



ESCURSIONI

ESTATE•AUTUNNO 2014



Estate e autunno.. camminando
nel Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi

Aspettando

Autunno
Slow

*Nel Parco Nazionale
delle Foreste Casentinesi*





Un ricco programma di escursioni per ammirare la natura del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi e le trasformazioni dei colori e dei suoni delle foreste con il passare delle stagioni.

Un calendario di iniziative per vivere il territorio, a partire dall'estate, per anticipare l'**Autunno Slow**, con il suo appassionante foliage e alcuni momenti magici da non perdere, come il bramito del cervo.

Un alternarsi di proposte per osservare il trascorrere delle stagioni nell'Appennino tosco-romagnolo.

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

- Per partecipare alle escursioni è necessario essere equipaggiati con scarponcini da montagna e rispettare i regolamenti del Parco e le indicazioni delle guide accompagnatrici.
- La prenotazione è obbligatoria e deve essere effettuata entro le ore 17 del giorno precedente l'escursione, telefonando ai numeri di riferimento oppure visionando il sito www.parconazionaleforestecasentinesi.com e www.autunnoslow.net
- Tutte le escursioni sono gratuite.
- Il programma può subire variazioni di data e percorsi, quindi vi invitiamo a contattare i Centri Visita di riferimento durante gli orari di apertura.

ESCURSIONI
ESTATE•AUTUNNO 2014





GRADI DI DIFFICOLTÀ PER LE ESCURSIONI

T Turistica: facile, poco impegnativa, alla portata di tutti. E' un itinerario non lungo su stradine o larghi sentieri sempre evidenti e segnalati che non necessita di capacità di orientamento. Non tocca mai quote elevate e i dislivelli sono di solito inferiori ai 500 metri. Richiede una normale preparazione fisica alla camminata.

E Escursionistica: richiede un certo allenamento per la lunghezza del percorso e/o dei dislivelli da superare che normalmente è compreso tra i 500 e 1000 metri. E' un itinerario che si snoda su sentieri di ogni genere quasi sempre segnalati, su tracce evidenti, ma anche su pascoli e non presenta di norma tratti esposti o, nel caso di brevi passaggi o traversate su ripidi pendii con protezioni come barriere o cavi. Può richiedere un certo senso di orientamento e conoscenza del terreno montagnoso e necessita di un allenamento alla camminata e di calzature ed equipaggiamento adeguato.

EE Escursione per Esperti: impegnativa, richiede un buon allenamento e sicurezza nel superare tratti di sentiero esposto. E' un itinerario che per la lunghezza e il tipo di terreno implica buona capacità di approccio ai vari tipi di fondo e ottima forma fisica. Si snoda su sentieri o tracce su terreno impervio e/o infido; raggiunge di norma anche quote elevate e può attraversare pietraie, brevi nevali non ripidi, pendii senza punti di riferimento e tratti rocciosi con livelli di difficoltà tecniche. Necessita di buona esperienza di montagna e dell'ambiente alpino, passo sicuro e assenza di vertigini, nonché di attrezzatura adeguata e conoscenza delle tecniche di orientamento. Il dislivello da superare è superiore ai 1000 metri.

EEA Escursionistica per Esperti con Attrezzatura: molto impegnativa, da affrontare con attrezzature specifiche. E' un itinerario che si snoda su percorsi attrezzati o vie ferrate su cui è indispensabile l'uso di imbracatura, moschettoni ecc. E' anche il caso di percorsi di difficoltà EE su cui è indispensabile predisporre corde fisse per l'attraversamento di piccoli tratti di nevaio non pianeggiante o brevi tratti esposti su roccia.

ESCURSIONI
ESTATE•AUTUNNO 2014

2014
**Autunno
Slow**
Nel Parco Nazionale
delle Foreste Casentinesi

SABATO 16

CANOA & TREKKING ALLA FORESTA DELLA LAMA

In collaborazione con l'istruttore Enrico Volpe

Una originale escursione alla scoperta dei paesaggi del Parco, negli angoli più nascosti del lago di Ridracoli: in canoa sul lago e poi a piedi fino alla maestosa Foresta della Lama. Dalla diga di Ridracoli approderemo al Comignolo e con un breve trekking, raggiungeremo la Foresta della Lama per rilassarci e consumare il pranzo al sacco. Nel pomeriggio rientro in area diga sempre a bordo delle canoe.

