

Green Tuscany



# Atlas der Wanderwege in der Toskana

In der Toskana befindet man sich immer  
im Mittelpunkt eines großen Streckennetzes.



[visittuscany.com](http://visittuscany.com)



## Atlas der Wanderwege in der Toskana Schritt für Schritt durch die Kunststädte und Naturlandschaften der Toskana.

Der **Atlas der Wanderwege** zeigt das Netz der langsamen Mobilität in der **Region Toskana**. Es handelt sich um ein kreuz und quer durch das Territorium verlaufendes System kultureller Routen, die einen echten **Zugang** zum historisch-künstlerischen und natürlichen Erbe der Toskana darstellen. Die langen Wanderwege des Atlas mit ihrer jahrhundertealten Geschichte lassen sich nur Schritt für Schritt entdecken. Sie dienen als Wegweiser und Knotenpunkte auf dem Weg zu den großen Kunststädten und Hunderten kleinen Dörfern. Der allgemeine Überblick, den der Atlas der Wege bietet, stellt ein Tor zum regionalen System des langsamen Tourismus dar, da er eine Alternative zu den traditionellen Reisezielen und eine andere Art vorschlägt, diese Ziele zu erreichen und kennen zu lernen.

*Bildnachweis: Enrico Caracciolo, Gianluca Bambi, Federico Bogazzi, Ciclica Srl, Fondazione Arezzo Intour, Visitpistoia.eu, Toscana Promozione Turistica.*

Teile deine Abenteuer

**#camminiditoscana #mytuscanycammini.visittuscany.com**



Regione Toscana



**TOSCANA**  
PROMOZIONE TURISTICA



# TOSKANA

EINE RENAISSANCE, DIE NIEMALS ENDET

“Schritt für Schritt,  
Treffen am Kreuzpunkt  
von Geschichte und  
Landschaften.”

Entdecken Sie den Atlas der Wanderwege in der Toskana  
[cammini.visittuscany.com](http://cammini.visittuscany.com)

## Wandern in der Toskana



**10**  
ROUTEN

**1.786**  
ZURÜCKGELEGTE KM

**44.300**  
GESAMTHÖHENMETER

**89**  
ÉTAPPEN

**90**  
DURCHQUERTE  
GROSSE GEMEINDEN

**50**  
DURCHQUERTE  
KLEINE GEMEINDEN

**9**  
DURCHQUERTE  
PROVINZEN

**22**  
DURCHQUERTE  
TOURISMUSGEBIETE

**4**  
NATURPARKS

**8**  
STÄTTEN DES  
UNESCO-ERBES

**10**  
KNOTENPUNKTE

**D**ie Toskana ist nicht nur das Herz Italiens, sondern seit jeher der Mittelpunkt der Geschichte und eines außergewöhnlichen Natur- und Landschaftssystems. Schritt für Schritt kann man in ein Erbe von kleinen Dörfern und großen Kunststädten eintauchen, die über die **historischen Wanderwege** auf natürliche Weise verbunden sind. Es ist eine alte und doch neue Art, mit den Ressourcen und Schätzen des Territoriums in Kontakt zu kommen. Die **Pässe im Apennin** namens Radici, Cisa, Alpe Serra und Croce Arcana sind ein suggestives Tor zu dieser Welt im Rhythmus der Wanderlust. Die **Parks** der Apuanischen Alpen und des toskanisch-emilianischen Apennins, der Casentino-Wälder, von Migliarino, San Rossore und Massaciuccoli sind die wichtigsten Naturgebiete, die von den Routen berührt werden. Die Routen führen zu acht Stätten des **Weltkulturerbes** in der Toskana. Siena, Florenz, Arezzo und Lucca sind **Kunststädte** werden zum Knotenpunkten zwischen den einzelnen Wanderwegen. Und dann ist da noch die kleine, alte Welt der **Dörfer**, die von Epochen und Traditionen erzählen und die Geheimnisse offenbaren, die in Kirchen eingeschlossen, in Museen ausgestellt und über die Landschaft verstreut sind.

