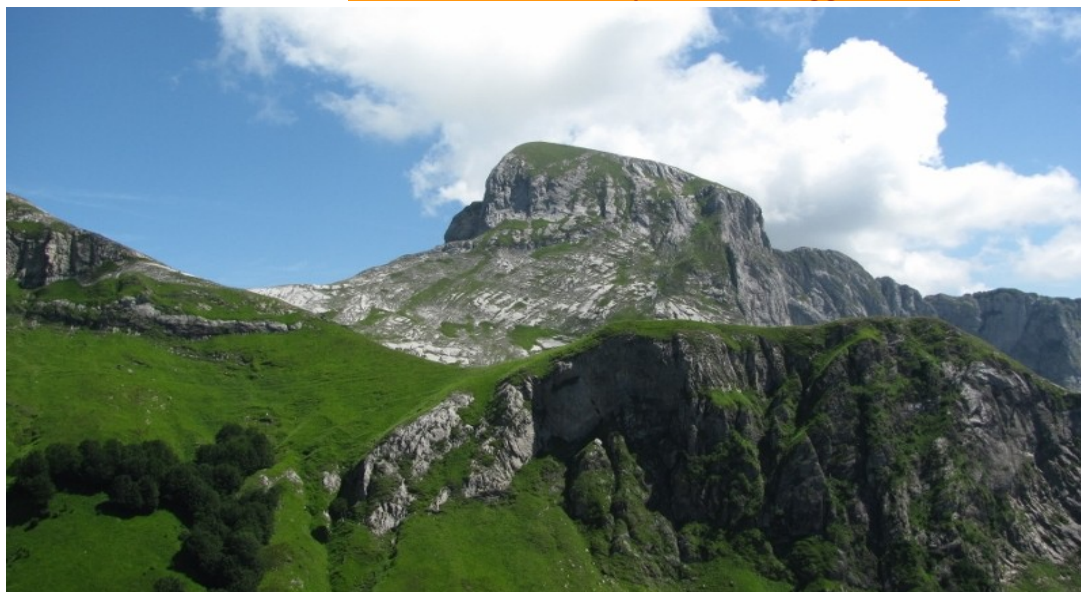




21 settembre 2014

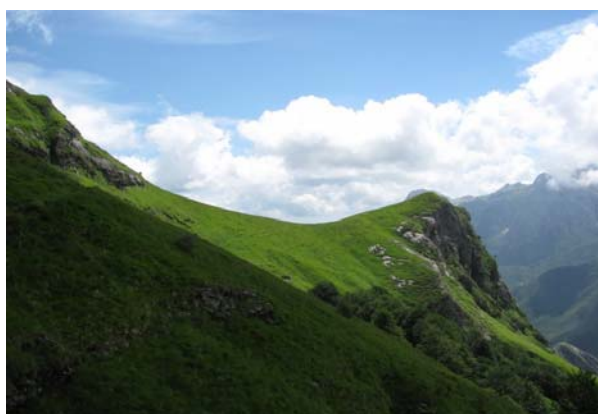
# Monte Sumbra

Arni-Sumbra-Capanne di Careggine



**Dislivello salita: 830 m / Dislivello discesa: 970 m Durata: 8 ore per 11 km ca.**

**Difficoltà : EE (escursionisti esperti). L'escursione si svolge prevalentemente su terreno aperto, a tratti esposto, ed è prevista la percorrenza di un breve tratto attrezzato. Necessario passo sicuro e buon allenamento.**



*Il passo del "contapecore"*



*Passo Fiocca ed il Sumbra*

## DESCRIZIONE ITINERARIO

Questa lunga ed impegnativa traversata ci porterà a scoprire una delle montagne simbolo delle Alpi Apuane: il Sumbra.

La sua inconfondibile sagoma, infatti, è facilmente riconoscibile anche da lontano e la posizione centrale, rispetto allo sviluppo della catena apuana, fa della sua vetta un punto panoramico straordinario.

