



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI REGGIO EMILIA
Commissione Escursioni



Una
montagna
di salute

10 ottobre 2021
Evento diffuso



Commissione Centrale Medica del CAI in collaborazione con
le Commissioni Mediche di Liguria-Piemonte-Val d'Aosta,
Bergamo, Veneto-Friuli Venezia Giulia, Emilia-Romagna,
Abruzzo, Lazio, Sicilia.

Domenica 10 ottobre 2021

SENTIERO DEI DUCATI

**Alla scoperta della "Rupe dell'Enza" e visita ai borghi
IN COLLABORAZIONE CON LA SOTTOSEZIONE DI SCANDIANO**

Il Sentiero dei Ducati (SD), è un trekking recentemente rilanciato sulla rete interregionale (Emilia/Toscana), a cura della Sezione CAI di Reggio Emilia. Nella sua parte reggiana il Sentiero si snoda da Quattro Castella al Passo Lagastrello.



PROGRAMMA

L'escursione, proposta in modalità "camminare lento", interessa un tratto del SD sul medio Appennino, caratterizzato da graziosi borghi e ambienti naturali di rara bellezza, comprendente la cosiddetta "Variante dei Pizzoni" prudenzialmente classificata EE, mettendo sull'avviso di taluni passaggi che comportano difficoltà e richiedono attenzione particolare, soprattutto in presenza di terreno bagnato. Giunti in auto a Cereggio, ci si immetterà direttamente sulla "variante" (segnavia CAI 680A), scendendo tra castagneti e metati fino alla località i Pizzoni, oltre la quale si dovranno superare alcuni tratti scoscesi, una frana attiva e un profondo guado. Tutto ciò verrà ricompensato dalla vista di



sorprendenti formazioni di arenaria modellata dagli agenti atmosferici e da ampi panorami sulla valle del fiume Enza. Saliti poi al borgo di Taviano, è prevista la sosta-pranzo in presenza di una fontana. Il ritorno si svolgerà, invece, percorrendo il tracciato normale del SD, prevalentemente su strada sterrata e in parte su asfalto fino a Cereggio, dove è prevista una breve visita guidata, grazie alla disponibilità di amici residenti, impegnati nel promuoverne la vocazione di "borgo accogliente". Nel viaggio di rientro, si potrà fare una sosta a Vetto presso la Cooperativa di Comunità "Il Pontaccio" ed eventualmente fare due passi tra le vie più caratteristiche del centro storico.



Avvertenze: è richiesto un abbigliamento adatto all'escursione; scarponi, zaino, bastoncini telescopici, giacca a vento, occhiali da sole, protezione solare, **borraccia piena**, **pranzo al sacco**, ricambio da lasciare in auto.

Difficoltà: EE - alcuni passaggi richiedono particolare attenzione
Durata: 4h (Escluse le pause)
Dislivello: Salita 400 m. circa, Discesa 400 m. circa **Lunghezza:** 8,5 km circa
Luogo di ritrovo: Cereggio (RE)
Orario di ritrovo: 09.00 **Orario di partenza:** 09.15
Mezzo di trasporto: mezzi propri **in osservanza alle norme COVID**
Orario fine attività: 17h 00m circa
Cartografia: Carta escursionistica Alto Appennino Reggiano n° 2 - CAI Reggio Emilia - Geomedia
Capigita: Cavalchi Giuseppe (tel. 335 7384631) – Torreggiani Fulvio (CAI Scandiano)

Gli accompagnatori si riservano la facoltà di apportare modifiche al programma sopra descritto.

**Prenotazione obbligatoria presso la Sede entro venerdì 8 Ottobre
massimo 20 iscritti.**

I partecipanti dovranno attenersi alle indicazioni dei responsabili dell'escursione, in particolare per quanto riguarda le **DISPOSIZIONI ANTI COVID 19** riportate nel prosieguo della presente locandina.

La partecipazione comporta la conoscenza integrale e l'accettazione del presente programma e del Regolamento Sezionale disponibile sul sito www.caireggioemilia.it.

CAI Sezione di Reggio Emilia - APS

Via Caduti delle Reggiane 1H - Reggio Emilia - Tel. 0522 436685 r.a.

email attivitasezionali@caireggioemilia.it - www.caireggioemilia.it - facebook CAI Sezione di Reggio Emilia

Orari di apertura: mercoledì dalle 18.00 alle 21.00, giovedì e venerdì dalle 19.30 alle 21.00



DISPOSIZIONI ANTI COVID 19

Oltre al regolamento gite sociali, saranno adottate anche le seguenti misure di contenimento "Emergenza COVID-19".

Chi intende prenotarsi deve essere consapevole che non potrà partecipare se:

- ✓ NON ha ricevuto preventiva comunicazione scritta di accettazione dell'iscrizione;
- ✓ NON ha debitamente compilato e sottoscritto il modulo di **Autodichiarazione**;
- ✓ NON è provvisto dei necessari DPI (mascherina, gel disinfettante);
- ✓ è soggetto a quarantena;
- ✓ se è a conoscenza di essere stato a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni;
- ✓ se non è in grado di certificare una temperatura corporea inferiore ai 37,5°C e assenza di sintomi simil influenzali ascrivibili al Covid-19.

Ogni partecipante dovrà osservare scrupolosamente le regole di distanziamento e di comportamento:

- ✓ durante l'escursione va mantenuta una distanza interpersonale di almeno 2 metri. Ogni qualvolta si dovesse diminuire tale distanza, durante le soste e nell'incrocio con altre persone è obbligatorio indossare la mascherina;
- ✓ sono vietati scambi di attrezzatura, oggetti, cibi, bevande o altro tra i partecipanti non appartenenti allo stesso nucleo familiare.

Si fa obbligo ai partecipanti di avere con sé la mascherina e il gel disinfettante a base alcolica.

È responsabilità dei partecipanti non disperdere mascherine o quant'altro lungo il percorso, tutto va riportato a casa così come rifiuti.

Le presenti Disposizioni Anti COVID 19 si intendono sin d'ora integrate dalle ulteriori disposizioni di legge emanate sino alla data di realizzazione dell'escursione.