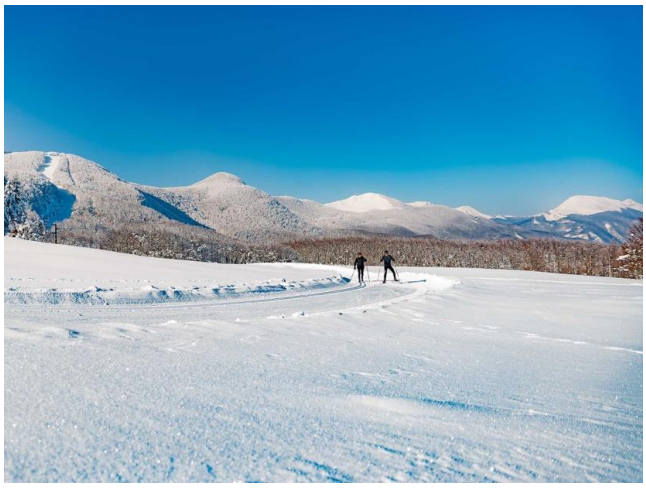
Club Alpino Italiano

Sezione di Pavullo nel Frignano

Domenica 8 Febbraio 2026

ESCURSIONE CON GLI SCI DA FONDO



Lo sci di fondo, pratica millenaria nata dalle esigenze di spostamento su terreni innevati, rappresenta un esercizio fisico completo e una forma di connessione con se stessi e l'ambiente. Con l'utilizzo di lunghi sci e di bastoncini per la spinta delle braccia e la stabilizzazione, questo sport coinvolge tutte le catene muscolari, richiedendo equilibrio, coordinazione e forza-resistente. In Italia è praticato diffusamente lungo l'arco Alpino e in Appennino. Ci recheremo presso il Centro Fondo Boscoreale a Piandelagotti, all'estremo occidentale dell'Appennino modenese, lì scieremo alle pendici del crinale in uno scenario suggestivo. Potremo muoverci e divertirci imparando su piste preparate al meglio e circondati da faggete e radure. Il Centro Fondo può contare su oltre 40 km di piste di cui 2 km serviti da impianti di innevamento programmato. Le piste sono omologate per competizioni nazionali e internazionali e vengono preparate quotidianamente sia per la tecnica classica che per la tecnica libera.

Il ritrovo è alle 8:15 presso il parcheggio della Virtus a Pavullo dal quale partiremo alle 8:30 per giungere a Boscoreale attorno alle 9:30. Lì dopo aver noleggiato l'attrezzatura (10 €) e acquistato il biglietto (10 €) saremo pronti per goderci una bella sciata in compagnia. Prima di avventurarci lungo le piste svolgeremo qualche esercizio propedeutico, senza e con gli sci sul posto e poi in pista senza e con i bastoncini. A seconda del livello del gruppo e delle piste aperte valuteremo se rimanere negli anelli più corti o se proseguire lungo i tracciati più lunghi. Nella prima eventualità termineremo l'attività attorno alle 13 per poi pranzare al rifugio adiacente alle piste, nella seconda pranzeremo al sacco presso il meraviglioso altopiano delle Maccherie, sotto l'Aplicella delle Radici o al Passo del Giovarello dal quale è possibile vedere il mare Tirreno oltre le Alpi Apuane.

Nota importante:

- In caso di mancanza o scarsità di neve, l'escursione si svolgerà presso un altro centro fondo, nell'eventualità i DE forniranno quanto prima istruzioni in tal senso e comunque entro venerdì 6 febbraio.

Direttori escursione: Matteo Lipparini 334 9428525 – Andrea Multari 320 9613823

Club Alpino Italiano – Sezione di Pavullo nel Frignano
Via Ricchi, 3 – 41026 Pavullo N/F., Modena
Tel. 0536 793377 Mail: info@caipavullo.it website: www.caipavullo.it

Club Alpino Italiano

Sezione di Pavullo nel Frignano

Domenica 8 Febbraio 2026

ESCURSIONE CON GLI SCI DA FONDO

Difficoltà	Adatta anche ai principianti
Dislivello	250 m +/ -
Durata	3/4 ore
Altitudine massima	1680 m
Attrezzatura	Sci da fondo, scarponi, bastoncini (Tutta l'attrezzatura è noleggiabile in loco)
Abbigliamento	Abbigliamento tecnico invernale a strati, guanti, antivento, cambio, zainetto
Cibo e bevande	Snack, borraccia con acqua e/o bevanda calda
Ritrovo Pavullo nel Frignano (presso Virtus)	ore 8:15
Partenza	ore 8:30
Ritrovo al Centro Fondo Boscoreale	ore 09:30
Mezzo di trasporto	Auto
Quota di partecipazione	€ 5,00
Noleggio attrezzatura e ingresso pista	€ 20,00
Scadenza iscrizione	Venerdì 6/2/2026
Partecipanti	max. 15 persone

Direttori Escursione	Matteo Lipparini Tel. 334 9428525
	Andrea Multari Tel. 320 9613823

I PARTECIPANTI DEVONO RISPETTARE SCRUPOLOSAMENTE LE INDICAZIONI DEGLI ACCOMPAGNATORI.

Club Alpino Italiano – Sezione di Pavullo nel Frignano
Via Ricchi, 3 – 41026 Pavullo N/F., Modena
Tel. 0536 793377 Mail: info@caipavullo.it website: www.caipavullo.it