



## Il Forame, 1° torrione (1617 m)

### Canale delle Donne



DIFFICOLTÀ  
AD+ (75°)



DISLIVELLO  
350 m (100 m la via)



DURATA  
3 h (0.30/1 h la via)



## ACCESSO

### Indicazioni stradali

Raggiunto il Passo del Cerreto che separa le province di Reggio Emilia e Massa Carrara, si svolta in direzione Cerreto Laghi. Dopo 900 m si lascia la macchina nei pressi di un tornante, di fronte all'Albergo Belvedere (chiuso).

### Avvicinamento

Lasciata l'auto nel parcheggio del Ristorante/Albergo Belvedere, si prende la strada seguendo le indicazioni CAI per il sentiero 00 e il Monte La Nuda. Si superano alcune costruzioni e al termine della strada si segue il sentiero che sale dolcemente nel bosco. Dopo una ventina di minuti si abbandona il sentiero salendo senza via obbligata verso l'evidente sperone. Usciti dal bosco si continua sul pendio nevoso puntando a un piccolo albero al centro del canale a destra dello sperone (0.40 h).

## RELAZIONE

Spostarsi a sinistra verso l'evidente canale sospeso. Salire il pendio che si fa più ripido (45/50°) fino a scontrarsi con la paretina rocciosa che si presta a diverse linee parallele di salita, indicativamente a destra più impegnative per strette lingue di neve (75°) tra le rocce, a sinistra più facili prima per stretto canaletto, poi per una rampetta (60/70°). Usciti su un pendio sospeso, lo si segue ampio, superando un masso sulla destra e continuando su pen-

denze costanti (45/50°) nel canale che si stringe tra le rocce fino ad uscire su una prima cresta. Traversare a sinistra fino a raggiungere il posto migliore dove rimontare sulla cresta principale nei pressi di un faggio tra le rocce (con buone condizioni si può anche salire direttamente la paretina sovrastante questo traverso 70/75°).

## DISCESA

Scendere verso Sud tra gli alberi fino ad immettersi in un canale inizialmente un poco ripido (max 40°) che in breve riporta all'attacco, poi si rientra velocemente alla partenza (1 h dall'uscita).