



Gruppo Trekking Namastè di Montemignaio Sezione C.A.I. di Firenze

“escursione: da Badia Prataglia fino Tramignone all'interno del parco nazionale delle Foreste Casentinesi Domenica 30 Agosto 2026

ritrovo e punto di partenza: parcheggio di Montemignaio Castello
(di fronte a bar Papi) ore 8.00, Badia Prataglia (parcheggio piazza del Mercato Badia Prataglia coord. [43.794880, 11.876986](https://maps.app.goo.gl/eVm36zGbAfbvBNyq5).
<https://maps.app.goo.gl/eVm36zGbAfbvBNyq5>) ore 9.15

lunghezza 9,5 km, dislivello complessivo in salita circa m.350, difficoltà E, durata circa 4 ore escluse le soste.

Badia Prataglia (m.835) – sentiero CAI 60 – Acquafredda (m. 1075) - sentiero CAI 60 - Tramignone (m. 1.017) - sentiero CAI 66 – poggio alle Capre, interconnessione con il sentiero CAI 72 (m.1.189) – sentiero CAI 72 - Badia Prataglia (m.835)

Percorso ad anello da Badia Prataglia verso il paesino abbandonato di Tramignone, che si trova tra Badia Prataglia e Serravalle. Si parte dal parcheggio principale che si trova dentro Badia Prataglia e si percorre un tratto di strada che passa davanti all'ufficio turistico del Parco Nazionale, il ristorante La Foresta e poi devia sulla destra verso via Casanova ed il Rifugio Casanova. Ad un tornante, anziché proseguire verso il Rifugio Casanova si imbecca sulla sinistra il sentiero 60. Questo sentiero dopo un primo saliscendi dentro al bosco comincia ad aprirsi, prima con delle belle viste verso i crinali sovrastanti e poi, dopo la località Acquafredda e superato il fosso con lo stesso nome, in direzione di Badia Prataglia. Le visuali più belle però sono sicuramente quelle prima di Tramignone, in cui il bosco si dirada e la vista si apre verso Serravalle e



lontanissimo verso il fondovalle del Casentino da Bibbiena in su. Una volta arrivati al paesino ormai abbandonato di Tramignone si possono vedere molti ruderi ormai crollati e anche qualche casetta ancora superstite.

Da qui si prosegue per il sentiero 66, che da Tramignone comincia a salire più decisamente.

Poco sopra a Tramignone è possibile fare una piccola deviazione verso la Croce di Tramignone da cui è possibile godere di un altro bel panorama.

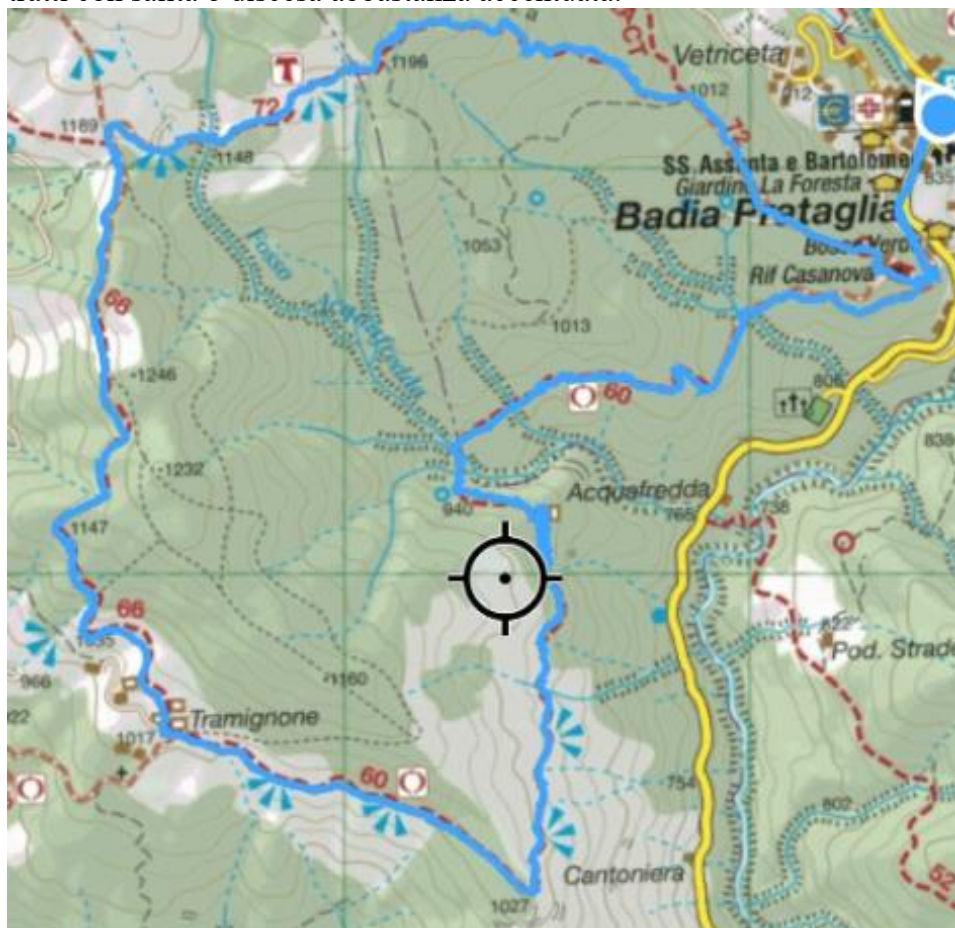
Arrivati a Poggio alle Capre si devia sulla destra verso il sentiero 72 con direzione il Capanno o Badia Prataglia.

