

Amiata Gran Tour: 7 giorni a piedi tra natura, arte e sapori

Vivere 7 giorni a stretto contatto con la natura, tra arte, sapori genuini e spiritualità, in uno dei territori più suggestivi della Toscana: l'antica montagna sacra dell'Amiata.

Venerata da Etruschi e Romani, oggi l'Amiata è un piccolo paradiso di biodiversità, ideale per chi ama lasciarsi alle spalle la caotica routine della vita cittadina e immergersi in lunghe escursioni nella natura alla riscoperta di se stessi.

Seguitemi in un viaggio a piedi lungo un percorso ad anello di 130 chilometri in 7 tappe, da Abbadia San Salvatore a Piancastagnaio, Castell'Azzara, S. Fiora, Roccalbegna, Castel del Piano Seggiano fino a raggiungere la Croce sulla vetta del Monte.

Attenzione: il seguente itinerario richiede un minimo di preparazione atletica.

GIORNO 1 - Da Abbadia S. Salvatore, a Piancastagnaio fino a Castell'Azzara - 25 km



Il nostro viaggio a piedi alla scoperta dell'Amiata parte dal borgo di Abbadia San Salvatore e in particolare dalla visita alla splendida Abbazia di epoca medievale, meta ogni anno di pellegrini che salgono dalla Via Francigena. Adagiata sul fianco della montagna, in epoca carolingia lo stesso Carlo Magno vi sostò nell'800, quando il suo esercito, colpito dalla peste, fu curato dai monaci con un'erba medicinale.

Attraversando il centro storico, usciremo dal borgo per imboccare la strada vecchia, tra castagni secolari, che ci porterà fino al vicino borgo di Piancastagnaio. Un veloce pranzo per dedicarsi poi ad una passeggiata tra le 4 contrade storiche del borgo e la Rocca Aldobrandesca che sorge nel punto più alto del borgo ed osserva la valle sottostante. Le sale spoglie lasciano immaginare lo splendore nobiliare in cui erano avvolte, mentre la salita sulla torre regala un eccezionale panorama sulla valle, insieme alla sensazione di essere sentinelle, in lotta contro il vento e l'attesa del nemico.

Da Piancastagnaio ci incamminiamo attraverso la Riserva naturale del Pigelleto e di Monte Penna. Tra avvistamenti di animali selvatici come volpi, cinghiali, daini e scoiattoli, i boschi della **Riserva**, dove la natura regna incontaminata, la flora comprende molte specie vegetali di particolare valore naturalistico che scendono quasi ai paesi di Castell'Azzara e Selvena per oltre mille ettari ed invitano escursionisti e amanti della natura ad entrarvi per raggiungere finalmente Castell'Azzara, ultima tappa della giornata. Il suo centro storico è il libro di racconti del monte Amiata, con alcune delle leggende più interessanti della zona, un preludio al meritato riposo e cena a base di tre portate in uno dei tanti agriturismi che contornano il borgo.

Giorno 2 - Castell'Azzara-Selva-S.Fiora - 22 km



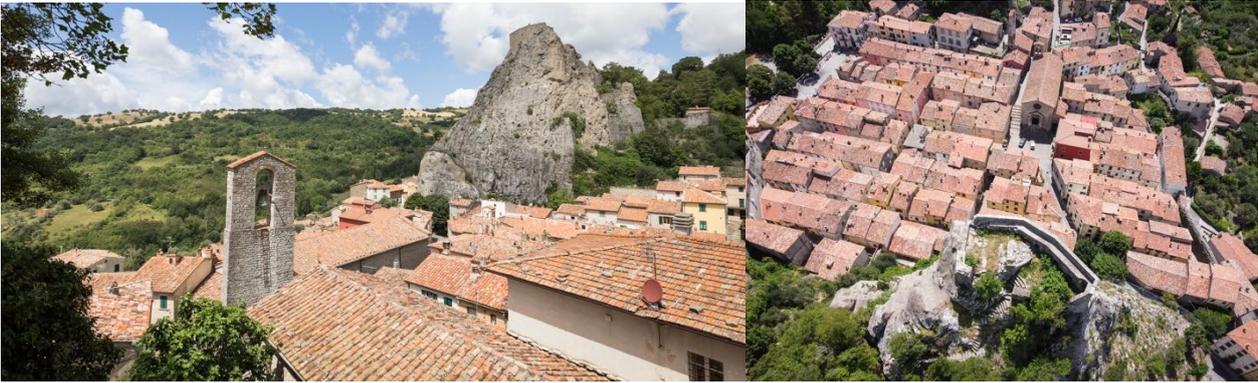
Colazione e trasporto bagagli dal nostro driver.

