



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ABBIATEGRASSO

Via Legnano, 9 – 20081 Abbiategrasso (MI)

Apertura sede: Martedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30

www.caiabbiategrasso.it – email: escursionismocaiabbiategrasso@gmail.com



Escursione Intersezionale

MAREMMA

"La via degli Etruschi"

dal 30 ottobre al 02 novembre 2022

È UNO dei trekking più belli che si possano EFFETTUARE in Toscana, toccheremo infatti i posti più SUGGESTIVI di QUESTO angolo di Maremma.

Cammineremo alla scoperta di antichi insediamenti etruschi e di altrettanti affascinanti borghi medievali,

L'area di Pitigliano, Sovana e Sorano, compresa nella provincia di Grosseto, riveste un interesse ambientale, architettonico, storico e urbanistico che la rendono una visita altamente raccomandabile. Caratteristica che accomuna città e paesi è il tufo, che se da una parte si è prestato, nel corso della Storia, ad essere modellato dall'uomo in complessi urbani che sorprendono per la continuità tra essi e la roccia di basamento, dall'altra è estremamente friabile. Ma anche la precarietà di questo equilibrio contribuisce ad accrescere il fascino struggente di questa regione.



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ABBIATEGRASSO

Via Legnano, 9 – 20081 Abbiategrasso (MI)

Apertura sede: Martedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30

www.caiabbiategrasso.it – email: escursionismocaiabbiategrasso@gmail.com



PROGRAMMA

DOMENICA 30 – Partenza da ABBIATEGRASSO

Partenza da Abbiategrasso in mattinata, con pullman privato G.T. destinazione **Pitigliano - Sorano (GR)**, grazioso borgo che si erge su un grande masso tufaceo.

Tutto il territorio circostante è caratterizzato dai monumenti e dai resti delle più antiche civiltà: etrusca, romana, medievale e rinascimentale, inseriti in un paesaggio irripetibile. Pitigliano ne è la sintesi, all'occhio di chi scopre questa zona la prima volta. Presenta belle realtà come: le misteriose Vie Cave (etrusche), il palazzo Orsini, dimora dei medesimi fino al dominio dei Medici, nella vicinanza la necropoli etrusca di Poggio Buco (Statonia).

*Alloggeremo all'interno di un meraviglioso **Parco Termale con centro benessere e diverse piscine nel cuore delle città del tufo di Pitigliano e Sorano immerso nel verde della Maremma.***

Nel pomeriggio visiteremo lo splendido Borgo Medioevale di Sorano.

Durata del viaggio, escluse le soste, circa 6 ore. Pranziamo al sacco durante il viaggio.

LUNEDÌ 31 – LE VIE DEL TUFO: San Martino – Sovana - Pitigliano

Questo percorso si svolge nella cosiddetta “Zona dei Tufo” ed ha come intento principale quello di ripercorrere le antiche strade di comunicazione che un tempo collegavano i suggestivi paesi di San Martino sul Fiora, Sovana e Pitigliano. Questi antichi tracciati viari denominati “Vie Cave”, sono stati totalmente scavati dall'uomo nella roccia e si sviluppano tra due vertiginose pareti tufacee che, attraverso un tortuoso procedere, si inerpicano fino alla sommità dei declivi dove sorgono i centri abitati.

Il tragitto che andremo a percorrere è in questo senso uno tra i più affascinanti del territorio perché ci guiderà alla scoperta degli aspetti geologici, naturalistici, storici ed antropologici che caratterizzano la zona dei tufo e si sviluppa in un ambiente ancora pressoché incontaminato dove l'uomo ancora si considera un suddito della natura.....

Al termine del Trekking, ci trasferiremo a SATURNIA per fare un rilassante bagno caldo presso la zona termale “libera” e suggestiva in località Cascate del Molino.

Lunghezza: Km 15;

Durata: 7 ore (compresa sosta per il pranzo e visite varie).

L'itinerario:

Incontro con guida locale a **Pitigliano** e proseguimento in pullman per San Martino sul Fiora dove inizia il percorso. La prima parte è in discesa e dalla collinetta di San Martino scenderemo fino alla vallata del fiume Fiora, attraversato il Fiora entreremo nella “Zona dei Tufo” e dopo circa 1 ora di cammino ci troveremo nel cuore della necropoli etrusca di Sovana. Durante il percorso si potranno notare alcuni pregevoli monumenti come la *Tomba Ildebranda*, la *Tomba della Sirena* e le *Tombe a Dado*. Il sentiero prosegue quindi fino al suggestivo Borgo Medioevale di Sovana e nel tragitto urbano lo sguardo sarà colpito dall'originalità di alcuni pregevoli monumenti in stile romanico come la *Cattedrale* (XI – XII sec.) e la chiesa di *Santa Maria* (XII – XIII sec.). Sosta per il PRANZO AL SACCO nella suggestiva piazza di Sovana

Nel pomeriggio proseguiremo per Pitigliano con un percorso che si snoda attraverso una serie di antiche strade quali le Vie Cave di: *San Sebastiano*, *Puzzone*, *Poggio Cani*, e *l'Annunziata*. A circa metà strada faremo una breve sosta presso uno sperone tufaceo denominato “*Pian di Conati*”, per l'osservazione naturalistica ed antropologica del territorio. Giunti a Pitigliano ci dedicheremo alla visita del paese iniziando dal quartiere medioevale di “*Capisotto*” visitando tutti i monumenti che caratterizzano questo scenografico e suggestivo borgo.