Itinerario canoa: Diga di Ridracoli, Fosso dell'Ammannatoia, Fosso della Lama, approdo Comignolo. **Itinerario trekking:** Comignolo, Foresta della Lama. **Dislivello:** +/- 200 m. **Difficoltà:** T (adatto a tutte le età e ai principianti). **Durata:** giornata intera. **Ritrovo:** ore 10 all'entrata della Diga di Ridracoli.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Santa Sofia **0543 970249** (tutti i giorni dalle 10 alle 13 e dalle 14 alle 17)

DOMENICA 17

LE FORESTE SACRE - CAMALDOLI DA MILLE ANNI NELLA FORESTA

Un'escursione per raccontare la foresta di Camaldoli e il suo stretto legame con la comunità monastica. Una foresta che ci invita a una osservazione e ascolto del passare del tempo.

Difficoltà: T. **Ritrovo:** ore 16 Punto Info di Camaldoli.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Badia Prataglia **0575 559477 - 335 7987844**.

MERCOLEDÌ 20

VERSO IL GIGANTE DEL TRAMAZZO

In collaborazione con la guida Marco Magrini.

Nelle selvagge foreste dell'Alta Valle del Tramazzo dicono esistano dei Giganti, il vento porta la loro voce, voci di ricordi passati, di tempi lontani che raccontano della foresta e di chi la abita. Insieme andremo alla loro ricerca per scoprire quanto grandi siano e per sentire la loro voce! Attività di treewatching.

Itinerario: Lago Ponte, Colle del Tramazzo, Fonte del Bepi, Casa Ponte. **Durata:** una giornata. **Dislivello:** +500 m circa. **Difficoltà:** E.

Ritrovo: ore 9 al parcheggio di Lago Ponte a Trezio.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Santa Sofia **0543 970249** (tutti i giorni dalle 10 alle 13 e dalle 14 alle 17)

GIOVEDÌ 21

ORA, LABORATA... ET DEGUSTA

In collaborazione con la guida Ennio Dallari.

I monaci camaldolesi tra cultura, storia e tradizioni rurali - Passeggiata dal Monastero di Camaldoli alla Villa - Fattoria "La Mausolea": la millenaria vicenda dei benedettini camaldolesi e l'indelebile impronta che hanno lasciato nella storia, nell'arte, nel paesaggio e nell'agricoltura, da San Romualdo fino ai nostri giorni. Al termine della camminata un monaco accoglierà i partecipanti per la visita della fattoria seicentesca, con le sue sale e le antiche cantine, e offrirà una degustazione del proprio vino e di prodotti tipici del Parco.

Itinerario: Monastero di Camaldoli (816 m), Case Castagnoli (643 m), Freggina (622 m), Chiesa San Martino a Monte (672 m), la Mausolea (417 m). **Lunghezza:** 9 km. **Durata:** una giornata. **Difficoltà:** E. **Ritrovo:** ore 14.30 Punto informazioni di Camaldoli.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Badia Prataglia **0575 559477 - 335 7987844**.



2014
**Autunno
Slow**
Nel Parco Nazionale
delle Foreste Casentinesi

SABATO 23

A CASA DI FRA' LUPO - attività di monitoraggio sulle tracce del lupo

In collaborazione con la guida Giovanna Matteagi.

La giornata inizierà con uno sguardo ai dati dei monitoraggi sul lupo, che il Parco ha raccolto negli anni grazie al costante lavoro del Corpo Forestale dello Stato (Coordinamento Territoriale per l'Ambiente). L'escursione sarà anche un momento per approfondire la conoscenza sul lupo, delle sue caratteristiche, ruolo e presenza.

Ritrovo: ore 9 al Planetario del Parco a Stia.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Badia Prataglia 0575 559477 - 335 7987844.