La seconda tappa del viaggio inizia con l'esplorazione guidata alla Grotta del Sassocolato, appena fuori Castell'Azzara: questa suggestiva cavità naturale è un tesoro nazionale che prende il nome dalle incredibili stalattiti e stalagmiti vecchie di mille anni che si trovano al suo interno ospita una nutrita colonia di Chiroterteri, pipistrelli di ben 12 specie diverse.

Risaliti in superficie, ci incamminiamo verso il convento della Selva una primitiva ma suggestiva chiesetta in mezzo ad un bosco di abeti dove sono conservate opere d'arte di pregio tra le quali una terracotta robbiana e nella sala vicina alla sacrestia, dentro una teca, è conservato un teschio probabilmente di un serpente, protagonista di una leggenda.

A pochi distanza si raggiunge Santa Fiora dichiarato uno dei borghi piu' belli d'Italia, il suo fascino medievale desta stupore ad ogni angolo, con le sue piccole piazze, le strade acciottolate e la vista sul fiume Fiora. Qui l'acqua è protagonista assoluta, con le sorgenti del Fiora che si riversano nella splendida Peschiera, parco-giardino di idilliaca bellezza. Dopo un pranzo libero, non può mancare la visita nel centro storico per ammirare le Robbiane conservate nella Pieve delle sante Flora e Lucilla, e il cinquecentesco Palazzo Sforza Cesarini affacciato su piazza Garibaldi.

Giorno 3 - S.Fiora-Roccalbegna -14 km



Colazione e trasporto bagagli dal nostro driver.

La terza tappa del nostro viaggio è dedicata alla scoperta della natura. Partiamo da Santa Fiora per attraversare pascoli di alpaca, fino a raggiungere la centrale geotermica di Bagnore 4 per una visita guidata dell'impianto. Dopo aver attraversato la splendida Riserva naturale del Pescinello, alberi monumentali, giganteschi aceri e tigli centenari, oltre a cornioli e agrifogli, nati come per magia tra le pietraie di rocce calcaree o solitari in mezzo ai pascoli ne compongono il paesaggio da fiaba.

Raggiungeremo infine il borgo di Roccalbegna incastonato fra queste due aree il borgo di Roccalbegna, insolita, pittoresca Maremma, di rocce e di acque, da sempre confine e passaggio tra la montagna e la pianura. Le origini sono medievali, da visitare la chiesa di San Pietro e Paolo per ammirare il trittico di Ambrogio Lorenzetti. Godersi l'ombra nei giardini del Cassero Senese, la rocca raggiungibile dalla piazza del paese. Pranzo slow food, a base di prodotti locali, come i formaggi di pecora e la birra artigianale, per poi salire sulla vetta del Sasso dove per ammirare i resti della Fortezza Aldobrandesca e godere della vista sulla valle. La visita al Cassero Senese, antica fortificazione duecentesca, chiude la nostra giornata. . Per cena pizza con bevande in una trattoria tipica.

Giorno 4 - Roccalbegna-Arcidosso/Castel del Piano 20 km



Colazione e trasporto bagagli dal nostro driver.

La quarta giornata è una vera e propria tappa mistica che ci porterà in uno dei punti più panoramici dell'intero tour, la cima del Monte Labbro, dall'alto dei 1193 m. della vetta omonima dal brullo paesaggio lunare, unisce la suggestione dell'occhio a quella più intima che lo elegge a luogo di culto dall'età del bronzo, a principale teatro delle vicende della comunità Giurisdavidica fondata da Davide Lazzaretti, il "profeta dell'Amiata", un secolo e mezzo fa, fino alla odierna comunità Zdog Chen di fede buddista, che ne occupa le pendici settentrionali. Dalla sommità delle rovine della torre giurisdavidica, mentre lo sguardo si perde tra i rilievi dell'Appennino alla costa, fino alle isole del Parco dell'Arcipelago Toscano, si possono compiere interessanti osservazioni sulla flora e la fauna..

