



## Toscana: Casentino

### Foreste e borghi medievali

In bicicletta nel Casentino, dove regna un'atmosfera mistica, una natura incontaminata disseminata di borghi medievali, monasteri e pievi romaniche. Arte, natura, sport, relax e non solo....qui è possibile ripercorrere la via del gusto e godere dei prodotti tipici della Toscana più nascosta.

### Programma (6/5 giorni – 5/4 notti)

**Il tour può durare 6 giorni o 5 giorni. In quest'ultimo caso verrà tolta la giornata dedicata al santuario della Verna.**

**Avremo a disposizione delle e-mtb di ultima generazione che utilizzeremo per 4 giorni o 3 giorni, a seconda della durata scelta del tour.**

#### 1° giorno: Farneta/Poppi

Arrivo individuale nel Casentino.

A seconda dell'orario di arrivo saranno possibili varie visite in zona, tra cui l'interessante museo della lana a Pratovecchio Stia.

Arrivo in B&B/hotel nel pomeriggio e sistemazione nelle camere.

Ritrovo con l'accompagnatore, briefing e cena (inclusa nella quota).



## 2° giorno: Farneta – Rassina - Poppi (45 km, 350 mt di dislivello)

Si ritirano le biciclette (e-mtb) e si effettua un primo giro lungo la ciclabile dell'Arno per iniziare a conoscere il territorio. Siamo lungo una delle vie di Francesco; in questi luoghi Dante ambientò alcuni passi della Divina Commedia, come vedremo dalle infografiche che troveremo lungo il percorso. Arriveremo a **Rassina** dove termina la ciclabile lungo l'argine dell'Arno. Torniamo quindi a Poppi (fondovalle) dove potremo consumare il pranzo in un ristorante (*non incluso nella quota*).

Nel primo pomeriggio saliremo e visiteremo il borgo di **Poppi** (classificato come uno dei borghi più belli d'Italia) con il suo bellissimo castello (*visita non inclusa nella quota*). C'è tempo per un aperitivo nella bella piazzetta davanti al castello.

Rientro al B&B/hotel per cena (*inclusa nella quota*).





### 3° giorno: Farneta - Badia Prataglia - La Lama (68 km, 1.360 mt di dislivello positivo)

Inforchiamo le nostre bici, che dopo il giro di ieri abbiamo imparato a conoscere bene, e affrontiamo la salita che ci porta a Badia Prataglia, dove possiamo acquistare del cibo locale (*suggerimento: schiacciata con la finocchiona*) per il nostro picnic. Proseguiamo per la località Cancellino e da qui prendiamo una strada forestale di 20 km che percorre una vecchia via ferroviaria fino a La Lama; questa è considerata **“la pista forestale più bella d’Italia”**. Grazie anche all'assenza di tratti ripidi, l'attenzione può essere rivolta alla bellezza del paesaggio.

Lungo il percorso potremo osservare i nidi della **formica rufa**, insetto molto utile per l'ecosistema della foresta.

Torniamo infine sui nostri passi e rientriamo a Farneta.

- Pranzo: al sacco nel prato della Lama
- Cena: presso il B&B/hotel (*inclusa nella quota*)





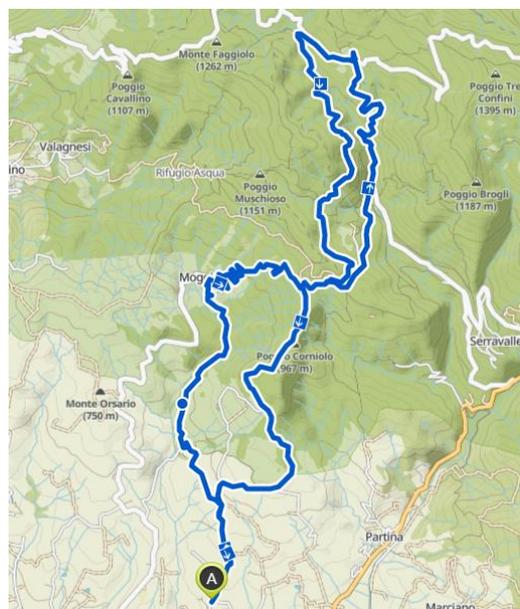
**4° giorno: Farneta - Camaldoli – Moggiona - Lierna (27 km, 850 mt di dislivello)**

Da Farneta pedaleremo fino al grazioso borgo di Lierna; da qui prenderemo una strada sterrata, il *percorso storico Lierna-Moggiona*, che ci porterà a Moggiona, il paese dei bigonai, dove ha sede un centro sullo studio del lupo.

