



27 SETTEMBRE 2015
PICCO DI NAVOLA



DESCRIZIONE ITINERARIO

L'escursione ha inizio poco sopra Biforco, in località Mozziconi, lungo la via che conduce a Capanne Vergheto. Lasciamo le auto in prossimità del tornante dove ha inizio il sentiero n. 37, da qui seguiremo il corso del Canal Regolo, o Regollo, lungo una vecchia via di lizza. In prossimità del bivio con il sentiero che porta a Case al Riccio, attraverseremo il canale verso destra salendo decisamente in direzione di Foce di Navola. Oltrepassata la vecchia costruzione denominata "Rifugio Pisano" e i resti delle Capanne di Navola, lasceremo il sentiero per seguire la traccia che ci condurrà alla sommità del suggestivo Picco di Navola, da cui si gode una vista mozzafiato sia sulla costa sia sulle montagne circostanti, dalle vette delle Apuane meridionali al Sagro. Dopo una sosta riprenderemo la traccia di sentiero fino a giungere a Foce di Navola, poi, seguendo il sentiero 173 continueremo fino a Foce di Vinca.

Da qui il sentiero 38 ci condurrà in ripida discesa prima a Case Riccio, poi a Case dei Pisani, testimonianza dell'attività estrattiva della zona, fino ad arrivare a Foce Luccica e Capanne Vergheto, punto in cui termina il sentiero. Nell'ultimo tratto dell'escursione percorreremo la via carrabile, ben poco transitata, che, in poco meno di un'ora, in mezzo a secolari castagni, ci riporterà al punto di partenza.

Tipo di itinerario: ad anello

Dislivello: 900 metri

Durata: 7/8 ore

**PUNTO DI RITROVO: ore 6,20 parcheggio dell'Istituto Tecnico per Geometri di Pistoia;
ore 6,40 parcheggio vicino al passaggio a livello di Pieve a Nievole.**

Pranzo al sacco

Per i non soci CAI assicurazione infortuni € 7,00

Necessario adeguato abbigliamento da montagna, OBBLIGATORI scarponi da trekking alti con suola scolpita. L'itinerario, tipicamente apuano, richiede una buona preparazione fisica e adeguata esperienza perché risulta impegnativo sia per lunghezza che per dislivello, oltre che per il cammino spesso malagevole.

Per info e iscrizioni contattare: Elisa Maltagliati 3470930417