DOMENICA 24

LA FORESTA DEI BAMBINI

Una passeggiata nella foresta di Badia Prataglia per scoprire e raccontare i segreti degli alberi e degli animali. Adatto a bambini dai 3 ai 10 anni.

Ritrovo: Centro Visita di Badia Prataglia.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Badia Prataglia 0575 559477 - 335 7987844.

MARTEDÌ 26

"...LA CASETTA DI SASSO SUL FATICO SO VERDE..." (D. Campana)

Un viaggio nella memoria di queste montagne

In collaborazione con la guida Ennio Dallari

Magnifico percorso di mezza costa, sulle mulattiere che i coloni di montagna percorrevano in un tempo ormai lontano. Itinerario molto panoramico sulla Valle dell'Archiano che attraverserà l'incantevole e storico nucleo rurale di Tramignone, ormai villaggio fantasma e testimone di un'epoca tramontata per sempre.

Itinerario: Passo Fangacci (1.265 m), pendici di Poggio alle Capre (1.280 m), Tramignone (1.017 m), Badia Prataglia Centro Visita (835 m).

Durata: una giornata. **Difficoltà:** E. **Ritrovo:** ore 9 Centro Visita di Badia Prataglia.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Badia Prataglia 0575 559477 - 335 7987844.



2014
**Autunno
Slow**
Nel Parco Nazionale
delle Foreste Casentinesi

MERCOLEDÌ 27

TRAMONTO ALLA PIANA DEI ROMINTI

In collaborazione con la guida Marco Magrini

Quando il giorno lascia spazio alla notte tutto cambia, il paesaggio si trasforma e scopriamo che i nostri sensi non sono adatti alle tenebre. Ma ci sono alcuni animali che hanno fatto dell'oscurità il loro regno, specializzandosi alla vita notturna: questa sera e questa notte, ci avvicineremo alla vita di questi animali e ci dedicheremo alla ricerca delle loro tracce.

Itinerario: Centro Visite San Benedetto in Alpe, Cà del Rospo, Molino dei Romiti, Piana dei Romiti (e ritorno). **Lunghezza:** 9 km. **Durata:** una giornata **Difficoltà:** E. **Ritrovo:** ore 17.30 al Centro Visite di San Benedetto in Alpe.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Santa Sofia **0543 970249** (tutti i giorni dalle 10 alle 13 e dalle 14 alle 17)

SABATO 30

I GRANDI ALBERI SECOLARI

In collaborazione con Idro Ecomuseo delle Acque di Ridracoli.

Trekking verso l'altopiano di San Paolo in Alpe dove la presenza dell'uomo è visibile anche grazie alla testimonianza di grandi alberi. Con un piede nel passato e uno nel futuro scopriremo i maestosi guardiani di San Paolo. Grazie all'aiuto delle guide potrete mettervi alla prova in attività di treewatching e riconoscimento della vegetazione, utilizzando la tecnologia Dryades direttamente con il proprio ipad o tablet.

Itinerario: Ridracoli, Valdoppia, San Paolo in Alpe, antecima Monte Grosso, Ridracoli. **Lunghezza:** 12 km. **Durata:** una giornata **Difficoltà:** E. **Ritrovo:** ore 9.30 a Idro Ecomuseo delle Acque di Ridracoli

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Santa Sofia **0543 970249** (tutti i giorni dalle 10 alle 13 e dalle 14 alle 17)

