

# NOTE PRATICHE

## F.A.Q. (Domande Frequenti)



Visto che all'approssimarsi delle lunate le domande che ci fate sono sempre le stesse abbiamo pensato di riassumere tutto in una lista di domande frequenti.. Speriamo di essere stati esauritivi!

### **Come faccio ad arrivare a Civago?**

Per arrivare a Civago le istruzioni sono sul nostro sito ([www.rifugiosanleonardo.it](http://www.rifugiosanleonardo.it)).

### **Quando sono a Civago dove devo andare?**

Una volta arrivati a Civago al primo bivio tenete la strada più a destra (NON entrate per il centro) e proseguite sempre dritto per circa 1 km. Non prendete né la strada a sinistra che scende verso Piandelagotti né soprattutto la strada che porta a Case Cattalini (indicazioni per i rifugi Segheria e Battisti – SBARRA). Tenete sempre dritto seguendo le indicazioni dei rifugi Segheria, Battisti e Ospitale San Leonardo via sentiero CAI 605.

Arrivati al bivio per le Case di Civago (sulla destra) proseguite ancora lungo la strada principale fino al termine dell'asfalto. In caso di neve il ritrovo è proprio qui visto che gli spalaneve ammucciano la neve e chiudono l'accesso alla strada non asfaltata.

Se non c'è neve (o ce n'è abbastanza poca) si può proseguire in auto ancora per 300 metri fino agli ampi parcheggi dove termina la strada. E' qui che vi aspettiamo!

### **Dalla Toscana come faccio per arrivare a Civago?**

Per chi proviene invece dalla Toscana una volta a Civago (venendo da Piandelagotti – Imbrancamento) è obbligatorio prendere a sinistra all'altezza del cimitero (accesso al centro vietato); una volta in cima alla rampa svoltare stretto a sinistra e inserirsi nella strada della valle del Dolo, poi seguire le indicazioni di sopra.

### **Se arrivo in ritardo chi devo chiamare?**

Se qualcuno è in ritardo è meglio che avvisi per tempo al rifugio visto che gli altri telefonini dopo Gazzano non prendono praticamente più nulla. (Vodafone pochino, TIM pochissimo, WIND e TRE assolutamente nulla). Dal rifugio ci avvisano per radio.... Il numero è 338-4532324

### **Cosa succede quando arrivo al punto di ritrovo?**

Ci saranno le guide ad attenderti. Siccome siamo in tanti è bene che il capogruppo dica che il gruppo è arrivato e prenda le ciaspole e i bastoncini se concordato per il ritiro a Civago. Siamo a disposizione per farti vedere come si mettono e come si usano, sempre ammesso che ci sia la neve già a Civago. Altrimenti la lezione è rimandata su al rifugio san leonardo! Più numeroso è il tuo gruppo prima cerca di arrivare! Così avremo tempo di mostrarti l'uso delle ciaspole e prepararci con calma.

### **Stiamo sempre tutti insieme?**

Quando siamo arrivati tutti (o quasi) possiamo partire per San Leonardo. Siccome il sentiero è semplice e ben segnalato puoi anche avviarti autonomamente o con il tuo gruppo fino là, dove ti attende il primo rinfresco. Dopo il san leonardo però i gruppi resteranno sempre insieme alle guide che apriranno e chiuderanno la fila.

### **Dove vado? AI BATTISTI o al SEGHERIA?**

Che dilemma! Riepilogo i programmi, come già scritti sul sito..

PROGRAMMA SEGHERIA - Sabato ore 15: Ritrovo alla partenza del sentiero CAI 605 e incontro con la Guida. Breve descrizione dell'utilizzo delle ciaspole per i neofiti della camminata silenziosa su neve.

Verso le 16: partenza per il Rifugio San Leonardo e merenda (170 metri di dislivello, 1500 metri lineari, 30 minuti circa). Da qui proseguiremo verso il Rifugio Segheria lungo il sentiero CAI 605 (180 metri di dislivello, 2,5Km, 50 minuti circa). Verso le ore 19, a buio fatto, partiremo nuovamente con le ciaspole ai piedi lungo la pista che conduce al Passo delle Forbici e al Passo del Giovarello per la Lunata vera e propria. Da qui, dopo un bicchiere di vin brulé caldo bollente, torneremo verso il Rifugio Segheria dove ci attende la cena verso le ore 22.

