

## CAMMINAVALDICECINA 2010

Escursioni ed eventi nel territorio della Comunità Montana Alta Val di Cecina e non solo.

**PROMOSSO DA:** A.USL5 Pisa, Provincia di Pisa, Polo Ambientale Alta Val di Cecina, Consorzio Turistico Volterra-Valdicecina-Valdera, ENEL, ANPIS, Pallavolistica volterrana, Associazione Pro Loco Montegemoli e numerose associazioni e cooperative locali: UISP, Condotta Slow Food di Volterra, Associazione Mondo Nuovo, Associazione Turistica "Pro Pomarance", Associazione "La Fumarola", Associazione Toscana Fuori Sentiero, Coop. Viaggio Antico, Coop. Idealcoop.

Con il contributo della Regione Toscana e del Santa Chiara-Azienda Pubblica di Servizi alla Persona.

### *PROGRAMMA ESCURSIONI*

#### ❖ **28 marzo: *Il Parco del Fiume Elsa***

Trekking nella forra del Fiume Elsa dove si snoda un affascinante percorso naturalistico tra boschi ripariali di pioppi e salici, sorgenti zampillanti e cascate copiose e scroscianti, con la possibilità di avvistare specie acquatiche non comuni, come il granchio di fiume e la nitticora e di capire l'ingegnoso sistema di antichi canali che per quasi un millennio ha fornito l'energia per azionare mulini, gualchiere e cartiere.

- Punto di ritrovo: Colle Val d'Elsa presso la Porta Nova, al km 64 della S.R. n°68 ore 9,30
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Difficoltà: *media*                      Lunghezza: *7 km*                      Dislivello: *150 m*

#### ❖ **11 aprile: *La Riserva Naturale di Monterufoli-Caselli: la valle del torrente Rivivo e le cascate dello Sterza***

Un sentiero natura tra affioramenti rocciosi e rare specie di flora e fauna nella suggestiva valle del torrente Rivivo, una delle aree più selvagge della Riserva, dove il lupo ha trovato il suo habitat ideale. Nel pomeriggio alla scoperta della suggestiva cascata sul torrente Sterza, in un paesaggio di straordinaria naturalità.

- Punti di ritrovo: Casino di Terra (parcheeggio ristorante Mocaio) ore 9,00;  
Loc. La Gabella (SP 18) ore 9.15.
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: *6 km*                      Dislivello: *300 m*                      Difficoltà: *media*

#### ❖ **25 aprile: *Camminando con gusto: una giornata di festa nel Borgo di Montegemoli* **Gratuita****

Pro loco Montegemoli e Slow Food condotta di Volterra ci accompagneranno in una giornata alla scoperta di sapori e luoghi straordinari. Durante la mattinata una passeggiata nelle campagne circostanti il borgo tra

campi coltivati, boschi e panorami mozzafiato per raggiungere i resti dell'antica Pieve di San Niccolò, costruita sulla vecchia strada che collegava Micciano a Volterra.

A pranzo nei locali della ex scuola, un percorso sensoriale organizzato e condotto da un noto trippaio fiorentino accompagnato da piatti e prodotti del territorio curati dagli abitanti del borgo. Nel pomeriggio visita guidata al borgo sempre in compagnia della Pro Loco.

- Punto di ritrovo: Montegemoli presso la ex scuola ore 9,45
- Pranzo facoltativo a pagamento presso la ex scuola di Montegemoli
- Lunghezza: 4 km                      Dislivello ↑: 100 m                      Difficoltà: *facile*

❖ **1 maggio: La Rocca Sillana e la Valle del torrente Pavone .**

Uno tra gli itinerari più suggestivi e completi di tutta la Toscana. Dal borgo di S. Dalmazio, alla pieve di S. Giovanni Battista a Silano, agli imponenti ruderi di rocca Sillana completamente ristrutturata e resa fruibile al pubblico. Visita guidata della Rocca a cura della Pro Loco di Pomarance per poi proseguire e raggiungere la gola del torrente Pavone tra antiche viabilità, boscaglie rupestri e resti di passate attività minerarie. Nel pomeriggio visita allo stupendo borgo di Montecastelli.

- Punto di ritrovo: piazza di S. Dalmazio ore 9.30
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Difficoltà: 2 percorsi alternativi facile e impegnativo

❖ **9 maggio: Il Parco della Maremma**

Accompagnati dal Presidente della Sezione Toscana della Società Botanica Italiana in uno dei Parchi Naturali più famosi d'Italia. Distese di macchia mediterranea, pinete monumentali, rupi rocciose, pascoli di vacche maremmane e cavalli bradi, dune e spiagge fantastiche, sono solo alcuni degli ambienti del parco che saranno attraversati. Sui punti più elevati torri di avvistamento (XI-XVI sec) da cui godere di panorami mozzafiato.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 8; Saline di Volterra, parcheggio dopo ferrovia in direzione Pomarance ore 8,15; Cecina, ingresso superstrada davanti Ospedale, ore 8,45.
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: 6 km                      Dislivello ↑: 250 m                      Difficoltà: *media*