SABATO 30

BIRD-TREKKING ALLA SCOPERTA DEL PICCHIO NERO

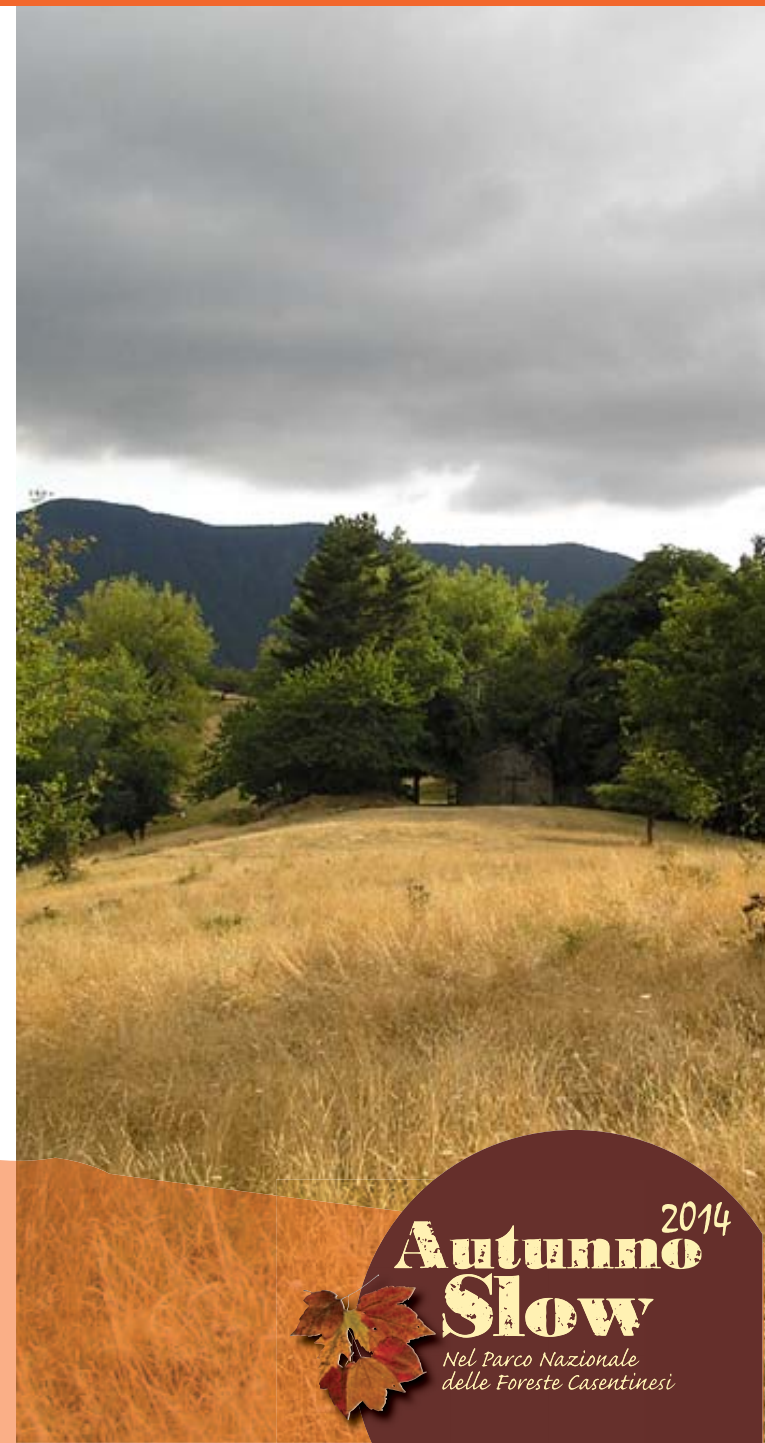
In collaborazione con la guida Giovanna Matteagi.

Escursione alla ricerca delle tracce del Picchio nero, uccello affascinante e piuttosto raro che ha bisogno di un habitat particolare, presente in alcuni tratti della foresta del Parco Nazionale. Il percorso del trekking si snoderà lungo un sentiero suggestivo ai margini della Area Integrale della "Pietra".

Durata: una giornata **Difficoltà:** E. **Ritrovo:** ore 9 al Passo della Calla

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Badia Prataglia **0575 559477 - 335 7987844.**



DOMENICA 7

I PAESAGGI DEL PARCO IN MOUNTAIN BIKE

In collaborazione con l'istruttore e guida Matteo Ranucci.

Panoramica escursione in mountain bike da Poggio alla Lastra alla Foresta della Lama, alla scoperta dei panorami del Parco Nazionale, tra storia e natura.

Avvertenze: bicicletta MTB obbligatoria, casco obbligatorio, camera d'aria di scorta obbligatoria. Richiesta una preparazione minima ed esperienza. Massimo 15 partecipanti. Adatto a tutti sopra i 13 anni.

