



III GARA DI SCI CONAF

SABATO 24 MARZO ABETONE (PT)

PROGRAMMA ACCOMPAGNATORI

O PER CHI NON INTENDE PARTECIPARE ALLA GARA DI SCI O SCIARE

Ore 8.00 - Ritrovo presso Hotel Bellavista (Via Brennero 383) in centro Abetone
8.15 – trasferimento con auto propria in località *Val Di Sestaione (Orto Botanico)*
8.30 – partenza itinerario Lago Nero - Alpe Tre Potenze
16.00 -16.30 – rientro

Descrizione itinerario

Lago Nero - Alpe Tre Potenze

L'itinerario si svolge prevalentemente lungo il sentiero CAI 104 e risulta suddiviso in due parti ben distinte sotto gli aspetti vegetazionali e floristici: il primo tratto è compreso interamente all'interno del bosco e sale -per un dislivello di circa 400 m- fino a raggiungere il limite altitudinale della vegetazione arborea; qui inizia la seconda parte (facoltativa) rappresentata dai prati di altitudine, dal Lago Nero alla cima dell'Alpe Tre Potenze .

Dati tecnici sul percorso:

- tempo di percorrenza: 3,5-4 ore in andata, 2-2,5 ore in ritorno.
- dislivello totale 643 m
- tipo di tracciato: sentiero segnato. Il percorso si svolge in prevalenza su sentiero di montagna, soltanto un breve tratto iniziale è su strada sterrata che prosegue comunque fin quasi al Lago Nero attraverso un altro percorso.
- Si consiglia
 - Abbigliamento tecnico
 - Scarpe da trekking
 - In caso di neve fresca si possono noleggiare racchette da neve (ciaspole)
 - Zaino
 - pranzo al sacco (si consiglia di portarsi un pasto leggero poiché nel percorso non sono presenti ristori)
 - acqua almeno 1 litro/testa

COMUNICARE NOME E CELLULARE ALL'HOTEL BELLAVISTA TEL 0573 60028