***Numero chiuso a 30 partecipanti***

❖ **16 maggio: *La Riserva Naturale di Castelvecchio e il “Botro ai Buchi”***

Un tuffo indietro nel tempo tra boschi montani di faggio e di tasso e macchia mediterranea fino a raggiungere l’antico fortilizio medievale che si erge sulla sommità di un colle da cui si gode una vista mozzafiato. Alla fine dell’escursione a Castelvecchio, visita al suggestivo canyon del Botro ai Buchi.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 9,15; località Indicatore, S.S n°68, bivio per Gambassi Terme ore 9,30
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: 7 km                      Dislivello: 200 m                      Difficoltà: *media*

❖ **23 maggio: *Alta Maremma – La valle del Farma ed il Castello del Belagaio***

Accompagnati dal Presidente della Sezione Toscana della Società Botanica Italiana e dal Corpo Forestale dello Stato visiteremo uno dei luoghi con maggiore biodiversità in Italia; un orto botanico naturale, un ambiente straordinario in cui camminare sulle tracce della rarissima lontra e di altre numerose emergenze animali e vegetali. Nel pomeriggio visita al Castello ottocentesco del Belagaio sorto su un antico sito medievale.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 8,00; Monticiano ore 9,45;
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: 7 km                      Dislivello ↑: 350 m                      Difficoltà: *medio*

❖ **30 maggio: *Festa dei Parchi - La Riserva Naturale di Berignone* *Gratuita***

Una giornata di esplorazione sensoriale, escursioni e gioco a contatto con la natura “per tutti”. Bambini, adulti, anziani ma anche persone con svantaggio fisico, psichico o sensoriale potranno sperimentare inoltre un laboratorio di Arte-Natura.

La passeggiata ci consentirà di scoprire quello che rimane di uno dei più importanti siti medievali del Volterrano, il Castello dei Vescovi o Torraccia da dove potremmo ammirare la stretta gola del botro al Rio tra boscaglie rupestri e alte pareti rocciose, in un ambiente veramente selvaggio a contatto con la natura.

E’ presente un’area attrezzata accessibile con sedia a rotelle. Durante il pranzo produttori e prodotti del territorio saranno i protagonisti di una degustazione organizzata dalla condotta Slow Food di Volterra.

- Punto di ritrovo: parcheggio dell’ospedale di Volterra ore 8,30
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti e degustazione offerta a cura di Slow Food Volterra
- Difficoltà: 3 percorsi alternativi; sensoriale, facile, medio. Lunghezza massima 7 km

❖ **12-13 giugno: *Itinerari Casentinesi in altura.***

**I° giorno: Il Pratomagno dai Bagni di Cetica alla Croce.**

Sul crinale del Pratomagno, dai Bagni di Cetica (1227 slm), località nota per le sue acque freddissime e curative, fino alla Croce (1590 slm), attraverso praterie e faggete, con un meraviglioso panorama su tutto il Casentino ed il Valdarno.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 8,30; Colle val d'Elsa presso la Porta Nova, al km 64 della S.R. n°68 ore 9,00; Passo della Consuma ore 10,30.
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: 8 km                      Dislivello ↑: 370 m                      Difficoltà: *medio*
- *Cena e pernottamento*

## **II° giorno: La foresta della Lama**

Una giornata tra i boschi maestosi di una delle foreste più importanti della Toscana.

- Pranzo al sacco fornito dall'organizzazione
- Lunghezza: 8 km                      Dislivello ↑: 400 m                      Difficoltà: *medio*

***Per la due giorni in Casentino, numero chiuso a 25 partecipanti***

## **❖ 11 luglio: Appennino Tosco-Emiliano: il lago Nero e la foresta di Campolino**

Sulle tracce di antichi ghiacciai alla scoperta di uno dei tratti più alpini del nostro Appennino. Dalle foreste di faggio e dai limpidi torrenti della Valle del Sestaione fino alle brughiere e alle praterie montane toccando la riserva integrale della foresta di Campolino, unica stazione spontanea di abete rosso dell'Appennino. Sosta sulle sponde del suggestivo lago Nero all'interno di un antica conca glaciale a circa 1700 m di quota.

- Punto di ritrovo: Volterra, piazza Martiri della Libertà, ore 7,30; Loc. "la Rosa", SR439, ore 8,00; Altopascio ingresso autostrada A11, ore 8,45.
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: 8 km                      Dislivello ↑: 400 m                      Difficoltà: *medio-impegnativo*

## **❖ 12 settembre: L'isola di Montecristo**

Montecristo è sicuramente l'isola più selvaggia, solitaria e singolare di tutto l'Arcipelago. Un ambiente straordinario sia marino che terrestre che emoziona ogni visitatore. Il gruppo del Camminavaldicecina è in lista di attesa per la definizione della visita con il Corpo Forestale dello Stato e quindi i dettagli della giornata saranno comunicati prima possibile. L'imbarco è previsto da Porto S.Stefano.