Teile deine Abenteuer  
[#camminiditoscana](https://twitter.com/camminiditoscana)  
[#mytuscany](https://www.instagram.com/mytuscany)



16 ETAPPEN • 394 KM

## Via Francigena in der Toskana

Die Hauptstraße der Toskana



Im Laufe der Jahrhunderte haben Pilger, Kaufleute, Heilige und Reisende über die alte europäische Route namens Via Francigena von Canterbury nach Rom 394 km des Toskanischen Territoriums durchwandert. Die aus 16 Etappen bestehende Route auf den im Reisetagebuch des Erzbischofs Sigeric beschriebenen Spuren verblüfft, verzaubert und zieht auch heute all diejenigen in seinen Bann, die diese Wanderung unternehmen. Die **Via Francigena in der Toskana** beginnt zwischen dem toskanisch-emilianischen Apennin und den Apuanischen Alpen, wo die Wälder der **Lunigiana** üppig wachsen. Sie führt durch die **Versilia** mit ihrer salzigen Luft und führt in die **Ebene von Lucca** hinunter bis ins **Val d'Elsa** und die **Territorien von Siena**. Dann überblickt man die Crete Senesi und fährt auf den weißen Straßen des Val d'Arbia bis in das **Val d'Orcia** mit seinen Festungen, wo sich immer neue Panoramen auftun.

5 ETAPPEN • 114 KM

## Via Lauretana in der Toskana

Künstler-, Händler- und Pilgerstraßen



Die **Via Lauretana in der Toskana** schlängelt sich über 114 km lang durch die Mondlandschaften der **Crete Senesi** und das fruchtbare **Val di Chiana**. Sie verbindet die zum UNESCO-Weltkulturerbe gehörende mittelalterliche Stadt **Siena** mit den etruskischen Schätzen von **Cortona** an der Grenzen der Toskana. Dieser antike etruskisch-römische Strecke wurde im **Mittelalter** wegen dem Kult der Madonna von Loreto als Pilgerroute genutzt. Die von der Route durchquerten Hügel und Ebenen waren als „**Kornkammer Etruriens**“ bekannt; im 18. Jahrhundert erlebte das Straßennetz dank der Bauwerke des Großherzogtums Toskana einen weiteren Aufschwung. Heute verläuft sie auf weißen Straßen durch die **Calanche** und dem Gebiet der **Biancane** des Val d'Arbia und der Crete Senesi. Durch Eichenwälder und Trüffelgebiete erreicht man Sinalunga und Turrice di Siena im Val di Chiana.

5 ETAPPEN • 105 KM

## Via Matildica del Volto Santo

Von der grünen Seele der Garfagnana nach Lucca



Die **Via Matildica** und die **Via del Volto Santo** verbindet **Mantua** und **Lucca** auf einem Weg, der durch die Ländereien von **Matilde di Canossa** führt und in der **Kathedrale von San Martino** endet, wo das **Volto Santo** (Heilige Antlitz), eines der ältesten und am meisten verehrten Holzkreuze des Westens, aufbewahrt wird. Der 102 km lange toskanische Abschnitt beginnt im **Nationalpark des toskanisch-emilianischen Apennins** und führt über Straßen und Wege, über die Armeen, Händlern und Pilgern zogen. Die Pässe bieten einen Ausblick auf die **Apuanischen Alpen**, die als Kulissee für den Eingang zur **Garfagnana** und zur **Wallfahrtskirche San Pellegrino** bilden. Über den 100 km langen Wanderweg des **Val del Serchio** findet man Pfarreien, Hospize, Schlösser und mittelalterliche Dörfer, sowie **Castiglione**, **Pieve Fosciana**, **Castelnuovo**, **Barga**, **Borgo a Mozzano** und endlich **Lucca**.