La nostra escursione ha inizio dal paese di Arni a quota 900m presso un gruppetto di case in località "Orioli", qui imbocchiamo il sentiero 144, uno dei più lunghi ed impegnativi delle Apuane. Iniziamo a salire ripidamente dentro boscaglia e vegetazione alta che a tratti nasconde il sentiero stesso, dopo aver superato 200m di dislivello, finalmente la macchia lascia il posto a paleo e roccette, aprendo la visuale sulle montagne intorno. Risalito un marcato costone, il sentiero devia a destra attraversando lisce placche di calcare, intagliate in alcuni tratti da provvidenziali gradini, fino al raggiungimento (2h) di una selletta denominata "Malpasso" a quota 1430m. Qui inizia il tratto più delicato: scavallato il malpasso un cavo ci aiuta a calarci sul sentiero, che prosegue in traverso, presentando alcuni tratti piuttosto esposti uno dei quali protetto da cavo, fino ad addentrarsi nel

suggestivo bosco del "Fato Nero": una piccola faggeta "pensile" posta alla testa dell'omonimo fosso. Il sentiero, che si snoda all'interno del bosco, ci regala adesso una bella passeggiata al fresco degli alberi con un riposante andamento pianeggiante. Usciti di nuovo allo scoperto con un traverso su paleo si raggiunge un'altra marcata insellatura detta il "Contapecore" (1h da malpasso). Da qui proseguiamo verso il roccioso e "lunare" Passo Fiocca (1550 mt /30 min.) formato da un'unica gigantesca placconata marmorea. Il passo è dominato ad est dall'imponente spigolo ovest del Sumbra ed è in corrispondenza del crocevia tra sentiero 144 e



Vista dalla vetta del Sumbra: le Apuane settentrionali



Il passaggio della "pietra tagliata"

145, noi deviamo a destra per seguire quest'ultimo e, dopo pochi minuti, arriviamo all'inizio del tratto attrezzato "R. Malfatti", questo sentiero, interamente assistito da cavo metallico, risale un ripido scivolo erboso che ci permette di raggiungere la vetta del Sumbra (1764 mt) in circa 45 min.

Qui, dopo aver mangiato, e goduti il meritato riposo, ripartiremo in direzione Est lungo la dorsale della parete Sud del Sumbra che a tratti appare sotto di noi in tutta la sua maestosa verticalità. Superato un breve passaggio su rocce, ci addentriamo in un'altra splendida faggeta che cala dolcemente al "colle delle Capanne" (1h 20 dalla vetta), qui deviamo a destra per praterie perdendo costantemente quota fino al caratteristico passaggio della "pietra tagliata" (1h): un lungo anfratto tra due grandi rocce di origine naturale ma tale da sembrare tagliato da mani d'uomo, oltrepassata questa angusta "forra", la cui larghezza obbliga al passaggio di una persona per volta, entriamo in un castagneto che ci condurrà a Capanne di Careggine (1h 20) dove ha termine la nostra escursione.

### **Informazioni:**

**Partenza: ore 6:30 presso bar Baraonda a Bardalone con mezzi propri. Trattandosi di una "traversata" lasceremo una parte di auto a Capanne di Careggine per poi proseguire per Arni, terminata l'escursione recupereremo le auto lasciate alla partenza.**

**Per i non soci obbligatoria assicurazione di 7€ da attivare entro le 22 di venerdì 19 settembre.**

Per informazioni e prenotazioni contattare l'organizzatore Gianluca Spinicci

Cell.: 349 6635003 email: [gja.spi@libero.it](mailto:gja.spi@libero.it)

**Necessario abbigliamento idoneo alla montagna: scarponi alti da trekking, copricapo per il sole, windstopper, pranzo al sacco ed una generosa scorta d'acqua per la mancanza di fonti lungo il percorso.**

**L'organizzazione si riserva di modificare il percorso in base alle condizioni metereologiche o di qualsiasi altra natura che ne impedissero lo svolgimento nel pieno della sicurezza.**