a causa delle condizioni meteorologiche.

ISCRIZIONI E PRENOTAZIONI per gli iscritti della settimana di settembre: Primo Acconto: 200.00 € entro il 31 MAGGIO 2017.

***Contestualmente al versamento bisogna acquistarsi il biglietto aereo Milano – Lamezia: il volo scelto è Easy Jet con partenza da Malpensa alle ore 7:05 del giorno 15 settembre e ritorno da Lamezia il 22 alle ore 21:45 e arrivo a Milano alle 23:30.**

Secondo acconto: 300.00 € entro il 30 GIUGNO 2017. **Terzo versamento e saldo** entro 30 AGOSTO 2017 mediante bonifico al GAM sul conto del GAM – Gruppo Amici della Montagna, Milano presso la Banca Montepaschi di Siena - IBAN: IT62D0103001654000061104572. **CAUSALE:** ASPROMONTE *settembre od ottobre* 2017 + nome e cognome dell'iscritto.

Simili scadenze ma spostate di 1 mese per chi parte ad ottobre

COORDINATORE: Gemma Assante (gemma.assante1@fastwebnet.it 3479508354). Ci incontreremo in sede prima della partenza in data 12 settembre 2017.