Indice

Prefazione del Presidente del Gruppo Regionale CAI dell'Emilia Romagna pag. 7

Premessa pag. 9

1. Introduzione pag. 11

1.1 Le dieci più alte vette dell'Appennino Tosco-Emiliano pag. 11

1.2 Un po' di geografia pag. 14

1.3 Un po' di geologia e geomorfologia pag. 24

1.4 Un po' di storia pag. 26

1.5 Un po' di flora e fauna pag. 43

2. Consigli per l'escursionista pag. 47

2.1 Escursionismo in alto Appennino pag. 47

2.2 Escursioni in assenza di neve o ghiaccio pag. 48

2.2.1 Preparazione fisica all'altezza pag. 48

2.2.2 Attrezzatura adeguata agli obiettivi pag. 48

2.2.3 Pianificazione degli itinerari e dei tempi pag. 49

2.2.4 Analisi delle condizioni meteorologiche pag. 50

2.3 Escursioni in presenza di neve o ghiaccio pag. 50

2.4 L'elenco degli oggetti da portare pag. 52

2.5 Insidie particolari dell'alto Appennino pag. 60

2.6 I percorsi di salita alle dieci più alte vette dell'Appennino Tosco-Emiliano pag. 62

3. Monte Cimone, 2165 m: la grande montagna pag. 65

3.1 La grande montagna pag. 65

3.2 Percorso Cimone 1: al Cimone da Doccia pag. 69

3.3 Percorso Cimone 2: al Cimone dal Lago della Ninfa pag. 76

4. Monte Cusna, 2120 m: il Gigante addormentato pag. 85

4.1 Il Gigante addormentato pag. 85

4.2 Percorso Cusna 1: al Cusna dalla Peschiera Zamboni pag. 90

4.3 Percorso Cusna 2: al Cusna da Ligonchio per i Prati di Sara pag. 98

4.4 Percorso Cusna 3: al Cusna da Casalino per la Costa delle Veline pag.104

5. Monte Prado, 2054 m: il prato in cima alla Toscana pag.109

5.1 Il prato in cima alla Toscana pag.109

5.2 Percorso Prado 1: al Prado dall'Orecchiella pag.114

5.3 Percorso Prado 2: al Prado da Case Civago pag.125

6. Alpe di Succiso, 2017 m: l'Alpe incantata pag.131

6.1 L'Alpe incantata pag.131

6.2 Percorso Succiso 1: all'Alpe di Succiso da Succiso Nuovo pag.136
6.3 Percorso Succiso 2: all'Alpe di Succiso dal Passo del Cerreto pag.146
7. Monte Giovo, 1991 m: il Signore del Lago Santo pag.151
7.1 Il Signore del Lago Santo pag.151
7.2 Percorso Giovo 1: al Giovo dal Lago Santo per il Lago Baccio pag.157
7.3 Percorso Giovo 2: al Giovo dal Lago Santo per La Serra pag.165
8. Monte Rondinaio, 1964 m: rondini nel vento del crinale pag.173
8.1 Rondini nel vento del crinale pag.173
8.2 Percorso Rondinaio 1: al Rondinaio dal Lago Santo per la Foce a Giovo pag.176
8.3 Percorso Rondinaio 2: dal Lago Santo per la Finestra del Rondinaio pag.183
9. Corno alle Scale, 1945 m: la croce sulla roccia pag.189
9.1 La croce sulla roccia pag.189
9.2 Percorso Corno 1: al Corno alle Scale da Segavecchia per il Poggio di Mezzo pag.196
9.3 Percorso Corno 2: al Corno alle Scale dal Cavone per i Balzi dell'Ora pag.202
10. Alpe Tre Potenze, 1940 m: la potenza della luce pag.213
10.1 La potenza della luce pag.213
10.2 Percorso Tre Potenze 1: all'Alpe Tre Potenze dalla Val Sestaione pag.216
10.3 Percorso Tre Potenze 2: all'Alpe Tre Potenze dalla Val di Luce pag.223
11. Monte Libro Aperto, 1936 m: un magico libro tra rupi e rododendri pag.229
11.1 Un magico libro tra rupi e rododendri pag.229
11.2 Percorso Libro Aperto 1: al Libro Aperto dall'Abetone pag.233
11.3 Percorso Libro Aperto 2: al Libro Aperto dai Taburri pag.242
12. Monte La Nuda, 1895 m: nudi prati sulla vetta pag.249
12.1 Nudi prati sulla vetta pag.249
12.2 Percorso Nuda 1: alla Nuda dal Passo del Cerreto pag.253
13. Bibliografia pag.265
13.1 Testi e riviste pag.265
13.2 Cartografia pag.266
13.3 Siti internet pag.267
14. Appendice: rifugi, punti di ristoro e numeri utili pag.269
14.1 Rifugi e punti ristoro pag.269
14.2 Pro-loco, comunità montane, orti botanici, parchi, musei, associazioni pag.272
14.3 Siti internet meteorologici pag.274
14.4 Altri numeri telefonici e recapiti utili pag.274