Itinerario: Poggio la Lastra, Strabatenza, Casanova dell'Alpe, Lama e ritorno. **Lunghezza:** 35 km. **Durata:** una giornata. **Dislivello:** +600 m circa. **Difficoltà:** E. **Ritrovo:** ore 9 presso il Centro Visita di Santa Sofia.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Santa Sofia **0543 970249** (tutti i giorni dalle 10 alle 13 e dalle 14 alle 17)

DOMENICA 7

LA FORESTA DEI BAMBINI

Una passeggiata nella Foresta di Badia Prataglia per scoprire e raccontare i segreti degli alberi e degli animali. Adatto a bambini dai 3 ai 10 anni.

Ritrovo: Centro Visita di Badia Prataglia.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Badia Prataglia **0575 559477 - 335 7987844.**

SABATO 13

BRAMITI NELLA NOTTE

'Safari sonoro' nelle magiche Foreste Casentinesi, tra i possenti bramiti dei cervi maschi, cioè i loro richiami durante la stagione degli amori, che fanno vibrare le emozioni nelle lunghe e movimentate notti delle foreste del Parco.

Dislivello: +/- 500 m. **Difficoltà:** E. **Ritrovo:** ore 18.30 Punto informazioni di Camaldoli.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Badia Prataglia **0575 559477 - 335 7987844.**



SABATO 13

L'EMOZIONE VIAGGIA A DORSO D'ASINO!

Un parco AsinAbile per famiglie e bambini!

In collaborazione con la guida Marta Signi.

La storica abetina granducale di Campigna ospiterà per la prima volta un trekking con fidati asinelli lungo il Sentiero Natura del Parco Nazionale. Per tutti i bambini e i ragazzi sarà possibile salire in sella e provare l'emozione di cavalcare gli asinelli, una sensazione unica quella di muoversi nel bosco tra gli alberi "a dorso d'asino", esattamente come si faceva un tempo, in un'attività che accomuna anche le mamme e i papà a cui sarà affidata la conduzione degli asinelli.

Nel pomeriggio saranno realizzati tanti giochi a "tema asino" finalizzati alla conoscenza della speciale indole degli asinelli: dolci e socievoli saranno i compagni dei bimbi in giochi originali e inconsueti, finalizzati a imparare il rispetto dell'animale e dell'ambiente del parco e a prendere confidenza con esso.

A tutti i bambini e ragazzi presenti sarà rilasciato un attestato di partecipazione personalizzato.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Santa Sofia **0543 970249** (tutti i giorni dalle 10 alle 13 e dalle 14 alle 17)

DOMENICA 28

QUATTRO PASSI SUL TETTO DELLA ROMAGNA

In collaborazione con Idro Ecomuseo delle Acque di Ridracoli.

