



ESCURSIONISMO

## LIZZA DELLE CAVE CRUZE

sabato 24 maggio



### DESCRIZIONE

L'itinerario percorre antiche vie di lizza delle Apuane massessi, in un ambiente molto interessante dal punto di vista paesaggistico e in buona parte selvaggio. Parte dall'abitato di Resceto (MS) (450 m circa) e raggiunge la piccola Cava delle Cruze (1550 m circa), addossata alla cresta sud-ovest dell'Alto di Sella, ben visibile anche dal noto rifugio Nello Conti per la presenza di un cisternone metallico.

**Partenza:** dal parcheggio di fronte al Carrefour di Calenzano alle ore 6.30, arrivo a Resceto intorno alle ore 8,30.

**Itinerario:** Resceto (~ 450 m) - Canale dei Vernacchi - Casa delle Selvarella - Cave Cruze (~ 1550 m) - Cava dell'acqua fredda - Rifugio Nello Conti - Resceto (~ 450 m)

**Ritorno:** Da Resceto intorno alle ore 17.00 con arrivo previsto a Sesto F.no alle ore 19,00 circa.

**Tempo:** 7 h 30'

**Lunghezza:** 9 km

**Dislivello:** 1200 m



**Difficoltà:** EE (per la descrizione dettagliata dei livelli di difficoltà del Club alpino Italiano si rimanda al [REGOLAMENTO GITE](#))

**Note:** spostamento con mezzi propri, costi condivisi. Pranzo a sacco. Scarpe con suola scolpita in ottimo stato e abbigliamento adeguato. Bastoncini consigliati.

Escursione impegnativa, lo sforzo percepito è ben superiore a percorsi analoghi di stessa lunghezza e dislivello. Riservata ad escursionista esperto in buona condizione fisica capace di percorrere agevolmente ripidi cammini di salita continua con vegetazione, terreni accidentati e con detriti. Il percorso prevede di percorrere i sentieri 165, 35 (Via Vandelli), con eventuali varianti e tratti non numerati di raccordo fra i vari sentieri. Sono presenti tratti assicurati.

**Direttore:** Emiliano Pesciolini tel. 338 846 1710