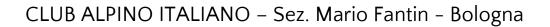


ALPINISMO GIOVANILE





week-end in Toscana al Rifugio Porta Franca sabato 20 e domenica 21 luglio 2024



Luogo ed orario del ritrovo	Sabato 20 luglio parcheggio Stazione FS di Pracchia alle ore 9:30
Mezzo di trasporto	Andata auto proprie, possibilità di ritorno con treno; si invita al carsharing tra genitori
Descrizione	Partenza dal paese di Pracchia ed ascesa verso il rifugio Portafranca; se il tempo sarà favorevole opteremo per un percorso in cresta passando per le cime Poggio del Ronco, Puntone dell'Inferno, Punta della Crina, Rifugio del Montanaro e Poggio dei Malandrini; se la giornata sarà calda invece opteremo per il passaggio attraverso il bosco del Teso e l'albero con gli occhi; arrivo al rifugio Portafranca, sistemazione nelle camere, giochi e cena.
	La domenica, colazione al rifugio, preparazione degli zaini con pranzo al sacco e partenza verso Monte Gennaio per poi deviare verso valle passando per il Monte Orsigna, Monte del Cocomero, Lagacci.
	Il programma sarà adattato in funzione delle condizioni meteo.
Percorso	Attività su percorsi CAI e nel bosco limitrofo
Merende	Prevedere eventuali snack confezionati e/o frutta ed acqua. Per la merenda è una buona idea quella di dare alle ragazze/i qualche zucchero (cioccolata, frutta secca, uvetta) che possa aiutarli nello sforzo fisico.
Ritorno	Fine attività nel pomeriggio di domenica 21 luglio
Difficoltà fisica	Media – medio-impegnativo: sabato 10 km dislivello positivo + 1.050 domenica 15 km dislivello positivo +300 negativo -1.350
Tempo di percorrenza	Variabili con un massimo di 6 ore senza le soste.



ALPINISMO GIOVANILE



CLUB ALPINO ITALIANO – Sez. Mario Fantin – Bologna

Abbigliamento e attrezzature	Pantaloni lunghi preferibilmente modulabili (oppure corti in funzione del comfort del minore) maglietta traspirante, guscio, cappellino, 1 cambio completo di mutande e calzini, zaino capiente con copri-zaino, borraccia o camelbag di almeno 1,5 litri. Ciabatte leggere, lampada frontale, occhiali da sole, crema solare, burrocacao per le labbra; scarponcini adatti al trekking estivo con preferenza in gorotex e suola in vibram. Portare cerotti normali e antivesciche, medicine personali con istruzioni per l'uso, sacco lenzuolo, un piccolo asciugamano e spazzolino da denti. Organizzare il bagaglio in uno zaino unico per i due giorni.
Partecipanti	Bambini e ragazzi da 7 a 17 anni; possibilità di partecipazione familiari adulti al seguito.
Ammessi SOLO soci CAI in regola con l'iscrizione 2024 Quota di partecipazione	 €. 35,00 quota per minori (coprono le spese vive per la sistemazione in rifugio con modalità pensione completa, comprensivo di cena, pernotto, colazione e pranzo al sacco del successivo giorno) spese degli accompagnatori ed assicurazione. Suggeriamo di dare ad ogni bambino 5 euro per coprire le piccole spese che dovessero rivelarsi necessarie. €. 40,00 quota degli adulti per il trattamento pensione completa+ €. 4,00 quota soci CAI (oppure €. 14,00 per i NON soci CAI)
Iscrizione obbligatoria Entro Sabato 22 giugno 2024	Per iscriversi: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfNZoGYL-FeqO6SDPOmLKE1YWvbCOvu7i6JJwh_cGJ3izyyRQ/viewform Disponibili 17 posti; - versare contestualmente la quota prevista per minore e/o adulto tramite bonifico al seguente IBAN Iban IT 12 F 03475 01605 CC00 1044 7475 intestato a Michele Rella Causale: AG Rifugio Portafranca 20-21 luglio + nome partecipante/i". In caso di rinuncia per giustificati motivi le cifre versate saranno restituite al netto delle spese già sostenute (€ 30,00 che vanno versati al rifugio come caparra) entro e non oltre la data del 14 luglio 2024.
Accompagnatori	Michele Rella 328 08 65 988 Maria Grazia Gualandi 349 44 30 116
Gruppo Whatsapp	Per essere sempre aggiornato sulle iniziative dell'Alpinismo Giovanile del CAI di Bologna utilizza il link sottostante https://chat.whatsapp.com/4HamCtlbC1d6jRtILKt6Ir