



## ESCURSIONE ANELLO DEL CIMONE 7 LUGLIO



### **Itinerario:**

Il ritrovo è al passo della Cervarola, lasciamo le auto nel parcheggio adiacente alle indicazioni per l'agriturismo la Cervarola, lungo la strada che prosegue verso Passo del Lupo.

Cominciamo a camminare, passiamo di fronte all'agriturismo e subito imbocchiamo il sentiero 449 che conduce verso il lago della Ninfa.

Dopo circa 30 minuti intravediamo il lago da lontano, ma non vi arriviamo. Continuiamo a salire il 449 in mezzo a un bosco di faggi e in circa un'altra mezzora arriviamo alla base di una formazione di roccia, il famoso salto della capra.

Mettiamo via i bastoncini perché utilizziamo le mani per prendere qualche appiglio che facilita la salita.

Dopo qualche piccolo passaggio tecnico, nulla di che, arriviamo sulla cresta. Proseguendo arriviamo fino a Pian Cavallaro, alla base del Cimone, e da lì prendiamo il fianco est della montagna continuando sul 449, detto anche sentiero dell'Atmosfera, fino alla vetta.

Giunti in cima ci godiamo una sosta/pranzo ammirando il panorama dai 2165 m della vetta.

Scendiamo dal fianco ovest seguendo il sentiero 441A direzione fontana Bedini.

Giunti alla fontana imbocchiamo un sentiero comunale che ci porta fino al lago della Ninfa, che questa volta costeggiamo, fino a riprendere il 449 che ci riporta verso il passo della Cervarola.

**Difficoltà:** EE (escursionisti esperti)

**Dislivello salita:** 600 m circa

**Dislivello discesa:** 600 m circa

**Durata:** 6 ore soste comprese

**Lunghezza:** 12 km circa

**Sentieri:** 449, 441A

**Cartografia:** Carta topografica scala 1:25000 Alto appennino Modenese

**Equipaggiamento necessario:**

Abbigliamento e attrezzatura per escursione estiva in quota

Scarponi alti con suola scolpita

Crema solare

Berretto e occhiali da sole

Guscio antiacqua

**Si consigliano :**

Bastoncini da trekking

Softshell e pile leggero

Barrette energetiche

T-shirt di ricambio

**Info utili:**

Si consiglia di portare il pranzo al sacco in quanto ci si trova sulla vetta verso l'ora di pranzo e non ci sono rifugi aperti.

Le condizioni meteo variano rapidamente, si consiglia di avere il classico abbigliamento a strati.

Non vi è la presenza di sentieri attrezzati, ne di ferrate.

Buon Escursione!!!!

**Info e prenotazioni:**

A.N.E. Bini Alessandro      tel.3345485222

Matteoli Giacomo            tel. 3389509852

Bacci Annalisa                tel. 3476132680

Limoni Lorenzo                tel. 3458376419

Partenza: ore 8,00 parcheggio Tripolitania Campo Tizzoro

ore 9,30 passo della Cervarola

*L'organizzazione si riserva di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni metereologiche o di qualsiasi altra natura che ne impedissero lo svolgimento nelle condizioni minime di sicurezza. La partecipazione comporta l'accettazione del regolamento escursioni sezionale visionabile al seguente link [http://www.caimaresca.it/ Home/area sezione /attività regolamento escursioni](http://www.caimaresca.it/Home/area%20sezione/attivita%20regolamento%20escursioni)*