Il percorso intero di andata e ritorno fino al Passo delle Forbici è abbastanza lungo (7Km) ma solo in lievissima pendenza (140m di dislivello). A percorrerlo tutto andata e ritorno ci vogliono circa 3 ore (comprese le pause vin brulé), ma se qualcuno pensa di tornare

anticipatamente al Rif. Segheria può farlo senza problemi anche in autonomia visto che sia all'andata che al ritorno percorreremo lo stesso facile sentiero.

A seguire serata in compagnia e pernottamento al Rifugio Segheria.

Domenica mattina: Chi vuole terminare l'escursione può scendere autonomamente a Civago lungo l'itinerario di salita del giorno precedente. Per chi invece vuole completare il giro della vallata è possibile una ciaspolata sempre con la Guida dal Rifugio Segheria fino al Rifugio Battisti dove pranzeremo (400m dislivello, 3Km di percorso in circa 1 ora e mezza). Il ritorno a Civago è previsto per le ore 16-16,30.

PROGRAMMA BATTISTI - Sabato ore 15: Ritrovo alla partenza del sentiero CAI 605 insieme all'altro gruppo. Verso le 16: partenza per il Rifugio San Leonardo e merenda (170 metri di dislivello, 1500 metri lineari, 30 minuti circa). Da qui proseguiremo verso il Rifugio Segheria lungo il sentiero CAI 605 (200 metri di dislivello, 2,5Km, 50 minuti circa) ove effettueremo una breve sosta. Proseguiremo verso il Battisti sempre lungo il sentiero CAI 605 alla luce della Luna e ci spingeremo fino al Passone ad ammirare il panorama del crinale in notturna dopo avere eventualmente depositato gli zaini al passo di Lama Lite (400m dislivello, 3Km di percorso in circa 1 ora e mezza)

Verso le 22: cena al rifugio e serata in allegria, pernottamento al Rif. Battisti.

Domenica mattina: Chi vuole terminare l'escursione può scendere autonomamente a Civago lungo l'itinerario di salita del giorno precedente. Per chi invece vuole proseguire è possibile una ciaspolata sempre con la Guida dal Rifugio Battisti fino al monte Piella (quota 2050m, 300m di dislivello in salita dal Battisti, 2,5Km e circa un'ora e mezza di cammino) da dove, se saremo fortunati, si vede il mare. Scenderemo poi al Rifugio Segheria dove pranzeremo. Il ritorno a Civago è previsto per le ore 16-16,30.

*La parte di escursione che si svolge in notturna (la Lunata vera e propria) potrà subire variazioni in base alle condizioni meteo, allo stato del manto nevoso, alla temperatura e comunque ad insindacabile discrezione della Guida che ha la responsabilità del gruppo.*

**I due percorsi non hanno la stessa difficoltà: se ti fermi al Rif. Segheria abbandoni subito lo zaino, puoi effettuare un'escursione notturna ridotta rientrando prima, e compi un percorso di dislivello decisamente minore. Se sali al Battisti invece è necessario più allenamento visto che in totale sono quasi 700 metri di dislivello da fare con lo zaino in spalla contro i 350 del Segheria e che comunque al Battisti dovrai arrivare per forza.**

**Un consiglio? Se non sei mai stato/a sulle ciaspole o se non hai ben chiaro quanto sia lo sforzo necessario a superare un dislivello di 100, 200 o 300 metri opta allora per il Segheria. Al Battisti puoi sempre salire il giorno successivo per il pranzo (senza zaino) o alla lunata seguente se questa ti è piaciuta!!!**

### **Come faccio a prenotare?**

Per prenotare basta telefonare o inviare una mail all'indirizzo del rifugio san leonardo.