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ABBIATEGRASSO

Via Legnano, 9 – 20081 Abbiategrasso (MI)

Apertura sede: Martedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30

www.caiabbiategrasso.it – email: escursionismo@caiabbiategrasso@gmail.com



MARTEDI' 01 – LA VITA NEL MEDIOEVO:

Percorso trekking da Sorano a Vitozza con visita degli “Insediamenti Rupestri”

La vita nelle città medioevali è un argomento estremamente affascinante perché assume delle notevoli differenze in base all'ubicazione delle città. Nel caso specifico di Sorano e Vitozza, le abitazioni umane erano per la gran parte scavate all'interno della roccia tufacea in un modo singolare che potrebbe far pensare a dei cavernicoli, ma in realtà assumono una diversificazione in base al numero dei componenti il nucleo familiare nonché alle attività lavorative che venivano svolte. Pertanto avremo la possibilità di visitare ambienti del tutto particolari e magari di immedesimarci in un modo di vivere ormai lontano anni luce dai nostri moderni concetti di civiltà.....

Lunghezza: Km 8

Durata: 6 ore circa (compresa la visita ai complessi archeologici di Vitozza e San Rocco).

L'itinerario:

Incontro con guida locale a **Sorano**, in Piazza del Comune e da qui partenza per la necropoli di San Rocco, prospiciente Sorano, dove ci soffermeremo per qualche minuto ad ammirare lo spettacolare panorama di Sorano e del suo borgo medioevale. Inizieremo quindi l'itinerario trekking e ci immetteremo nella via cava di San Rocco per scendere fino alla vallata del fiume Lente. Il percorso è tortuoso e relativamente ripido, ma la sensazione che si prova è davvero unica, perché soltanto in questi luoghi, così suggestivi e misteriosi, si riesce ad assaporare al meglio la perfetta coesistenza tra la forza della natura e l'adattamento umano. Risaliremo quindi la vallata procedendo paralleli al corso del fiume e durante il percorso avremo anche modo di soffermarci sugli aspetti naturalistici e sul loro repentino mutamento; giunti nei pressi di Vitozza visiteremo l'antico mulino sul fiume dopodiché risaliremo il costone tufaceo attraverso le vie cave e raggiungeremo quello che un tempo era il centro abitato, dove ci soffermeremo per il pranzo al sacco.

Nel pomeriggio passeremo alla visita di questo grande insediamento rupestre, che conserva un patrimonio artistico di circa 200 grotte di varie forme e dimensioni che nel medioevo servirono come abitazioni umane ed animali tra le quali ricordiamo: *I Colombari* (I sec. a.C.-I sec. d.C.), *la Grotta a due piani* con scala di comunicazione interna, altre grotte ad uso abitativo, i resti murari delle tre rocche di fortificazione e infine la romanica "Chiesaccia".

MERCOLEDI' 02 – Il Mare dell'ARGENTARIO:

Oasi WWF Lago di Burano e Riserva Naturale della “Duna di Feniglia”

Al mattino incontro con guida locale e partenza per **Capalbio**, dove arriveremo dopo circa un'ora di viaggio. Dedicheremo la mattinata alla visita dell' **Oasi di Burano**, prima Oasi WWF sorta in Italia nel 1967. Il lago di Burano è uno specchio d'acqua che si allunga parallelo alla costa, ed è ciò che rimane delle grandi paludi infestate per secoli dalla malaria. Questa zona umida, con decreto Ministeriale, è stata riconosciuta nel 1977 di importanza internazionale in base alla Convenzione di Ramsar. Nella sua parte centrale, il lago ha una profondità media di 1,20 m, è alimentato da alcuni canali di bonifica ed è collegato al mare da un altro canale che passa accanto alla grande torre costiera di Buranaccio. Questa costruzione faceva parte del sistema di difesa voluto dallo Stato dei Presidi per fronteggiare le aggressioni dei pirati.

Dal 1980 l'oasi è Riserva Naturale dello Stato per una estensione di 410 ettari e comprende il litorale sabbioso, la duna di macchia mediterranea che la separa dal mare, il lago retrodunale con acque salmastre, alcune zone a palude, ed è circondata da stagni e campi spesso allagati.

Sosta per il pranzo al sacco nei locali della foresteria dell'oasi.