Infine l'arrivo ad Arcidosso, uno dei borghi più suggestivi del Monte Amiata, imponente e caratteristico, la parte più antica del paese è caratterizzata dalla presenza della Rocca Aldobrandesca che svetta in cima al borgo, è uno dei castelli medievali più antichi e meglio conservati della [zona dell'Amiata](#). Da non perdere la visita di questo importante edificio storico che offre al suo interno un percorso archeologico-artistico attraverso la storia del castello e del territorio. Dopo il pranzo libero proseguiremo verso Castel del Piano, città ricca di storia con i suoi palazzi e le sue chiese, nota anche per l'ambitissimo Palio conteso dalle contrade cittadine, ogni 8 settembre, in piazza Tonda. Per raggiungerla seguiremo la settecentesca strada Leopoldina che passa per la Pieve di Lamula, il principale centro religioso dell'Amiata occidentale tra il IX e l'XI secolo. Cena e soggiorno in albergo a Castel del Piano.

Giorno 5 - Castel del Piano-Montegiovi-Seggiano - 15 km



Colazione

Trasporto bagagli dal nostro driver.

Partiamo al mattino presto verso le rovine del Monastero di San Bernardino, successore di Francesco d'Assisi, attraversando un paesaggio collinare con viste uniche della valle, circondati da vigneti e da alcuni ulivi più antichi della regione.

Da qui raggiungeremo il borgo collinare di Seggiano, famoso per l'olio extravergine ricavato dall'olivastra seggianese. Imperdibile la visita al Museo diffuso dell'olio, con l'esemplare più grande di olivo al mondo coltivato con tecnologia aeroponica.

Per pranzo arriverete in un Castello privato dove i proprietari vi daranno il benvenuto. Qui assaggerete diversi tipi di pietanze abbinati ai vini del castello per poi proseguire alla scoperta dell'arte contemporanea con una rilassante passeggiata nel Giardino di Daniel Spoerri. Check-in presso BB paese. Alla sera cena libera al borgo, con varie possibilità come un'Apricena con dei cocktail ottimi e una degustazione del olio d'oliva.

Giorno 6 - Seggiano-Vetta - 18 km



La sesta tappa del viaggio ci porta finalmente sulla vetta dell'Amiata.

Un tratto di 18 chilometri di pura bellezza tra castagni e faggi, seguendo sentieri segnati, dove rigenerare corpo e mente. Pranzo libero in uno dei rifugi, prima di raggiungere la Croce Monumentale, eretta in occasione dell'Anno Santo del 1900. Sedetevi ai piedi della croce e lasciatevi cullare dalla vista dell'infinito orizzonte che spazia fino a raggiungere il mare. Il soggiorno e la cena è in alta quota.

Giorno 7 - Vetta-Abbadia - 10 km

La sveglia dell'ultimo giorno suona presto nei rifugi di montagna. Una colazione a base di prodotti amiatini e ripartiamo per l'ultima discesa che ci riporterà ad Abbadia San Salvatore.

Lungo il cammino ci fermiamo ad ammirare il Sasso di Dante, ispirato al profilo del celebre poeta fiorentino e la Grotta dell'Arciere, poco distante, e visitabile solo su richiesta. Poco prima di raggiungere il borgo ci fermiamo all'orto Botanico del Amiata per una visita alle tante specie autoctone di piante conservate. Pranzo al ristorante e ripartiamo per raggiungere il Museo Minerario di Abbadia, appena fuori Abbadia San Salvatore.

La visita a questo importante sito, che tra ottocento e novecento contribuì allo sviluppo sociale dell'Amiata, la miniera di cinabro continua ancora oggi, seppur chiusa, a tramandare la sua storia ed il suo sapere, conclude il nostro grand tour a piedi alla scoperta dell'Amiata.

DETTAGLI DELLA OFFERTA:

PREZZI

Prezzo a persona “a partire da” solo con rientro al punto di partenza:

6 p.	1320 €
------	--------

Sotto e sopra 6 persone prezzo a richiesta.

PERIODO

Tour a raggiungimento numero min di 6 pax (maggio - giugno - luglio - settembre)

IL PREZZO INCLUDE

Soggiorno con colazione tutti i giorni.

I pasti con bevande ove indicato.

Trasporto bagagli dal driver tutti i giorni.

Guida ambientale tutti i giorni.

Visite e degustazione ove indicato.

Entrate ai musei ove indicato.

IL PREZZO NON INCLUDE

La Tassa di Turismo e le attività non indicate.