Per favore specifica sia **numero di telefono** che **indirizzo email**, tutte le comunicazioni verranno fatte per posta elettronica (note pratiche tipo questa, assegnazione ai rifugi, bollettini meteo nei giorni precedenti..) e il telefono ci serve per contattarvi al volo.

Fateci sapere se preferite Battisti o Segheria, cercheremo di accontentarvi, e se vi servono le ciaspole a nolo. Il prezzo è lo stesso per tutti ma dobbiamo portarvi quanto necessario!

### **Dove ritiro le ciaspole?**

Puoi ritirare le ciaspole dal mercoledì fino al venerdì sera precedente la lunata (**attenzione!! Giovedì chiusura infrasettimanale!!!**) presso il negozio REGGIO GAS, in via Cecati a Reggio Emilia (vedi [www.reggiogas.it](http://www.reggiogas.it)). Se vieni da fuori o non riesci in alcun modo a passare da Reggio te le consegnamo direttamente noi a CIVAGO. In ogni caso le ciaspole non ritirate entro il venerdì sera alle ore 20 verranno trasportate a Civago per la consegna in loco.

### **Dove lascio le ciaspole al ritorno?**

Se le hai ritirate a Reggio Gas le devi riportare entro il mercoledì successivo. Se le hai ricevute a Civago le riconsegnerai alla guida al ritorno a valle la domenica pomeriggio. Se invece pensi di scendere anticipatamente la domenica mattina ti dovrai accordare con la tua guida su dove lasciarle.

### **Come faccio a sapere se le ciaspole servono o no?**

Dovremmo avere la sfera di cristallo! Solitamente siamo bene informati sulle condizioni della neve ma può succedere che lungo alcuni punti ci sia più o meno neve. Nel dubbio ti consigliamo di prenderle su, al limite le trasporti sullo zaino fino al momento del bisogno.

### **Devo pagare una caparra per prenotare?**

Sì! La conferma della tua prenotazione la avrai comunque con il versamento di una caparra di **30€ a persona**. L'anticipo (caparra) dovrà essere versato in un'unica soluzione facendo riferimento al nome del capogruppo che ha prenotato. Porta pazienza, è un po' noioso ripeterlo ma siamo sempre un monte di persone e quando siamo a spasso per i monti preferiamo che sia tutto divertente e spensierato.

### **Dove vado per pagare la caparra?**

Per versare le caparre puoi passare sempre dal negozio Reggio Gas se abiti a Reggio Emilia o dintorni, oppure tramite bonifico bancario. Il nostro codice IBAN è **IT35 H031 2712 8090 0000 0001 117** intestato ad Associazione Antico Hospitale via Milano 8 - 42122 Reggio Emilia. Se fai il bonifico specifica nella causale il nome del gruppo e la data della lunata.

### **Quando verso il saldo?**

Il saldo delle quote di iscrizione dovrà essere versato la domenica mattina dopo colazione, eventualmente insieme alla quota della ciaspolata e del pranzo della domenica se pensi di aderire.

### **Quando devo dire se penso di fare anche l'escursione della domenica mattina?**

Se hai già le idee chiare per la domenica saremo felici di prendere la tua prenotazione fin da subito. Se però preferisci attendere non ci sono problemi. L'importante è che sia comunicato alla tua Guida entro la serata di sabato in modo che sia possibile riservare i tavoli presso i rifugi.

### **Se c'è brutto tempo la lunata è rimandata?**

La Lunata verrà annullata solo in presenza di grave e persistente condizione di meteo avverso tramite comunicazione telefonica e mail. Solo in questo caso la tua caparra verrà mantenuta valida per una edizione successiva della lunata.

Condizioni di meteo variabile, di probabile copertura nuvolosa o altro non ci porteranno ad annullare l'evento, è bello andare in montagna anche mentre nevicata! E come spesso succede la montagna riserva belle sorprese! Trovarsi all'improvviso la Luna piena sopra le nuvole dopo un'abbondante quanto improvvisa nevicata.. Beh, è uno spettacolo per il quale val la pena di rischiare!

