Sezione di Bolzaneto

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI BOLZANETO

GITA SOCIALE

Uscita del **24 Maggio 2026**	**Località** **Monte Macina 1.568 mt** **(Alpi Apuane)**
Accompagnatori: Gianni Percivale – **347.8506189** Federica Parodi – **347.6004064**	**Appuntamento (luogo e ora):** Ore: **06:00 a Bolzaneto**, parcheggio adiacente Hotel Mercure, Lungo Polcevera Ore: **06:10 Partenza**
	Mezzo di trasporto: Auto Proprie

Dislivello: **800 mt (Dl+)**	**Difficoltà**: **itinerario per escursionisti esperti - EE**	**Tempo di percorrenza:** **6 ore circa (A/R)** **Lungh circa 7km**

Note:

Tutto il percorso è ben segnalato; serve un minimo di attenzione nel tratto dello Schienale dell'Asino e, salendo il Monte Macina, dove soprattutto se in gruppo, occorre evitare di far cadere le numerose pietre pericolanti. **Necessario essere dotati di CASCO e avere passo sicuro**.

È richiesto un contributo di 2 Euro a partecipante per le spese organizzative.
Eventuali non soci, per partecipare, dovranno attivare l'assicurazione CAI a richiesta entro il giovedì precedente l'uscita. Contattare gli accompagnatori per informazioni.
Nota per le gite con auto private: *Chi mette a disposizione la propria auto non pagherà le spese di viaggio, che saranno suddivise tra gli altri componenti del suo equipaggio (consigliato calcolo spese con ViaMichelin)*

Attrezzatura obbligatoria: calzature da trekking a collo alto, **casco**, abbigliamento adatto alla stagione, acqua, pranzo al sacco, pronto soccorso personale,

Attrezzatura facoltativa: bastoncini

Sezione di Bolzaneto

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI BOLZANETO

ACCESSO STRADALE:

Prendere Autostrada a Genova Bolzaneto direzione Livorno e proseguire su A12 fino all'uscita "Versilia".
Prendere la SP68 e successivamente la SP9 in direzione di Seravezza: giunti a Seravezza proseguire sulla SP9 "Strada Provinciale di Arni" e superare le località di Retignano poi Terrinca e Grotta Nera. Imboccare sulla sinistra la SP13 e seguire le indicazioni per Arni, attraversare l'abitato di Campagrina e proseguire fino ad incontrare il bivio che conduce al PASSO DEL VESTITO; imboccare la galleria e proseguire fino a raggiungere il Rifugio "Le Gobbie" dove si parcheggia l'auto.