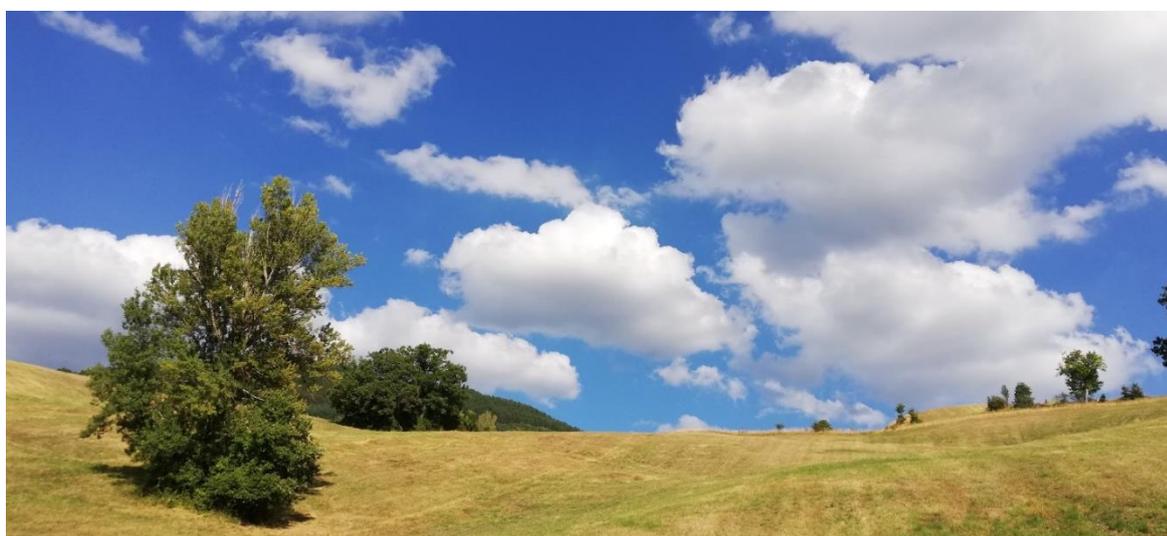
La strada comincia a salire un po' più decisa, ci dirigiamo verso il monastero di Camaldoli, sede di formazione culturale e spirituale.

Qui i monaci, pur vivendo anche la solitudine, fanno esperienza di vita fraterna e di comunione. Ci addentriamo in salita nella foresta fino a giungere all'eremo di Camaldoli, dove potremo effettuare una interessante visita guidata (non inclusa nella quota) e visitare la nota farmacia dei monaci camaldolesi.

Dalla zona dell'eremo, se vorremo potremo addentrarci nei sentieri sterrati della foresta. Il rientro avverrà percorrendo strade diverse dall'andata, in modo da assaporare tutta la magia del luogo.



- Pranzo: al sacco all'eremo di Camaldoli o in ristorante a Camaldoli
- Cena: presso il B&B/hotel (*inclusa nella quota*)





### 5° giorno: Santuario della Verna (50 km, 900 mt di dislivello)

Il santuario della Verna si trova sull'Appennino Toscano. Il monte, ricoperto da una monumentale foresta di faggi e abeti, è visibile da tutto il Casentino e dall'alta Val Tiberina ed ha una forma inconfondibile con la sua vetta (m 1283) tagliata a picco da tre parti. Sopra la roccia ed avvolto dalla foresta si trova il grande complesso del Santuario che dentro la sua massiccia ed articolata architettura custodisce numerosi tesori di spiritualità, arte, cultura e storia.

Nell'estate del 1224 San Francesco si ritirò sul monte della Verna per i suoi consueti periodi di silenzio e preghiera. Durante la sua permanenza chiese a Dio di poter partecipare con tutto il suo essere alla Passione di Cristo, mistero di amore e dolore. Il Signore lo ascoltò e gli apparve sotto forma di serafino crocifisso lasciandogli in dono i sigilli della sua passione. Francesco divenne così anche esteriormente immagine di Cristo al quale già con il cuore e la vita tanto assomigliava. L'evento delle stimmate e l'esempio di vita sono il bene più prezioso che Francesco consegna ai frati della Verna. L'impegnativa eredità di San Francesco oltre che coinvolgere personalmente ogni frate diventa anche il principale messaggio che la comunità desidera trasmettere a tutti coloro che visitano La Verna.

- Pranzo: al sacco
- Cena: al B&B/hotel (*inclusa nella quota*)



### **6° giorno: Pieve di Romena e castello (passeggiata di circa 1 ora)**

Dopo colazione fine dei servizi al B&B/hotel.

Ci porteremo in auto a Pieve di Romena, visiteremo la chiesa e i dintorni facendo una piacevole passeggiata fino al sovrastante castello (3,5 km andata e ritorno).

Procederemo verso la località Scarpaccia, dove ci fermeremo per pranzo a degustare le specialità locali. Proseguiremo poi il rientro verso casa.



**Il prezzo del tour dipenderà dal numero di partecipanti e dalla durata del tour.**

#### **Comprende:**

- 4 o 5 pernottamenti con colazione e cena (bevande incluse, vino e acqua) in un B&B/ hotel
- 3 o 4 giornate di noleggio e-mtb consegnate in hotel
- Accompagnatore turistico per tutta la durata del tour

#### **NON comprende:**

- Viaggio per raggiungere il B&B o hotel
- Tutti i pranzi
- Bevande extra oltre a quelle incluse
- Visite/ingressi a monumenti
- Assicurazione medico/bagaglio

**Per chi porterà la propria bicicletta è prevista la riduzione della quota di noleggio**

<p><b>Pacchetto 4 notti minimo 8 partecipanti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 4 notti in B&amp;B/Hotel in mezza pensione</li><li>• 3 giornate di noleggio e-mtb</li><li>• Accompagnatore turistico in bici</li></ul>	<p><b>Soci Eni Polo Sociale € 513</b></p> <p><i>In camera doppia</i></p> <p><b>(invece di € 540)</b></p>
<p><b>Pacchetto 5 notti minimo 8 partecipanti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 5 notti in B&amp;B/Hotel in mezza pensione</li><li>• 4 giornate di noleggio e-mtb</li><li>• Accompagnatore turistico in bici</li></ul>	<p><b>Euro 627</b></p> <p><i>In camera doppia</i></p> <p><b>(invece di € 665)</b></p>

***Date in programma: 31 luglio - 5 agosto 2021***

Programma ripetibile in qualunque periodo, su richiesta:

dal giovedì al lunedì per il programma da 4 notti

dal mercoledì al lunedì per il programma da 5 notti

Possibili personalizzazioni per gruppi precostituiti