7 ETAPPEN • 141 KM

## Via Romea Germanica in der Toskana

Der Weg der Kunststädte und der reinen Natur



Im Mittelalter war die **Via Romea Germanica** die bevorzugte Route, um die Verbindungen zwischen Rom und den kaiserlichen Interessenspunkten von Karl dem Großen und später der schwäbischen und sächsischen Könige zu sichern. Sie ist auch ein eindrucksvoller Pilgerweg auf den Spuren des Reiseführers von Abt Albert von Stade: Der Bericht aus 1236 ist ein amüsanter Dialog zwischen zwei deutschen Pilgern über die besten Wege zum Heiligen Stuhl. In der Toskana verläuft die **Via Romea Germanica** in 7 **Etappen**. Sie beginnt am **Alpe-Serra-Pass**, über den die Pilger die spektakulärsten Abschnitte des **Apennins** in Richtung **Val d'Arno** überqueren. Vom Apennin durchquert die Route die Natur und die Dörfer des Casentino-Gebiets und endet in **Arezzo**, **Castiglione Fiorentino** und **Cortona**, wo man von mittelalterlicher Architektur und etruskischen Schätzen begrüßt wird.

6 ETAPPEN • 109 KM

## Via Romea Strata in der Toskana

Der Wanderweg von den Pässen im Apennin zu den Landschaften Leonardos



Die **Romea Strata** war ein Wegenetz, über das die europäischen Pilgern die **Francigena** und somit die Orte der drei *peregrinationes maiores* erreichten: **Rom**, **Jerusalem** und **Santiago de Compostela**. In der Toskana entsprach die Route der **Via Nonantolana**, die an den von der gleichnamigen Benediktinerabtei kontrollierten Gebieten begann, über den **Pass Croce Arcana** in der Nähe von **Lucca** oder **Fucecchio** führte und auf die **Via Francigena** traf. Heute beginnt die toskanische Route auf den **Kämmen des Apennins** und führt über die Wege und Saumpfade, welche die Ortschaften der **Pistoieser Berge** miteinander verbinden, bis nach **Pistoia**, die **Santiago Minor** und Stadt des **Heiligen Jakobus**. Von dort aus führt der Wanderweg über die Hügel und Olivenhaine von **Montalbano**, durchquert den Geburtsort von **Leonardo da Vinci** und gelangt nach **Fucecchio** und **San Miniato**.

4 ETAPPEN • 83,5 KM

## Via Romea Sanese

Zwischen Florenz und Siena, wandern zwischen den Reihenkulturen des Chianti



Die **Via Sanese** ist eine der zehn Hauptstraßen des florentinischen Territoriums. Während des gesamten Mittelalter bildete sie die schnellste Verbindung zwischen **Florenz** und **Siena** und war ein wesentlicher Bestandteil der Pilgerrouen, da sie den Anschluss an die **Via Francigena** und damit die Weiterreise nach **Rom** ermöglichte. In ihrem ersten Abschnitt verlief sie auf der Straße **Regia Romana** und teilte sich in der Talsohle der **Pesa**, wo sie nach der Brücke **Ponte della Sambuca** die Hügel hinauf und schließlich hinunter nach **Siena** führte. Heute verbindet die **Via Romea Sanese** über eine aus Straßen und Saumpfaden bestehende 80 km lange Strecke, die langsam in die **Weinberge** und **Olivenhaine des Chianti Classico** führen, die Altstädte der beiden Städte. Die vier Etappen durch die **florentinische** und **sienesische Landschaft** sind für alle geeignet.

7 STRECKEN • 428 KM

## Franziskusweg in der Toskana

Die natürlich spirituellen Wanderwege



Der **Franziskus- oder Sonnengesangsweg** ist ein sich über 400 km durch die östliche Toskana schlängelndes **Wegenetz**, das die wichtigsten Orte berührt, die mit dem Franziskanerorden und dem Leben des Heiligen verbunden sind. Er beginnt in der Wiege der Renaissance, führt durch Städte, Dörfer, Hügel und Berge und berührt das **Val di Sieve**, das **Val d'Arno**, das **Casentino-Gebiet**, das **Val di Tiberina** und das **Val di Chiana**. Die Route beginnt an der **Basilika Santa Croce** in **Florenz**, der größten Franziskanerkirche der Welt, und folgt dem Lauf des Arno bis zur **Wallfahrtskirche La Verna**, wo Franziskus die Wundmale empfing. Weiter führt er durch blühende und wilde Naturlandschaften, wie z.B. die majestätischen **Wälder des Casentino-Gebiets**, zu Juwelen der Kunst und Geschichte wie **Arezzo** und **Cortona**, wo der Heilige Franziskus die Einsiedelei **Le Celle** gründete.