Questa parte del percorso è probabilmente la meno interessante e bella in quanto né il bosco né i panorami sono niente di memorabile. La prima parte del percorso compensa comunque

abbondantemente la seconda.

A questo punto sul sentiero 72 si ridiscende a Badia Prataglia verso il rifugio Casanova e poi al punto di partenza.

CRITICITA': il percorso non difficile, mai esposto, quasi totalmente nel bosco quindi in ombra ad altezze intorno ai 1000m., presenta alcuni brevi tratti con salita o discesa abbastanza accentuata.



Equipaggiamento: abbigliamento e scarpe adatto a cammino su percorso sterrato..
Quota di adesione: soci CAI gratuito; non soci CAI € 8,5 (per copertura assicurativa). **E' COMUNQUE GRADITA UN'OFFERTA A SOSTEGNO DELLE ATTIVITA' DEL GRUPPO.**

MODALITA' D'ISCRIZIONE

- **I NON soci CAI devono comunicare la loro iscrizione a Carla 3389135904 entro giovedì 27 agosto ed attivare la copertura assicurativa con il pagamento di 8,5 euro, il pagamento può avvenire:**
- **Direttamente al capogita il giorno dell'escursione**
- **Tramite bonifico su IBAN IT90F083450545800000003476 intestato CLUB ALPINO ITALIANO SEZ. FIRENZE (in questo caso il partecipante deve mostrare al capo gita copia del bonifico)**
- **i soci CAI, di qualsiasi sezione, in regola con l'iscrizione devono comunicare la loro partecipazione a Carla 3389135904 entro giovedì 27 agosto**

L'iscrizione e' gratuita ma PER SOSTENERE LE ATTIVITA' DEL GRUPPO ED IN PARTICOLARE LA MANUTENZIONE DEI SENTIERI RICHIEDIAMO AI PARTECIPANTI UN CONTRIBUTO DI 5,00 EURO.

Il contributo non è richiesto ai possessori della tessera “amici gruppo namastè”

Per informazioni info@cainamaste.it oppure contattare i capigita Carla Mecocci **3389135904** e Giancarlo Serrai **3389135904** i capigita si riservano di modificare o annullare l'escursione, nel caso di situazioni di rischio per la sicurezza dei partecipanti o per altri motivi.

Integralmente il **REGOLAMENTO GITE SOCIALI** Ver. 05032019 della sezione CAI di Firenze consultabile all'indirizzo: www.caifirenze.it, di avere preso visione delle informazioni contenute nella presente locandina e quindi di aver valutato la propria preparazione fisica idonea e di essere dotato dell'attrezzatura adeguata per affrontare l'itinerario proposto. Gli spostamenti avvengono con auto propria.