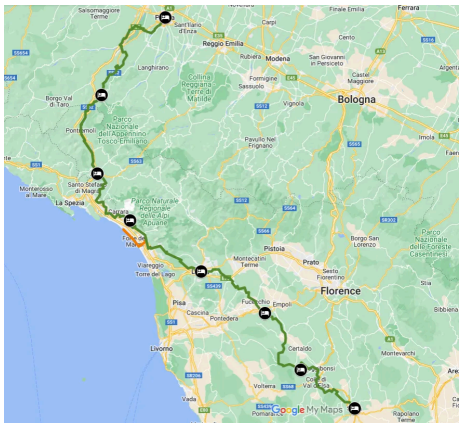
Lungo la Via Francigena da Parma a Siena

9 giorni, *€ 1462*



ITALIAN BIKE TOURS
Bike, Breathe & Discover

Introduzione



Questa avventura inizia a Parma, un vero paradiso gastronomico, guidandovi attraverso borghi medievali e antichi siti archeologici che attraversano gli Appennini al Passo della Cisa, la porta della Via Francigena toscana. Successivamente vi immergerete nell'atmosfera misteriosa della Lunigiana conosciuta anche come Terra della Luna, per poi raggiungere città toscane famose in tutto il mondo come Lucca e San Gimignano. Il vostro viaggio continuerà tra chiese parrocchiali millenarie e castelli coronati da torri, per infine arrivare a Siena, con la sua Piazza del Campo a forma di conchiglia, circondata dalle tipiche contrade.

Itinerario

Giorno 1 **Arrivo a Parma**

Il viaggio inizia a Parma, fiore all'occhiello della tradizione gastronomica italiana: la provincia di Parma vanta il maggior numero di prodotti gastronomici con DOP e IGP. Potete assaggiarne e gustarne il più possibile o prendervi il tempo per esplorare le bellezze artistiche della città: dall'imponente interno della sua Cattedrale e del suo Battistero all'incantevole Palazzo Farnese, progettato da Michelangelo e costruito con pietre provenienti dal Colosseo di Roma.

Giorno 2 **Da Parma a Berceto** **74 km**

Il primo tratto è impegnativo ma ricco di bellezza: Lungo il percorso attraverserai i villaggi di Bardone e Terenzo con le loro antiche chiese e alcuni pregiati bassorilievi nei loro interni. Da qui, salirai verso Cassio, dove una breve discesa potrebbe farti pensare di aver raggiunto la meta. Purtroppo non è così: ti attende un'ulteriore salita verso Berceto, una piccola "gemma di pietra", dove potrai ristorarti con funghi locali e Pattona, una tipica torta di farina di castagne.

Giorno 3 **Da Berceto ad Aulla** **53 km**

Durante l'ultima parte del percorso non ci sono pause, ma le sorprese lungo il cammino rendono sicuramente meritevoli tutti gli sforzi. Dal Passo della cisa, vivrete una discesa emozionante fino a Pontremoli, città dei ponti e delle misteriose statue di pietra, dove potrete godervi una rilassante passeggiata tra i vicoli del centro storico. Una volta arrivati ad Aulla, parcheggiate la vostra bicicletta e visitate l'Abbazia di San Caprasio, che contiene reperti archeologici del Medioevo. Non perdete una passeggiata lungo le antiche mura della Fortezza Brunella, prima di fare una passeggiata nel centro storico. E se avete fame, non c'è niente di meglio delle gustose focacce locali, da gustare ancora calde accompagnate da salumi e formaggi.

Giorno 4 **Da Aulla a Massa** **48 km**

Da Aulla partirete lungo sentieri impegnativi ma gratificanti: da qui vedrete il mare per la prima volta lungo il viaggio. Lungo la strada attraverserete paesaggi molto verdi e borghi medievali. Una volta giunti a Sarzana, rimarrete stupiti dall'interno barocco della Cattedrale di Santa Maria Assunta e potrete ammirare la facciata gotica della Pieve di Sant'Andrea, il più antico edificio della città. Il vostro viaggio proseguirà lungo sentieri pianeggianti, seguendo le tracce degli antichi pellegrini che partivano dal porto romano di Luni verso Santiago de Compostela, per poi raggiungere la graziosa città di Massa, a pochi chilometri dal mare della Versilia.