6 ETAPPEN • 170 KM

## Jakobsweg

Der Weg zum „Santiago Minor“ zwischen Natur, Geschichte und Kunststadt



Auf dem Weg von Florenz nach Livorno durch das „**Santiago Minor**“ kommt man nach **Pistoia**, eine Stadt mit einem starken Jakobskult. Diese sich durch eindrucksvolle Hügel und historische Dörfer schlängelnde Route berührt die wichtigsten **Kunststädte** der nördlichen Toskana. Sie besteht aus sechs faszinierenden natur- und kulturvollen Etappen von **leichtes und mittleres Niveau**, die entlang der **alten römischen Straßen** **Via Cassia** und **Via Aemilia Scauri** verlaufen: Man kann so auf den Spuren der Pilger wandeln, die nach Livorno gingen, um vom Hafen aus in Barcelona an Land zu gehen und dann auf dem **Französischen Weg** nach **Santiago de Compostela** zu gelangen. Als Teil des zum Jakobsweg führenden Straßennetzes findet der **Cammino di San Jacopo** seinen Höhepunkt in **Pistoia**, wo seit 1145 die berühmte **Reliquie des Apostels Jakobus** (Jacopo) aufbewahrt wird.

7 ETAPPEN • 159 KM

## Via del Volto Santo

Der grüne Weg zwischen Lunigiana, Garfagnana und Lucca



Auf dem Weg von Pontremoli nach **Lucca** geht man durch **Lunigiana** und **Garfagnana**, herrliche Gebiete unberührter Natur im Nordwesten der Toskana, die alte Burgen, tausendjährige Pfarrkirchen und Kunstschätze bewahren. Die etwa **160 Kilometer** lange und in 7 Etappen unterteilte „**Via del Volto Santo**“ ist eine mittelalterliche Route, die eine Variante der **Via Francigena** war und auch als „**Francigena di Montagna**“ bekannt ist. Sie führt durch die wunderschönen Landschaften des **toskanisch-emilianischen Apennins** und der **Apuanischen Alpen** und verbindet mittelalterlich geprägte Dörfer, deren Ursprünge weit in der Vergangenheit liegen. Pontremoli, Bagnone, Fivizzano, Monte Argegna, Castelnuovo di Garfagnana, Barga, Borgo a Mozzano und schließlich **Lucca** sind die historischen Dörfer und Naturgebiete, die den Beginn oder das Ende der Etappen glanzvoll markieren.

4 ETAPPEN • 78 KM

## Via Medicea

Zur Entdeckung von der Toskana der Medici



Eine Reise durch die faszinierende Geschichte der Renaissance, um die Villen und das immense architektonische Erbe der einflussreichsten Familie der Zeit, der **Medici**, zu entdecken, aber auch eine Reise durch die Ländereien, in denen **Leonardo da Vinci** geboren wurde. **Vier mittelschwere** und **gleich wunderschöne Etappen** schlängeln sich auf 78 Kilometern hauptsächlich durch kurvenreiche Hügel und Berge mit üppiger Vegetation: die sanften Hügel von **Carmignano**, die schrofferen Reliefs von **Montalbano** und die Ebene von **Valdarno Inferiore**. Zwischen dem Ausgangspunkt im Park **Cascine di Tavola** in Prato und der Ankunft in **Fucecchio** wandert man durch die Gebiete von **Poggio a Caiano**, **Carmignano**, **Artimino**, **Bacchereto**, **Vinci** und **Cerreto Guidi**, indem man auf Zeugnisse aus vielen Epochen (nicht nur aus denen der Medici) stößt.



### Via Francigena in der Toskana

Die große europäische Kulturroute trifft auf die Landschaften und die Geschichte der Toskana.