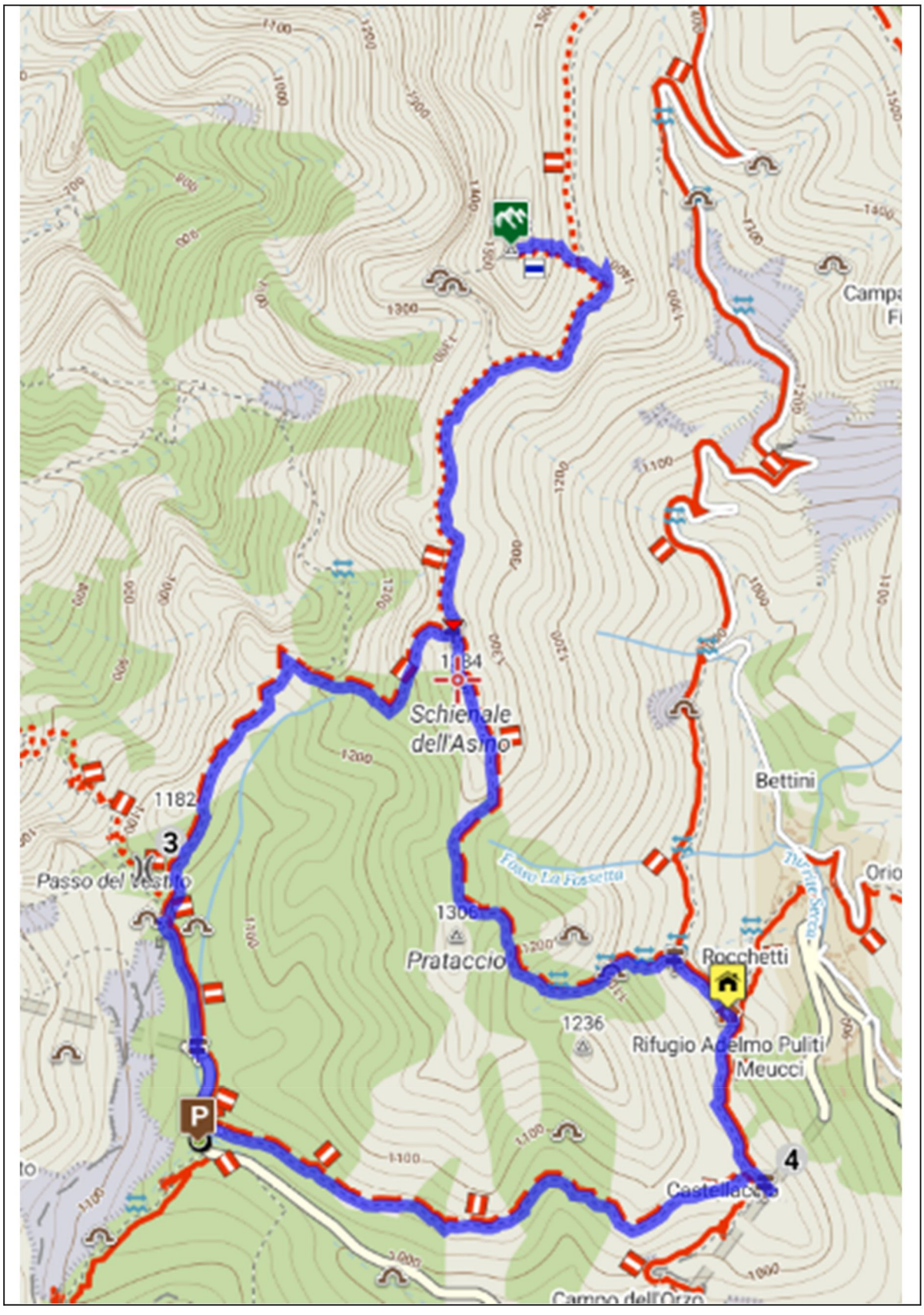
ITINERARIO:

Percorso in parte ad anello: dal Rif. Le Gobbie, parcheggiata l'auto presso l'imbocco della Galleria del Vestito, saliamo per il sentiero CAI 150 in ambiente roccioso e faggeta con diverse vedute sul litorale Apuano, fino a raggiungere a quota 1.385 dove si incontra il bivio con il sentiero CAI 155. Svoltiamo a sinistra, ancora sul sentiero 150, fra i saliscendi dello Schienale dell'Asino, poi sul fianco Sud del Monte Macina, sopra la Serra delle Volte, fino a piegare sulla sinistra al fianco Est, sovrastante la strada Marmifera; da qui un masso posto a mo' di cippo si devia sinistra e con percorso non evidente ma segnato da tacche blu si raggiunge la cima del Monte Macina (1.568 mt) Scendendo per lo stesso sentiero fino a cippo si ritorna a ritroso lungo il sentiero CAI 150 e fino a quota 1.385; da qui si imbocca il sentiero CAI 155, percorrendo quindi la parte terminale dello Schienale dell'Asino, fino a giungere al Rif CAI Adelmo Puliti. Si piega a sud lungo il sentiero 153/ex sentiero 31 dove troviamo un tratto di Via Crucis che porta al monumento marmoreo Madonna del Cavatore, con panorama sul gruppo delle Panie, Monte Sumbra, Monte Fiocca e Valle di Arni; si scende ora col sentiero CAI 153 che porta direttamente al Rifugio Le Gobbie, presso la Galleria del Vestito.



Sezione di Bolzaneto

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI BOLZANETO



Sezione di Bolzaneto

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI BOLZANETO

