

BORGHI, PODERI E MARE IN ALTA MAREMMA

Da venerdì 1 a lunedì 4 maggio 2015

Ciclovacanza

Riservata ai soci FIAB

- ✓ **Difficoltà:** media ●●●●○
- ✓ **Numero massimo di partecipanti:** 52 (26 Verona + 26 Vicenza)
- ✓ **Trasferimento:** in bus con carrello portabici
venerdì 1 maggio da Vicenza-Verona a San Vincenzo (LI)
lunedì 4 maggio da San Galgano (SI) a Verona-Vicenza
- ✓ **Informazioni e iscrizioni:** in sede negli orari d'apertura da venerdì 30 gennaio (ore 16) fino a esaurimento dei posti
- ✓ **Accompagnatori:** Massimo Muzzolon e Gian Paolo Mazzi (FIAB AdB VR),
Giampaolo Strazzabosco (FIAB Tuttinbici VI)

Da Massa Marittima quattro itinerari classici tra il Golfo di Follonica, le Colline Metallifere, e... la gastronomia maremmana

Lungo la costa di fronte all'Isola d'Elba freschi sentieri conducono a spiagge, calette e pinete silenziose. Verso l'interno i borghi medievali arroccati sui colli dominano una campagna punteggiata da isolate fattorie e da filari di cipressi.

PROGRAMMA

Venerdì 1 maggio

Dal Tirreno a Massa Marittima lungo la Val di Cornia

Km 40 - dislivello in salita m 850 ca.

Partenza da Vicenza (ritrovo ore 5.00 in piazzale del Mercato Nuovo) e da Verona (ritrovo ore 6.15 in piazzale Olimpia) in bus alla volta di San Vincenzo, sul litorale tirrenico tra Cecina e Piombino. Il percorso in bici si sviluppa dalla costa alle prime propaggini delle Colline Metallifere. Superando il borgo medievale di Campiglia Marittima (m 231 slm) si entra nella provincia di Grosseto e, dopo alcuni chilometri, si imbecca la piccola strada di Montebamboli. Immersa in un paesaggio agreste e silenzioso, la strada è caratterizzata da una ripida salita iniziale e da una serie di saliscendi che conducono a Massa Marittima (m 380). Il capoluogo dell'Alta Maremma, il cui centro storico è adagiato su un colle panoramico e circondato da una cinta muraria ben conservata, rappresenta uno dei complessi urbanistici e architettonici più rilevanti della Toscana. Molti dei suoi edifici maggiormente significativi sono racchiusi nella piazza della città: la meravigliosa cattedrale romanica di San Cerbone, il Palazzo comunale, le Fonti dell'Abbondanza, che custodiscono il famoso affresco duecentesco recentemente restaurato, e il Palazzo del Podestà sede del Museo archeologico.

Sabato 2 maggio

Cala Violina e l'incanto del mare

Km 55 - dislivello in salita m 300 ca.

Da Massa Marittima si scende per la strada Marsiliana, che attraversa l'omonima riserva naturale. Si punta quindi verso il mare aggirando il grosso centro turistico di Follonica per transitare ai piedi del borgo medievale di Scarlino. All'altezza del porto turistico del Puntone si imbecca un carrareccia costiera chiusa al traffico automobilistico. Siamo nella Riserva naturale delle Bandite di Scarlino; il sentiero si addentra nella macchia mediterranea ma consente splendide vedute sull'Isola d'Elba e sul golfo di Follonica. Dopo pochi chilometri si raggiungono le spiagge di Cala Martina e la famosa Cala Violina, incantevole baia di sabbia bianca e finissima. Usciti dalla macchia si riprende la strada asfaltata alla volta di Castiglione della Pescaia da dove, in bus, si ritorna a Massa Marittima.

Possibilità di rientro autonomo in bici attraverso la SP 158 delle Collacchie (Km 45).

In serata visita guidata al centro storico di Massa Marittima.

Domenica 3 maggio

Il castello della Pia, i borghi medioevali e i siti etruschi

Km 65 - dislivello in salita m 700 ca.

Da Massa Marittima si scende lungo la strada di Perolla per arrivare, percorrendo un lungo viale alberato e sterrato, alle rovine del Castel di Pietra. In questo luogo si narra sia stata assassinata intorno al 1300 la nobildonna Pia de Tolomei, citata da Dante nel Purgatorio (*visita guidata all'area archeologica e alla grande diga rinascimentale dei Muracci*). Dopo il pranzo in agriturismo in un tipico podere maremmano, si prosegue attraversando il borgo arroccato di Giuncarico (m 226) e si risale verso il piccolo lago dell'Accesa (*visita guidata all'area archeologica etrusca*). Percorrendo infine l'ombreggiata strada di Capanne, in leggera ma costante salita, si conclude il percorso raggiungendo la città alta di Massa Marittima.

Lunedì 4 maggio

Sulla strada di San Galgano

Km 40 - dislivello in salita m 650 ca.

Si esce da Massa Marittima imboccando la SR 439. Dopo una diecina di chilometri si svolta sulla strada del Pavone, che si addentra in salita nelle Colline Metallifere in un territorio che fu lungamente conteso tra Siena e Volterra. Si attraversano gli antichi borghi di Montieri (m 704) e di Chiusdino (m 564), già in provincia di Siena, e si giunge infine a San Galgano, dove sorgono l'eremo di Montesiepi, famoso per la spada nella roccia, e la celebre abbazia cistercense oggi in rovina.

In alternativa il percorso da Massa Marittima a San Galgano può essere compiuto sulla più breve e pianeggiante SP 162 Massetana (Km 32).

Pranzo finale in agriturismo nell'antica casa colonica adiacente all'abbazia.

Nel pomeriggio ritorno in bus da San Galgano a Verona e Vicenza.

Alla partenza ogni partecipante riceverà un programma giornaliero dettagliato con orari, descrizione dei percorsi e dei luoghi visitati e altre informazioni utili.

Direzione Tecnica di TOP TRAVEL TEAM – Lungadige Porta Vittoria 21 – Verona