- Start:** Passo della Cisa
- Ziel:** Acquapendente
- Etappen:** 16 (+ 3 Varianten)
- Gesamtlänge:** 394,48 km
- Höhenmeter:** 6.500 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Pontremoli, Lucca, Fucecchio, Siena

### Via Lauretana in der Toskana

Vom Weltkulturerbe Siens zu den etruskischen Schätzen von Cortona, zur Straße der Künstler, Kaufleute und Pilger.

- Start:** Siena
- Ziel:** Cortona
- Etappen:** 5
- Gesamtlänge:** 114,3 km
- Höhenmeter:** 2.800 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Siena, Cortona

### Via Matildica del Volto Santo

Der Wanderweg mit Blick auf die Apuanischen Alpen und den Apennin, von der grünen Seele der Garfagnana nach Lucca.

- Start:** Gazzano
- Ziel:** Lucca
- Etappen:** 5 (+1 Variante)
- Gesamtlänge:** 105 km
- Höhenmeter:** 3.100 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Lucca

### Via Romea Germanica in der Toskana

Von der Natur im Apennin zu den Kunststädten, die Route der Reisenden und Kaiser.

- Start:** Bagno di Romagna
- Ziel:** Pozzuolo
- Etappen:** 7
- Gesamtlänge:** 141,8 km
- Höhenmeter:** 3.710 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Cortona, Arezzo

### Via Romea Strata in der Toskana

Wandern von den Pässen im Apennin zu den Landschaften Leonardo da Vincis.

- Start:** Capanno Tassoni
- Ziel:** San Miniato
- Etappen:** 6
- Gesamtlänge:** 109,3 km
- Höhenmeter:** 2.608 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Fucecchio

### Via Romea Sanese

Von der Renaissance in Florenz zum Mittelalter in Siena, Wandern zwischen den Reihenkulturen des Chiantis.

- Start:** Florenz
- Ziel:** Siena
- Etappen:** 4
- Gesamtlänge:** 83,5 km
- Höhenmeter:** 1.940 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Florenz, Siena

### Franziskusweg in der Toskana

Die geistigen Wanderwege zwischen Kunstwerken und den Aufenthaltsorten des Heiligen Franziskus.

- Start:** Florenz
- Ziel:** Chiusi della Verna
- Etappen:** 7 Strecken (+11 Varianten)
- Gesamtlänge:** 427,8 km
- Höhenmeter:** 13.010 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Florenz, Arezzo, Cortona

### Jakobsweg

Der Weg zum „Santiago Minor“ zwischen Natur, Geschichte und Kunststadt.

- Start:** Florenz
- Ziel:** Livorno
- Etappen:** 6
- Gesamtlänge:** 172,5 km
- Höhenmeter:** 1.460 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Florenz, Pistoia, Lucca

### Via del Volto Santo

Der grüne Weg zwischen Lunigiana, Garfagnana und Lucca.

- Start:** Pontremoli
- Ziel:** Lucca
- Etappen:** 7
- Gesamtlänge:** 159,1 km
- Höhenmeter:** 4.828 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Pontremoli, Castelnuovo Garf., Lucca

### Via Medicea

Zur Entdeckung der Toskana der Medici.

- Start:** Prato
- Ziel:** Fucecchio
- Etappen:** 4
- Gesamtlänge:** 78,3 km
- Höhenmeter:** 2.480 m
- Kreuzpunkte mit Wanderwegen:** Prato, Fucecchio

## Nützliche Infos

**Fortbewegung**  
Viele Ziele entlang der Etappen sind über das Bahnstreckennetz und das neue Portal der toskanischen Buslinien gut angebunden.

**Etappen und Strecken**  
Auf der Website können die einzelnen Etappen eingesehen und die Strecken der Routen heruntergeladen werden.  
[cammini.visittuscany.com](http://cammini.visittuscany.com)

**Öffentliche Transportmittel**  
[www.at-bus.it](http://www.at-bus.it)

**Bahnverkehr**  
[www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com)

Ein Projekt von **Toscana Promozione Turistica** unter der Koordination von **Ciclca Srl** - Die kartografischen Daten wurden von **Gianluca Bambi** nach der Quelle Geoscopio Regione Toscana erstellt - Inhalt von **Federico Bogazzi** und **Ciclca Srl** - Gestaltung von **Ciclca Srl**.