

# TREKKING IN VAL D'ORCIA DAL 7 AL 14 OTTOBRE 2023



**Castelli medievali, colline sinuose, borghi antichi, casali isolati, viali di cipressi, favolosi vigneti ed oliveti, sono solo alcuni degli elementi che formano i fantastici ed armoniosi paesaggi della Valdorcia.**

**Questa splendida regione a sud della Toscana, si snoda lungo le provincie di Siena e Grosseto. L'intera area è oggi un parco protetto, ed è stata riconosciuta come Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO sin dal 2014 con la seguente motivazione:**

**" La Val d'Orcia sito culturale del Patrimonio Mondiale si trova nell'entroterra agricolo di Siena, nell'Italia Centrale, e comprende i centri storici e gran parte**

**del territorio dei Comuni di Castiglione d'Orcia, Montalcino, Pienza, Radicofani, San Quirico d'Orcia. L'iscrizione comprende un paesaggio agricolo e pastorale che riflette sistemi di gestione del territorio innovativi, ma anche città, villaggi e case coloniche, la romana via Francigena e le strutture ad essa collegate (abbazie, locande, santuari, ponti). La Val d'Orcia è un eccezionale esempio del ridisegno del paesaggio nel Rinascimento, che illustra gli ideali di buon governo nei secoli XIV e XV della città-stato italiana e la ricerca estetica che ne ha guidato la concezione."**

**Cammineremo certo, ma anche visiteremo luoghi di grande interesse storico e culturale, in un paesaggio unico, di grande bellezza, che giustamente gode di fama internazionale.**



## **Programma del trekking:**

### **- 1° giorno - Sabato 7 Ottobre:**

**Partenza ore 6,00 Porta Vescovo - 6,15 Piazzale B dello stadio Bentegodi. Arrivo ad Arezzo nella tarda mattinata, pranzo libero e nel primo pomeriggio visita della città con guida turistica di circa 2/3 ore. Partenza per Chianciano Terme per la sistemazione nel Santa Caterina Hotel & Bike per tutta la durata del trekking.**



**La famosa "Cipressaia" di San Quirico d'Orcia - foto di Rotanti Maurizio**

### **- 2° giorno - Domenica 8 ottobre**

**Pienza - San Quirico d'Orcia.**

**Caratteristiche tecniche: km 8 Dislivello +210 -350 Difficoltà E**

**La migliore cartolina possibile di benvenuto.**

**Pienza, la città ideale del rinascimento toscano, un percorso tra le colline con gli scenari immortalati nella filmografia internazionale, il passaggio per la piccola cappella votiva più fotografata al mondo, Vitaleta e l'arrivo nella splendida San Quirico d'Orcia, con la visita ai principali monumenti ed agli splendidi giardini. 8 km di meraviglia.**

**Percorso di sola andata con sosta nei paesi.**



**Pienza vista dal giardino di palazzo Piccolomini. Sullo sfondo il monte Amiata - foto di Rotanti Maurizio**

### **- 3° giorno - Lunedì 9 ottobre**

#### **Anello di Bagno Vignoni**

**Caratteristiche tecniche: km 13,00 dislivello positivo e negativo mt. 380 Difficoltà E**

**Si parte dall'unico parcheggio gratuito di Bagno Vignoni, che si trova all'ingresso del paese sull'antica Via Francigena. Partiamo nel bellissimo "Parco dei Molini". Da qui arriviamo al Centro di Bagno Vignoni, luogo che merita una visita approfondita, troppo bella e famosa è la piazza con la piscina di acqua sulfurea. Lasciato il paese inizia il sentiero che ci porta nel cuore della Val d'Orcia fino al bellissimo borgo vecchio castello di Vignoni Alta, un borgo incastellato del XI secolo. Proseguendo su un crinale molto agevole si possono ammirare i bellissimi paesaggi per cui la Val d'Orcia va giustamente famosa. Da qui chiuderemo l'anello con un sentiero che tra i campi ci ricondurrà a Bagno Vignoni.**



**Bagno Vignoni - La celebre vasca di acqua termale - Foto di Rotanti Maurizio**



**Vista da Pienza - foto di Rotanti Maurizio**

## **- 4° giorno - Martedì 10 ottobre**

### **Sant'Antimio - Montalcino**

**Caratteristiche tecniche: km 12,00 Dislivello +500 -300 Difficoltà E**

**Sant'Antimio è un'antichissima abbazia abitata nei secoli dai monaci benedettini e fondata, secondo la leggenda, dall'imperatore Carlo Magno. La chiesa, realizzata nel XII secolo, è considerata uno dei capolavori dell'architettura medievale, espressione della "vera bellezza".**

**Ci dirigeremo poi con il nostro trekking verso Montalcino e attivati alla città medievale visiteremo il bellissimo borgo.**



