

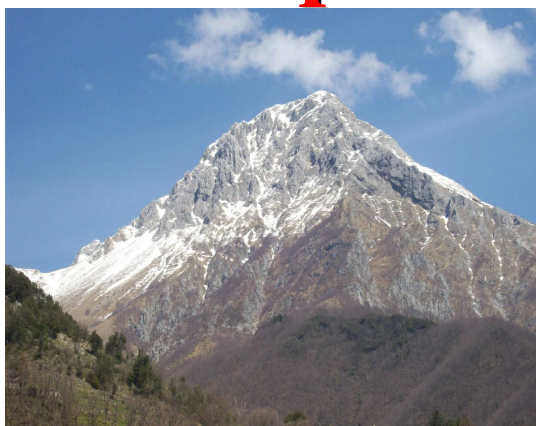


CAI
Club Alpino Italiano
Sezione Bismantova APS - ETS
Sede in Castelnovo ne'Monti
Via dei Partigiani 10- Casa del Volontariato
E-mail : caibismantova@alice.it
www.caibismantova.it



Domenica 17 maggio 2026

Apuane: Pania della Croce



Versante ovest sud-est Pania della Croce

Ritrovo 1: ore 6:45 presso il piazzale antistante la Casa del Volontariato, a Castelnovo ne' Monti, in Via dei Partigiani.

Ritrovo 2 e partenza sul percorso: ore 8:45/9 parcheggio di Piglionico. In automobile: Ligonchio-Passo Pradarena-Piazza al Serchio-Castelnuovo Garfagnana-Molazzana-Brucciano-Foce di Piglionico.

Itinerario ad anello: si partirà sul sentiero 117-GT nel faggeto, si oltrepasserà il Rif. E. Rossi per salire sulla vetta della Pania dal sentiero 126-GT. Dopo la sosta in vetta si scenderà sul versante ovest, sul 126-GT per arrivare in località Foce di Mosceta e al Rif. Del Freo (141-SI). Dopo la sosta pranzo si scenderà sul sentiero 141, 9-SI, fino ad incontrare il sentiero 127-SI, dove svolteremo a destra per seguirlo fino a Piglionico e alle automobili. Il giro ad anello parte dal parcheggio

di Piglionico, poi si sale sul sentiero verso il vallone boscato con la Pania Secca o Uomo Morto in alto. Il sentiero sale abbastanza ripido con serpentine nel terreno soffice e su rocce. Si esce dal faggeto e si arriva al Rif. Rossi, dove c'è una fontanella. Si prosegue poi verso la Pania della Croce dove, dopo il bivio per il Passo degli Uomini della Neve, il sentiero 126 sale decisamente nella zona della Buca della Neve, su sfasciumi calcarei, per arrivare sulla vetta. Raggiunta la vetta della Pania (1.843 m), si scende sul versante opposto perdendo quota rapidamente, per raggiungere la piana di Foce di Mosceta e il Rif. Del Freo. Dopo la sosta si scende per rientrare a Piglionico dal versante nord della Pania della Croce. Dalla vetta della Pania, il panorama è ampio, con vista sul mare e sulle isole del Tirreno. A seconda dell'orario di rientro in auto si valuterà se e dove fermarsi per la cena.

Dislivello: +/- m 870. Difficoltà: EE (Impegno fisico e tecnico). Durata anello: 6 h escluse soste. Lunghezza 11 Km.

Dotazione e abbigliamento: quella di base per l'escursione in alta montagna: bastoncini, pedule/scarponi da escursionismo, ricambio calze, felpa, pantaloni adeguati, giacca a vento/pioggia, berretto, guanti, cibo, borracce acqua, occhiali da sole, creme da sole.

L'escursione è aperta ai soci CAI in regola con l'iscrizione annuale.

I partecipanti dovranno firmare l'elenco dei partecipanti per presa visione delle caratteristiche dell'escursione e del Regolamento Gite della Sezione CAI Bismantova.

Inoltre, i partecipanti dovranno:

- essere fisicamente preparati, con abbigliamento ed attrezzature adeguate alle esigenze delle escursioni previste, in ambiente di montagna alpina;
- attenersi alle disposizioni impartite dal/i direttore/i di gita;
- seguire gli itinerari prestabiliti senza allontanarsi dal gruppo, salvo autorizzazione dei direttori di gita a seguito di motivata richiesta;
- collaborare con i direttori, per la buona riuscita della gita ed essere solidali con le loro decisioni, soprattutto a fronte di insorti imprevisti, necessità o difficoltà;

Direzione gita, info e iscrizioni, meglio su WhatsApp: Barbantini Roberto 338 9730861, Mauro Moggi 3355769131.