



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Parma
PassinAscolto
in Val Bratica



D.E. Gianni Bertozzi – Giulia Carbognani

Domenica 20 Luglio 2025
25ESOPAB

Informazioni organizzative	
Ritrovo	Grammatica (Corniglio)
Trasporto	Mezzi propri
Orario ritrovo	09.00
Orario partenza	09.30
Apertura iscrizioni	28-06-2025
Chiusura iscrizioni	18-07-2025
Posti disponibili	25
Quota Iscrizione	
SOCI CAI E NON SOCI CAI	€ 5,00
PER I NON SOCI CAI RICHIEDENTI ASSICURAZIONE (opzione facoltativa)	€ 15,00
Informazioni Tecniche	
Difficoltà (secondo scala CAI)	E
Dislivello in salita/discesa	350 m
Lunghezza percorso	9,2 Km
Tempo di percorrenza	4 ore (soste escluse)
Equipaggiamento richiesto	
<ul style="list-style-type: none">- Scarpe da escursionismo suola Vibram- Borraccia con almeno 1 lt. di acqua- Pranzo al sacco- Bastoncini (consigliati)- Nel caso si verifichi attraversamento del guado del torrente Bratica, portare piccolo asciugamano.	



Con i *PassinAscolto* intendiamo proporre un modo ‘nuovo’ di fare escursionismo che riporti l’attenzione e l’esperienza escursionistica posare lo sguardo con OCCHI NUOVI su ciò che incontrano i nostri passi.

Un cambio di paradigma che vede come traguardo NON SOLO IL COMPIMENTO DEL PERCORSO MA SOPRATTUTTO L’ANDARE CONSAPEVOLE.

Di fatto una esperienza meditativa che per gli amici partecipanti potrà rappresentare un modo ‘rinnovato’ di fare escursionismo: fare del proprio CAMMINARE non solo una prestazione ginnico-sportiva ma anche una esperienza di particolare attenzione ed ASCOLTO al proprio mondo interiore, al proprio respiro ed a tutte le funzioni coinvolte nella camminata.

Orientare l’attenzione, quindi, non solo alla NATURA ESTERIORE del nostro ambiente Appenninico nel cuore dell’estate, ma anche alla natura che ci appartiene del nostro UNIVERSO INTERIORE.

Il percorso con partenza da GRAMMATICA si snoderà attraverso il BOSCO DELLE FATE, CASAROLA, BIVACCHI della VAL BRATICA, CASALINO, attraversamento del torrente Bratica (eventuale guado del torrente Bratica), risalita a Grammatica.

Nel corso della camminata, in angoli di particolare pregio ambientale, ci ritaglieremo alcuni spazi di alcuni minuti di soste meditative. Brevi ma rare e preziose esperienze in angoli di natura ricchi di energia.

Club Alpino Italiano
Sezione di Parma
Viale Piacenza, 40
tel. 0521 984901
www.caiparma.it

Il Regolamento delle Escursioni Sociali è visionabile presso la Sede Sociale o sul sito www.caiparma.it a cui si rimanda anche per eventuali aggiornamenti o modifiche del programma. Gli organizzatori si riservano di variare le date, i percorsi e/o il programma della gita anche in fase di svolgimento.

Modalità d’iscrizione, informazioni e pagamento

Per informazioni:

- Gianni via mail gberto@yogaparma.it

TEL 0521 241986

- Giulia via mail TEL 338 3560458 (Whatsapp)

Iscrizione confermata via mail o via Whatsapp dagli organizzatori.

MODALITA' di PAGAMENTO:

In contanti il giorno della escursione.