Giorno 5 **da Massa a Lucca** **52 km**

Lungomare, un bellissimo percorso ciclabile vi condurrà da Marina di Massa a Pietrasanta. Prima di immergervi nelle gallerie d'arte e nei negozi, vi consigliamo di visitare la Cattedrale della città, passeggiare tra le sue colonne marmoree e ammirare le volte affrescate. Da Camaiore, continuate il vostro viaggio su e giù per le colline di Lucca, attraversate le mura e immergetevi nel centro storico, curiosate nei piccoli negozi sulla piazza circolare. Vi consigliamo di acquistare del farro e dei biscotti locali da portare con voi, salite poi sulla Torre Guinigi e godetevi la vista panoramica della città dal suo meraviglioso giardino pensile

Giorno 6 **da Lucca a San Miniato** **46 km**

Un tratto agevole e pianeggiante del viaggio vi condurrà dalle mura di Lucca al centro storico di Altopascio, passando per la Badia di Pozzeveri, dove gli antichi pellegrini facevano sosta per riposare e pregare. Non perdetevi il pane locale, una vera delizia! Il percorso attraversa la selvaggia terra delle Cerbaie, prima di attraversare il fiume Arno e proseguire verso San Miniato. Il seminario, che dà il nome alla piazza principale, vi sorprenderà con la sua facciata particolare: ammiratela illuminata, magari dopo aver gustato un risotto con il tipico tartufo bianco, l'orgoglio della regione.

Giorno 7 **da San Miniato a San Gimignano** **41 km**

Vi attende una sezione impegnativa ma unica nel suo genere. Da San Miniato scenderete nel cuore della Val d'Elsa per poi risalire verso Gambassi Terme, dove attraverserete la soglia della Pieve di Chianni, dove anche l'Arcivescovo Sigerico si fermò durante il suo viaggio verso Roma. Il vostro viaggio proseguirà attraverso paesaggi naturali mozzafiato fino a San Gimignano, una delle città più belle lungo la Via Francigena: i suoi famosi torri conferiscono un'identità inconfondibile alla sua silhouette. Non perdete l'occasione di ammirare la città medievale e le valli circostanti dalla cima del Torre Grossa, o se avete ancora energia, osate salire i gradini della Rocca di Montestaffoli per una vista ancora più speciale.

Giorno 8 **da San Gimignano a Siena** **50 km**

Da San Gimignano, continuate il vostro viaggio attraverso le colline toscane, su e giù, fino a Colle Val d'Elsa, un villaggio toscano senza tempo con un incantevole centro storico e stretti vicoli che si snodano tra i muri di pietra. Il percorso prosegue attraverso uno dei tratti più belli della Via Francigena: un tratto meditativo, lungo il quale potete immergervi nel silenzio della Pieve di Strove, con i suoi interni romanici, o nella pace della magnifica Abbazia di Isola, con la sua imponente abbazia. Non perdete una passeggiata lungo le mura del suggestivo Castello di Monteriggioni, che un tempo difendeva la Repubblica di Siena, prima di raggiungere Cerbaia attraverso sentieri di campagna e il vecchio borgo medievale. Per celebrare il vostro arrivo in modo memorabile? Un piatto di Pici all'Aglione nella illuminata Piazza del Campo. E non dimenticate il Panforte!

Giorno 9 **Arrivederci Via Francigena**

La vostra avventura giunge al termine dopo la colazione, a meno che non abbiate prenotato notti aggiuntive o altri servizi opzionali con noi

Prezzo, Date, Prenota

Prezzo per persona		**€**
Camera doppia, colazione	a partire da	1,462.00
Noleggio biciclette		**€**
Ibrida		200.00
Bici elettrica		290.00
Servizi extra		**€**
Giving back to nature	a pezzo	5.00

Alloggio

Hotel 3*stelle e Agriturismi

Informazione



9 pernottamenti



3* hotel e agriturismi



Colazione inclusa



Descrizioni dettagliate del percorso, mappe e App



Possibilità di noleggio biciclette



24/7 assistenza telefonica



Trasporto bagaglio da hotel a hotel (max 1 bagaglio per persona, peso non superiore a 20kg)



Tracce GPS disponibili