



ALTA MAREMMA, DALLE COLLINE AL MARE

Da venerdì 29 aprile a lunedì 2 maggio 2011

Ciclovacanza

Riservata ai soci AdB - FIAB

Difficoltà gita: 3 (media)

Trasferimento: in bus da Verona a San Vincenzo (Livorno) giovedì 29 aprile e ritorno da San Galgano (Siena) a Verona lunedì 2 maggio 2011

Informazioni e iscrizioni: in sede negli orari d'apertura da venerdì 4 febbraio a venerdì 8 aprile 2011 e comunque fino ad esaurimento dei posti

Numero massimo di partecipanti: 50

Accompagnatori: Massimo Muzzolon e Cesare Zanella

Quattro giorni in bicicletta, in giro per l'Alta Maremma a ritrovare il piacere di pedalare in compagnia.

Ci saranno le colline, le fattorie, i vigneti, gli ulivi, i cipressi, tutti elementi che fanno molto "Toscana". La Maremma però è soprattutto lo spirito selvaggio e impenetrabile della sua macchia, la luce abbagliante di distese incolte sferzate dal libeccio.

Le Colline Metallifere sono il cuore più nascosto della Maremma; da Massa Marittima, storico capoluogo che si erge isolato, lo sguardo spazia verso l'azzurro del golfo di Follonica. Lungo la costa di fronte all'Isola d'Elba, freschi sentieri conducono a spiagge, calette e pinete silenziose. Verso l'interno, i borghi medioevali arroccati sui colli dominano una campagna punteggiata da antichi poderi.

PROGRAMMA

Venerdì 29 aprile

Dal Tirreno a Massa Marittima lungo la Val di Cornia (Km 45)

Partenza da Verona in bus - ritrovo alle ore 6 al parcheggio dello stadio - 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 medioevale di Campiglia Marittima (m 231) 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). La cittadina maremmana, il cui centro storico è adagiato su un colle panoramico e racchiuso entro 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 cingono il famoso affresco duecentesco recentemente restaurato, e il Palazzo del Podestà sede del Museo archeologico.

Sabato 30 aprile

Cala Violina e l'incanto del mare (Km 60)

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 di Scarlino. All'altezza del porto turistico del Puntone si imbecca una strada costiera sterrata 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 in bici attraverso la SP 158 delle Collacchie (Km 45).

In serata visita guidata al centro storico di Massa Marittima.

Domenica 1 maggio

Il castello della Pia, i borghi medioevali e i siti etruschi (Km 70)

Da Massa Marittima si scende lungo la strada di Perolla per arrivare, dopo aver percorso un lungo viale alberato e sterrato, alle rovine del Castel di Pietra, luogo in cui pare 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). Si prosegue attraversando il borgo arroccato di Giuncarico (226 m) e si risale infine verso il piccolo lago dell'Accesa (visita all'area archeologica etrusca). Percorrendo l'ombreggiata strada di Capanne, in leggera ma costante salita, si arriva alla città alta di Massa Marittima.

Lunedì 2 maggio

Sulla strada di San Galgano (Km 40)

Si esce da Massa Marittima imboccando la SR 439 per abbandonarla, dopo una diecina di chilometri, svoltando su una strada in salita che si addentra 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. L'itinerario si conclude a San Galgano, dove si trovano 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 nell'agriturismo ospitato in un'antica casa colonica adiacente all'abbazia.

Nel pomeriggio ritorno in bus da San Galgano a Verona.

Questo programma non è definitivo: eventuali variazioni potranno essere apportate dagli accompagnatori in base alle condizioni meteo e all'organizzazione delle visite guidate. Ogni partecipante riceverà un programma giornaliero dettagliato con orari, percorsi, altimetrie e descrizioni dei luoghi visitati.

Direzione Tecnica di PLA NET Viaggi Srl – Lungadige Porta Vittoria 21 – Verona

