

CAMMINA VALDICECINA 2009

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

PROMOSSO DA: A.USL5 Pisa, Consorzio Turistico Volterra-Valdicecina-Valdera, ENEL, Polisportiva di Saline di Volterra, UISP e numerose associazioni e cooperative locali: 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 patrocinio dei Comuni dell'Alta Val di Cecina, della Comunità Montana e del Comune di Bibbona.
Con il contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di Volterra, della Regione Toscana e del Santa Chiara-Azienda Pubblica di Servizi alla Persona.

PROGRAMMA ESCURSIONI

❖ **13 aprile: Montagnola senese: La Foresta del Monte Maggio e Marmorai**

A piedi sulla Montagnola Senese, un comprensorio ricchissimo di storia, natura e paesaggio, inserito dall'Unione Europea tra i Siti di Importanza Comunitaria per la presenza di habitat ben conservati che ospitano numerose specie animali e vegetali rare. In questo favoloso territorio, prodotto nel corso dei secoli da una stupefacente intesa tra la natura e l'uomo, attraverserete, su antiche strade, alte cerrete, vetusti castagneti e cupe leccete che nascondono suggestive pievi, grotte carsiche e ampi pascoli da cui si godono suggestivi panorami.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 9; 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
- Lunghezza: 8,5 km Dislivello ↑: 250 m Difficoltà: *medio*

❖ **1 maggio: In Macchia con passi leggeri (ANPIL Macchia di Magona, Bibbona LI)**

Itinerari per tutti sia a piedi che in mountain bike

I Monti della Gherardesca, nel Comune di Bibbona, conservano un'Area Naturale Protetta caratterizzata da estesa macchia mediterranea che si solleva dolcemente dalla pianura costiera. Dalla loc. la Casetta di Campo di Sasso, la mattina, sarà possibile visitare i luoghi più suggestivi dell'area con escursioni a piedi ed in mountain bike e scoprire un percorso botanico, accessibile anche a persone in carrozzina, con le specie vegetali più rappresentative della macchia. Il pomeriggio, dopo il pranzo al sacco e la degustazione di prodotti tipici della zona, sarà possibile per grandi e piccoli, con la guida di esperti, provare a tirare con campo scuola di tiro con l'arco ed avvicinarsi alla disciplina sportiva dell'Orienteering.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 8,15; Bibbona ore 9,00, presso il parcheggio dietro al Municipio

- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti e degustazione offerta
- Difficoltà: 3 percorsi alternativi; a piedi per tutti, a piedi medio, in MTB medio.

❖ 10 maggio: *La costiera di Scarlino: Cala Violina e Cala Martina*

Accompagnati dal Presidente della Sezione Toscana della Società Botanica Italiana, una giornata tra il bosco ed il mare lungo una delle coste più selvagge e suggestive della Toscana. Una passeggiata tra la macchia mediterranea con meravigliose soste nelle cale della costa.

- 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 ↑: 150 m Difficoltà: *facile*

❖ 24 maggio: *La Riserva Naturale di Berignone*

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; successivamente un tratto fuori sentiero, per scoprire 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.

- Punto di ritrovo: parcheggio dell'ospedale di Volterra ore 8,30 (bus navetta a numero limitato)
- 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

7 giugno: *La Riserva Naturale di Montenero e la Villa di Uignano*

Un nuovo sentiero natura attrezzato ci porta alla scoperta di una delle aree di più alto valore paesaggistico e naturalistico del Volterrano. Una mattinata tra cascatelle e specchi d'acqua tracciati dal torrente Strolla in una impervia rupe di rocce ofiolitiche, con tracce di antichi insediamenti militari e religiosi, antica viabilità e straordinari panorami. Nel pomeriggio, visita alla stupenda Villa seicentesca di Uignano, che l'Ammiraglio Iacopo Inghirami fece edificare dai numerosi prigionieri barbareschi catturati nel corso delle sue spedizioni.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 9,15; Località Prato d'era, bivio per Uignano ore 9.30.
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: 6 km Dislivello ↑: 250 m Difficoltà: medio