Nel pomeriggio ci trasferiremo nella **Laguna di Orbetello** per effettuare un' escursione nella Riserva Naturale Statale “Duna di Feniglia”. Il tombolo di Feniglia è una lingua di terra che separa e delimita a ponente la laguna di Orbetello dal mar Tirreno. La riserva si estende per 474 ettari su di una striscia di terra lunga 6 Km e larga non più di 500 metri. Durante il nostro itinerario, lungo circa 10 Km, avremo modo di inoltrarci nel regno della macchia mediterranea e di osservare la grande varietà di specie vegetali che caratterizza questo territorio. Spostandoci da un lato all'altro del tombolo, avremo inoltre la possibilità di osservare sia la Laguna di Orbetello che la bellissima costa del Mar Tirreno in un punto veramente incontaminato. Non a caso questo è il regno di numerosi uccelli migratori che approfittano di questo luogo per vivere, nidificare o più semplicemente per riposarsi durante i loro lunghi viaggi.

IL RIENTRO AD ABBIATEGRASSO AVVERA' IN TARDA SERATA.

Gli itinerari descritti potranno subire variazioni in funzione delle condizioni meteorologiche.

Le escursioni giornaliere prevedono spostamenti con il nostro pullman.

Il trekking è alla portata di chiunque

le escursioni che faremo sono classificate: T - E

*Le difficoltà delle escursioni sono minime, si cammina prevalentemente su
strade bianche,*

sterrate, carrarecce e alcuni tratti di sentiero boscato.



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI ABBIATEGRASSO

Via Legnano, 9 – 20081 Abbiategrasso (MI)

Apertura sede: Martedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30

www.caiabbiategrasso.it – email: escursionismo@caiabbiategrasso@gmail.com



Quota di partecipazione:

NON SOCI CAI: € 500.00 (€ 150 da versare all'atto dell'iscrizione)

SOCI CALABBIATEGRASSO: € 450.00 (€ 150 da versare all'atto dell'iscrizione)

(le iscrizioni si apriranno il 15 settembre 2022 con il versamento di € 150 come anticipo, e si chiuderanno inderogabilmente il 20 ottobre 2022. il saldo deve avvenire entro il 20 ottobre 2022)

IBAN Banca Sezione: **IT36D062303238000030492882** e comprende:

- Trasferimento con pullman privato G.T. da e per Abbiategrasso.
- **Sistemazione in graziosi appartamenti e ville** situate all'interno di un Parco Termale, costituite ciascuna da ingresso singolo, ampio soggiorno con angolo cottura, camere matrimoniali / doppie / triple ciascuna con bagno, occupazione minimo di due camere per ciascun appartamento loggiato esterno attrezzato e giardino se piano terra oppure balcone attrezzato primo piano. Sito Web: www.termedisorano.it
- Ingresso alla piscina Termale alimentata con acque da sorgenti naturali a 37.5°
- uso della vasca detta "il bagno dei frati" (XV secolo) situata nel bosco e direttamente alimentata da due sorgenti termali che sgorgano dalla roccia
- Trattamento in mezza pensione.
- Prima colazione a buffet dolce / salato (dolci e biscotti realizzati internamente, salumi e formaggi locali)
- Cena composta da 4 portate con menù tipici maremmani realizzata con prodotti del territorio a km 0 coltivati con metodi naturali (bevande incluse: acqua, vino)
- Tutti i trasferimenti giornalieri dall'albergo ai punti di partenza delle escursioni.
- Guida naturalistica locale esperta durante le escursioni.
- Gli ingressi a pagamento nei musei, nelle oasi naturalistiche e nei parchi archeologici.
- L'entrata alle Terme.
- Assicurazione CAI.
- Mance varie.
- Posteggi Pullman.
- Accompagnatori qualificati esperti CAI, presenti tutto il viaggio.

La quota non comprende: gli extra personali e tutto quanto non specificato nella voce "la quota di partecipazione".

N.B. La quota è stata calcolata per una partecipazione minima di 30 persone. Qualora superassimo il numero di 40 iscritti partecipanti la cifra diminuirà di Euro 20. Una settimana circa prima della partenza verrà predisposto apposito informativo dettagliata del viaggio, con orari partenza e ultimi aggiornamenti.

Attrezzatura necessaria

- Normale abbigliamento da trekking, pedule e zaino per le escursioni giornaliere. Costume, telo e cuffia per le Terme libere e private.

DISDETTA

Qualora il Partecipante dovesse recedere dalla partecipazione dopo la data del 20 ottobre 2022 sarà soggetto alla perdita della caparra versata. Se il recesso dovesse avvenire dopo la data del 28 ottobre 2022 oltre alla caparra verrà trattenuta la quota relativa al soggiorno in albergo. **Qualora per cause legate al COVID con comunicazioni ufficiali del Governo nazionale fossimo costretti ad annullare il viaggio, verrà restituita l'intera quota versata. Se il singolo partecipante non fosse in grado di partecipare perché risultato positivo al COVID, inviando certificato verrà restituita l'intero importo al netto delle spese di segreteria.**

Il trekking è alla portata di chiunque ma richiede uno spirito di adattamento a situazioni e/o imprevisti che si potrebbero verificare durante il trekking stesso.

ACCOMPAGNATORE ed ORGANIZZAZIONE: ANE Paolo Zambon

ACCOMPAGNATORE: AE Maurizio Cerri