### **Dove si mangia? E soprattutto, cosa?**

Mangiare si mangia, e parecchio! Cominciamo a rifocillarti al **san leonardo** dopo solo mezz'ora di cammino con una buona merenda a base di salame, pecorino, torte del rifugio, vino e the caldo. Questo per permetterti di affrontare con sufficienti calorie la lunga notte. Poi al rientro al rifugio dopo la ciaspolata ceneremo con un menù preparato dai gestori .

La mattina successiva la colazione ci darà le forze per proseguire la camminata e per chi sceglierà di proseguire la domenica anche il pranzo è servito!

### **Quale abbigliamento serve per la Lunata?**

Se possiedi abbigliamento da montagna probabilmente sai già come vestirti. Se non possiedi abbigliamento tecnico ti consigliamo di vestirti comunque a strati (per es. meglio due maglie di medio peso piuttosto che un maglione pesantissimo, meglio una maglia in più che una giacca di piumino molto pesante ecc..)

Se possiedi abbigliamento da sci può andare bene, anche se puoi rischiare di sudare parecchio visto che si tratta di capi pesanti e impermeabili. Evita i jeans se puoi.. non tengono caldo e se si bagnano diventano pesantissimi e non asciugano mai più!

### **E per le scarpe cosa mi consigliate?**

Le calzature sono la parte più importante dell'abbigliamento da montagna, soprattutto d'inverno. Un buon paio di scarponi sono un investimento utile a chi pensa di frequentare la montagna in ogni periodo.

Se non hai scarponi pesanti e impermeabili puoi usare quelli estivi anche se rischi di bagnarti e prendere un po' freddo ai piedi. Sono utili gli spray impermeabilizzanti, impediscono all'acqua e alla neve di bagnare immediatamente le tue scarpe.

Se hai già un paio di scarponcini con qualche anno sulle spalle verifica bene che le soles siano saldamente incollate alla tomaia: con l'umidità della neve e il calore del rifugio le soles vecchie tendono a scollarsi e non è assolutamente bello camminare con uno scarpone mezzo aperto nella neve!

Evita però gli anfibi o i doposci tipo moon-boot, sono assolutamente privi di supporto alla caviglia e difficilmente calzano nelle ciaspole!

### **Non ho mai dormito in rifugio, cosa devo portare?**

Sicuramente il sacco a pelo! Non serve che sia troppo pesante, nei rifugi ci sono coperte aggiuntive se hai freddo. Una federa leggera è utile per coprire il cuscino che trovi sul letto. Per stare in rifugio è sufficiente una tuta che può fungere anche da pigiama, un asciugamano piccolo (ottimi e leggerissimi quelli in microfibra da viaggio). Per il resto dentifricio, spazzolino e voglia di far baracca!

### **Non mi ci sta tutto nello zaino! Come faccio?**

Hai preso sicuramente troppe cose! Non stai via una settimana e non ti servono tre cambi completi! Per un weekend in rifugio uno zaino da 30-35 litri di capacità e 4-5 Kg di peso è sufficiente! Pensa anche che dovrai portartelo in spalla per un bel po'!

**Tutto questo quanto costa?**

Veniamo alle note venali: la LUNATA costa **65 miseri eurini** e comprende la guida, le ciaspole la merenda al san leonardo, i rifornimenti in volo di the e vin brulè durante l'escursione notturna, la cena in rifugio, il pernottamento e la colazione la mattina seguente. Un quasi all-inclusive! Sono escluse solamente le cose che vorrai acquistare individualmente ai rifugi! (il costo è identico con o senza il noleggio delle ciaspole..)

Se vorrai fermarti anche la domenica per solo **20 euro** ti offriamo guida e pranzo al rifugio.

Appena ce lo comunicano *dall'alto* ti facciamo sapere anche quanto costa il supplemento per il bel tempo garantito.

Speriamo sia tutto chiaro, in caso di problemi chiamate a San Leo al 338-4532324

Vi aspettiamo!



**francesco ferretti**  
guida ambientale-escursionistica  
aderente ad AIGAE – ass. italiana guide escursionistiche  
[info@francescoferretti.it](mailto:info@francescoferretti.it) – 335 5368111