**Sant'Antimio**

## **- 5° giorno - Mercoledì 11 ottobre, giornata di stop bus.**

### **Trekking a Chianciano.**

**Caratteristiche tecniche: km 14,00 dislivello positivo e negativo mt. 350.**

**Percorso ad anello sulle colline che sovrastano la città tra sentieri di bosco con scorci panoramici a 360° su val di Chiana e val d'Orcia**

## **- 6° giorno - Giovedì 12 ottobre:**

### **Trekking sul monte Cetona**

**Caratteristiche tecniche: km 13,00 dislivello positivo e negativo mt. 500**

**Un panorama a 360° sulla Toscana meridionale, sulle terre dell'Umbria e del Lazio.**

**Una montagna abitata sin dall'epoca preistorica su cui compiremo un itinerario di interesse naturalistico, botanico e geologico fino a raggiungere la sua vetta.**



Scorcio sulla val d'Orcia - foto di Rotanti Maurizio

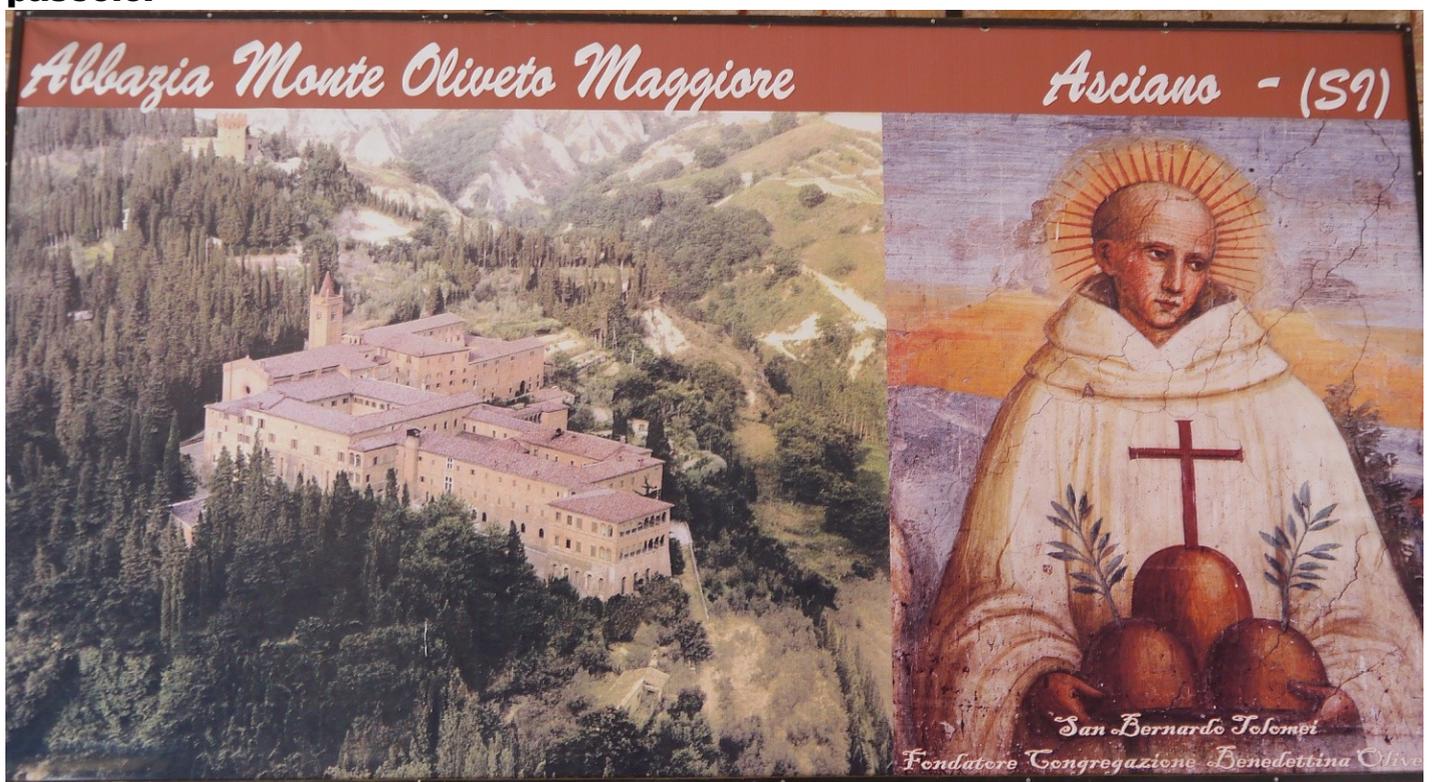
## 7° giorno - Venerdì 13 ottobre

### **Riserva naturale di "Lucciolabella"**

**Caratteristiche tecniche: km 13,00 dislivello positivo e negativo mt. 520.**

**A soli 8 km da Chianciano, lungo la strada che dalla Val d'Orcia porta a Chianciano Terme, si trova la riserva naturale di "Lucciolabella" che circoscrive un piccolo angolo del famoso paesaggio delle Crete Senesi.**