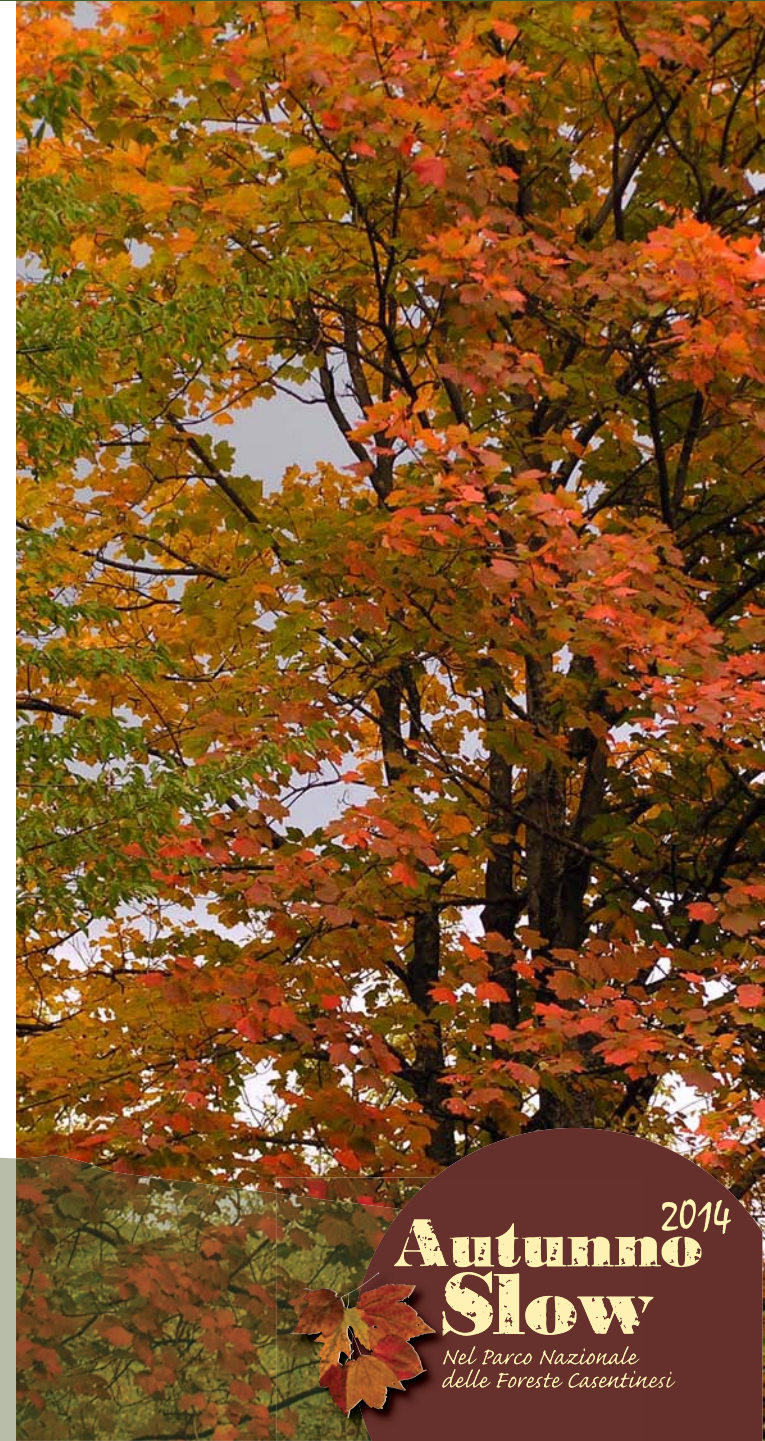
Facile escursione attraverso la millenaria abetina ricca di storia e fascino fino ai panoramici pascoli della Burraia alla ricerca di suoni e tracce lasciati dai più rappresentativi animali del Parco. Quattro passi divertendosi insieme in un periodo dove l'estate comincia a lasciare il passo all'autunno.

Itinerario: Campigna, Ponticino, Burraia, P.gio Sodo dei Conti, Fangacci, Ponticino, Campigna. **Lunghezza:** 7 km. **Durata:** una gioranta

Dislivello: +/- 500 m. **Difficoltà:** T. **Ritrovo:** : ore 9.30 al parcheggio dell'Albergo Scoiattolo a Campigna.

Quota di partecipazione: gratuito

Info e prenotazioni: Centro Visita del Parco di Santa Sofia **0543 970249** (tutti i giorni dalle 10 alle 13 e dalle 14 alle 17)



2014
**Autunno
Slow**
Nel Parco Nazionale
delle Foreste Casentinesi



UNIONE EUROPEA
Fondo europeo agricolo
per lo sviluppo rurale:
l'Europa investe nelle zone rurali



Regione Emilia-Romagna



Progetto "BirdWild Destination Emilia-Romagna" - Misura 421 Cooperazione Interterritoriale - Asse 4 - Programma Regionale di Sviluppo Rurale 2007-2013

Realizzazione a cura di:



Con il patrocinio di:



In collaborazione con:



Per informazioni e prenotazioni

**Centro Visita del Parco di Santa Sofia
tel 0543 970249**

www.autunnoslow.net

Autunno Slow 2014
Nel Parco Nazionale
delle Foreste Casentinesi