❖ 14 giugno: *La foresta delle Carline e la valle del Rimaggio*

Nell'immenso bosco delle Carline, nel cuore delle Colline Metallifere, la valle dell'impetuoso Rimaggio, che solca una foresta selvaggia e incontaminata. Risaliremo il corso d'acqua in un avventuroso percorso attraversando cerrete d'alto fusto e maestosi castagneti dove nidifica il biancone e si rifugia il lupo e osservando suggestive cascate e tonfi cristallini dove vivono indisturbate la rana appenninica e la salamandrina dagli occhiali. Alla fine del trekking visita alla magnifica villa seicentesca di Anqua, antica dimora dei Pannocchieschi.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 8,30; Montecastelli Pisano, SP 27, incrocio che sale al paese ore 9,15; Fattoria Anqua ore 9,45
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: 10 km Dislivello ↑: 350 m Difficoltà: impegnativo

❖ 20-21 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 panorama meraviglioso 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 10,15.
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: 8 km Dislivello ↑: 370 m Difficoltà: medio
- Cena e pernottamento

II° giorno: **Da Montalto al Lago degli Idoli.**

Il percorso lambisce le pendici del Monte Falterona; in auto fino alla piccola Madonna di Montalto (851 slm) e al successivo rifugio il Lago(1017 slm) per poi proseguire a piedi, attraverso faggete, fino alla conca del Lago degli Idoli (1380 slm). Il percorso, molto panoramico, ci permette di conoscere un luogo archeologico importantissimo, testimonianza del passaggio e del culto di popolazioni che hanno ritenuto sacro il lago alla divinità fin dall'età più arcaica

- 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

❖ **12 luglio: Appennino Tosco-Emiliano: La Foresta del Teso ed il Monte Gennaio**

Attraverso una delle più belle e antiche faggete dell'Appennino per raggiungere i crinali dei Monti della Valle dell'Orsigna, tanto amata dallo scrittore Tiziano Terzani.

Panorami mozzafiato dal mar Tirreno a quello Adriatico, sulle creste di uno dei crinali più selvaggi e suggestivi dell'intero Appennino Tosco-Emiliano, tra rare fioriture e ambienti alpini popolati dalle marmotte, fino alla cima del Monte Gennaio (1814 slm).

- 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 ↑: 600 m Difficoltà: impegnativo

❖ **20 settembre: Intorno al poggio di Volterra**

Intorno al poggio di Volterra, l'altra faccia meno conosciuta dentro e fuori le mura etrusche e medievali, dentro e fuori il paesaggio multiforme del Volterrano, dentro e fuori le storie grandi e piccole di chi vive ed ha vissuto la città. Il "borgo" e le botteghe alabastrine, le Balze e la Valle dei Mulini, gli ipogei e le mura etrusche, suggestione di luoghi esaltata dall'esperienza gustativa durante la sosta pranzo a Villa Giardino con l'offerta di prodotti della Filiera Corta locale, in collaborazione con Slow Food Volterra, Ass. Mondo Nuovo e varie Aziende agricole. Un modo per abbinare il camminare, il gusto, i prodotti del territorio alle questioni sociali passando dall'esperienza dell'Orto del Lolli un progetto di Agricoltura Sociale dell'Ass. Mondo Nuovo a favore di persone svantaggiate.

- Punto di ritrovo: Volterra ore 9,00 presso il parcheggio delle Balze.
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti e *degustazione offerta*
- Lunghezza: 5 km Dislivello ↑: 150 m Difficoltà: facile

❖ **27 settembre: Il borgo medievale di Castelnuovo Val di Cecina e la valle del Pavone**

Un anello con partenza e ritorno a Castelnuovo, sicuramente uno tra i borghi medievali meglio conservati e più suggestivi della Toscana. Tra vecchi castagneti da frutto, antica viabilità, mulini, panorami straordinari sull'alta valle del torrente Pavone, si percorre un tratto tra i più belli del territorio montano dell'Alta Val di Cecina. La vista dei ponti medievali sul torrente e la visita guidata al Borgo, arricchiscono una giornata già piena di emozioni.

- Punto di ritrovo: Volterra P.zza Martiri della Libertà ore 9,00; Castelnuovo ore 10,00 presso il parcheggio in località "Il Piazzone".
- Pranzo al sacco a carico dei partecipanti
- Lunghezza: 5 km Dislivello ↑: 250 m Difficoltà: facile

11 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*

❖ 1 novembre: 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*

Le escursioni durano una giornata. **Costo 7 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 del **20 settembre euro 10** comprensive della degustazione.

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

Per l'escursione del 24 maggio rivolgersi a Mondo Nuovo: tel e fax n° 0588/85311 oppure al cell. 348 0143773.

Per l'escursione in Casentino prenotazione obbligatoria entro il 22 maggio 2009

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