**Qui si può ammirare il paesaggio dei calachi e soprattutto delle biancane, forme erosive caratteristiche delle Crete Senesi legate principalmente alla pratica del pascolo.**



## **- 8° giorno - Sabato 14 ottobre: Partenza per il ritorno.**

**Dopo aver caricato i nostri bagagli sul pullman, ci dirigeremo verso l'abbazia di Monte Oliveto Maggiore, dove faremo una visita condotta dalle guide del monastero.**

**L'abbazia di Monte Oliveto Maggiore è un complesso monastico all'interno del comune di Asciano, sede dell'abate della Congregazione benedettina di Monte Oliveto.**

**E' situata su un'altura a dominio delle Crete Senesi, all'interno di un bosco di cipressi, querce e pini, ed è uno dei più importanti monumenti della Toscana sia per l'importanza storico-territoriale che per l'elevato numero di opere d'arte in essa racchiusa.**

**Dopo la visita all'abbazia ci sposteremo con il pullman per il pranzo libero, fino al vicino paese di Asciano, piccolo centro di grande interesse.**

**Il centro storico, di origini medievali, conserva svariati monumenti. La parte occidentale e meridionale del territorio comunale si caratterizza per un susseguirsi di biancane e calanchi formano il paesaggio dalle caratteristiche lunari delle crete senesi, conosciuto fin dal Medioevo come deserto di Accona. riprendiamo in nostro pullman ed imbocchiamo la provinciale 438 "Lauretana", che attraversa i meravigliosi paesaggi delle crete Senesi, fin quasi ad arrivare a Siena, città in cui purtroppo non entriamo, deviando a destra e prendendo la via del ritorno.**

**Costo a persona in camera doppia: €. 650,00 (il prezzo potrà subire leggere variazioni in base al numero dei partecipanti**

### **che comprende:**

**tutti i passaggi in pullman,**

**Sistemazione in hotel a 3 stelle in mezza pensione (cena, pernottamento e prima colazione) con:**

- prima colazione a buffet con dolce e salato;**
- cena con servizio al tavolo composta da due primi (di cui una zuppa), un secondo, un contorno, un dessert e frutta fresca, acqua minerale e vino di Montepulciano;**
- un cestino per il mezzogiorno con due panini farciti, un frutto e 1/2 minerale.**
- guida turistica per la visita della città di Arezzo con auricolari;**
- guida escursionistica per 6 giorni**
- guida turistica + biglietto di entrata per la visita all'Abbazia di Monte Oliveto Maggiore**

**non sono compresi:**

- i pranzi del 7 e del 14 ottobre;
- il supplemento in camera singola di euro 70,00 per tutta la durata del soggiorno **(camere singole molto limitate).**
- la tassa di soggiorno di euro 0,80 al giorno per persona da regolarsi in contanti direttamente in loco dai partecipanti.

**Acconto di €. 300,00 da versarsi entro il 20/04/2023**

**Saldo di €. 350,00 da versarsi entro il 18/09/2023**

**n.b. l'importo esatto del saldo verrà comunicato prima del versamento in base al numero dei partecipanti.**

**Per eventuali disdette: fino al 15/5/2023 la quota verrà restituita se sarà possibile sostituire il partecipante con altra persona in lista di attesa, trattenendo €. 30 per spese di organizzazione.**

**Dopo il 18/09/2023 la quota integrale verrà restituita solo in caso di sostituzione del partecipante (salvo accordo con l'albergo), e sempre trattenendo €. 30 per spese di organizzazione.**

**L'acconto ed il saldo dovranno essere versati sul conto corrente bancario intestato a:**

**CAI VERONA presso BANCO POPOLARE -**

**IBAN: IT26 D 05034 11750 00000003300**

**con la seguente causale: Acconto/saldo Trekking in val D'Orcia dal 7 al 14 ottobre 2023, seguito dal nome e cognome del/dei partecipante/partecipanti. oppure direttamente in segreteria anche con il bancomat.**

**OBBLIGATORIA L'ISCRIZIONE AL CAI PER L'ANNO 2023**

**Le iscrizioni si ricevono esclusivamente via Mail al seguente indirizzo: **rotanmar@gmail.com** a partire dalle ore 9,00 del giorno 3 **aprile 2023**, con precedenza ai soci CAI della sezione e tra questi a chi ha dato la propria manifestazione di interesse al trekking (ciascun socio ha la facoltà di iscrivere un altro socio). Dal giorno successivo saranno aperte a tutti gli altri soci CAI, sempre con precedenza ha chi ha manifestato il proprio interesse.**

**ACCOMPAGNATORI: ROTANTI MAURIZIO 3913851212 - BERSAN MASSIMO**