## **❖ 19 settembre: Il lago di Massaciuccoli e la Villa di G.Puccini**

Il lago di Massaciuccoli tra musica e natura. Una giornata per tutti alla scoperta di una delle zone umide più importanti e particolari d'Italia. L'escursione comprende una visita guidata dell'Oasi, gita in barca sul lago e visita guidata del Museo Villa Puccini, per scoprire i luoghi che ispirarono le melodie del Maestro. La giornata è interamente accessibile anche a persone con disagio fisico e muniti di sedia a rotelle.

- Punto di ritrovo: Volterra, piazza Martiri della Libertà, ore 8,00; Loc. "la Rosa", SR439, ore 8,30
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: *tratto a piedi 1 km*                      Dislivello ↑: *nessuno*                      Difficoltà: *facile*

❖ **10 ottobre: Geotermia tra natura e storia - Gratuita**

Da Sasso Pisano a Monterotondo M.mo attraverso un paesaggio brullo e selvaggio punteggiato di fumarole e putizze, dove sgorgano dal terreno sorgenti di acque caldissime tra getti di vapore e pozze di acque gorgoglianti, in una terra ricca di minerali che nel Medioevo hanno determinato vere e proprie guerre per il loro sfruttamento.

Rientro alla centrale di Sasso Pisano per il *pranzo e visita guidata offerti a cura di ENEL*.

Il pomeriggio visita allo straordinario impianto termale ellenistico delle Terme del Bagno, unico nel suo genere in tutta l'Etruria, accompagnati dalle guide e dall'associazione "La Fumarola".

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 8,30; Sasso Pisano chiesina del Michelucci ore 9.30
- Pranzo in centrale a Sasso Pisano offerto da ENEL
- Difficoltà: 2 percorsi alternativi entrambi di facile difficoltà. Lunghezza massima 4,5 km

❖ **7 novembre: Riserva Naturale di Berignone: alla scoperta dei "funghi minori"**

Accompagnati da esperti del Gruppo Micologico Volterrano, nella Riserva Naturale di Berignone, alla scoperta dei "funghi minori". Caratteristiche, curiosità ed uso in cucina di numerose specie fungine che ci sorprenderanno in tutti i loro aspetti.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 10; Mazzolla, parcheggio all'ingresso del borgo ore 10,15.
- Pranzo al sacco presso un area di sosta della Riserva
- Difficoltà: facile

❖ **8 gennaio: Borgo di Montegemoli: "presepiando" Gratuita**

Un particolare saluto al nuovo anno in compagnia della Pro loco di Montegemoli che accompagnerà il gruppo tra il borgo e le vicine campagne alla scoperta della magia dei presepi e dei luoghi attraversati. Sono previste tre soste in agriturismo (colazione, pranzo e merenda) in cui degustare i prodotti del territorio assaporando i sapori, il profumo e l'atmosfera delle veglie invernali.

- Punto di ritrovo: Montegemoli presso la ex scuola ore 9,30
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti con degustazione offerta (gradito un contributo da parte dei presenti)
- Lunghezza: 15 km                      Dislivello ↑: 250 m                      Difficoltà: medio  
Durante tutto il percorso assistenza di servizio navetta

Le escursioni durano una giornata. **Costo 8 euro ad escursione; bambini fino a 14 anni gratis.**

Il **costo** per la due giorni in **Casentino è di euro 75** e comprende cena in trattoria tipica, pernottamento e prima colazione presso un agriturismo, pranzo al sacco del secondo giorno, accompagnatori.

**Costo dell'escursione al Parco della Maremma euro 13**, comprensivo di ingresso al Parco e servizio navetta interno.

**Costo dell'escursione al Lago di Massaciuccoli euro 18.**

**Pranzo del 25 aprile euro 25 (soci Slow Food e Pro Loco Montegemoli euro 20 )**. Il costo è comprensivo di guida GAE o esperti locali, visite a musei o aree archeologiche e degustazione di prodotti tipici ed ingresso musei, dove indicato. Pranzo al sacco non fornito dall'organizzazione. Per qualunque informazione e per prenotazioni (obbligatoria entro venerdì precedente l'escursione) rivolgersi a: Consorzio Turistico Volterra Valdicecina Valdera tel. 0588 86099 ore 9.00/13.00 e 14.00/19.00 In casi ECCEZIONALI è possibile prenotarsi o disdire oltre la data prevista inviando un SMS al cell. n° 3475063845

***N.B. Per l'escursione in Casentino prenotazione obbligatoria entro il 22 maggio 2009  
Per l'escursione allago di Massaciuccoli prenotazione obbligatoria entro la settimana precedente***

Per maggiori informazioni sui percorsi il coordinatore tecnico del progetto: Davide Bettini 3476302453