



lonely planet™

Cammini di Toscana

Sette percorsi storici
tra bellezza, borghi e sapori



© Stefano Terminini / 500px

IN COLLABORAZIONE CON



Regione Toscana





In **TOSCAN**a la natura si specchia nella bellezza delle opere d'arte che l'uomo ha saputo realizzare ispirandosi a un territorio unico e ineguagliabile. Fitti boschi e ipnotiche colline, i luminosi panorami dell'Appennino, gli eleganti borghi, le vaporose acque termali: questa regione offre un'infinita varietà di paesaggi da scoprire.



E il modo migliore per farlo è esplorarla a piedi, percorrendo uno dei tanti cammini che si immergono nella natura selvaggia dove tutto è amplificato - colori, profumi, suggestioni - per poi varcare, come antichi pellegrini, le porte di città dal fascino inarrivabile, dove riposare e concedersi il tempo di assimilare tutta la meraviglia che avete incontrato lungo il cammino.



E a ricompensare le fatiche non saranno soltanto panorami, borghi, chiese, musei e fortezze, perché la varietà di questa regione si esprime anche a tavola: dal cibo ai vini, ogni zona è ricca di prodotti e di specialità enogastronomiche che raccontano tante identità capaci di gratificare tutti i palati.

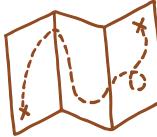


Via Francigena Toscana



16 TAPPE // 394 KM

Un itinerario vario che permette di assaporare tutta la bellezza di un territorio che sorprende dietro ogni curva: la Via Francigena Toscana attraversa borghi e città, colline e valli che lasceranno un segno indelebile in chi si incammina per scoprirlle.



Tanti sono i chilometri da percorrere quanti i panorami che cambiano lungo il sentiero: la **Via Francigena Toscana** racchiude tutta la meraviglia di una regione capace di sorprendere il viaggiatore a ogni tappa del cammino con monumenti, borghi e città immersi in un contesto naturale dal fascino magnetico.

Il tratto toscano della Francigena, percorsa nei secoli dai pellegrini per raggiungere Roma da Canterbury, inizia dall'Appennino: ai 1041 metri del **Passo della Cisa** si lascia alle spalle l'Emilia-Romagna per incrociare i primi paesi della **Lunigiana**, dove l'inconfondibile accento toscano fa da sfondo musicale a castelli, pievi e borghi in pietra che punteggiano la **Valle del Magra** fino a **Pontremoli**. Da qui l'itinerario prosegue verso **Aulla** e **Sarzana** per poi arrivare a sfiorare le acque del Tirreno, dove l'aria salmastra si sostituisce alla brezza di montagna e i marmi di **Massa** che risplendono al sole sembrano fatti di luce. Il cammino continua, diviso tra i rilassanti panorami sul mare e quelli frastagliati delle **Alpi Apuane**: attraversa **Pietrasanta**, splendido esempio di fusione tra arte antica e contemporanea, poi **Camaiore** e infine arriva a **Lucca**. Una volta entrati nelle mura della città, vi ritroverete ad ammirare la Cattedrale di San Martino, la Chiesa di San Michele in Foro e la luminosa Piazza dell'Anfiteatro, la cui forma ellittica l'ha resa una vera icona.

Preparatevi ora a un ennesimo cambio di paesaggio: continui saliscendi vi accompagneranno alla scoperta della **Garfagnana** fino ad **Altopascio**, per poi attraversare le vie scoscese di **San Miniato** che vi condurranno verso l'inconfondibile skyline di **San Gimignano**. La colata d'argento delle distese di ulivi illumina un paesaggio da sogno: le case in pietra e la piazzetta del borgo murato di **Monteriggioni** vi metteranno nello stato d'animo migliore per accogliere tutta la bellezza che vi attende a **Siena**. Piazza del Campo, con il Palazzo Pubblico e la Torre del Mangia, e la Cattedrale di Santa Maria Assunta sono di una bellezza incomparabile. E da Siena in avanti, le strade bianche, ben note agli appassionati di ciclismo, vi apriranno scenari incantevoli sulle crete senesi, un idillio di morbide colline dipinte di verde smeraldo, tra le quali spuntano antichi casali, magnifici borghi,

©Shutterstock, ermess

Il cammino nella storia

La Via Francigena è l'antico percorso di pellegrinaggio che dalla Cattedrale di Canterbury arriva a Roma. In Toscana si sviluppa su un itinerario di 15 tappe per 400 chilometri, la maggior parte dei quali si svolge su strade di campagna che si inoltrano tra boschi e campi coltivati, fino a raggiungere i centri abitati e che sono percorribili a piedi, in bicicletta o a cavallo.

©Shutterstock, Mihai-Bogdan Lazar©Shutterstock, Michele RossettiSan Gimignano©Shutterstock, Jarek Pawlik

Da non perdere



LA LUNIGIANA

Questo territorio di confine, che prende il nome dalla città romana di Luni, combina la veracità toscana, l'orgoglio ligure e la gioialità emiliana: da questo mix, scaturisce un carosello di borghi di grande fascino, circondati da morbide montagne pennellate da tutta la tavolozza di verde che l'Appennino ha da offrire.



LA VAL D'ORCIA

I sinuosi declivi punteggiati di cipressi, i campi di grano e i borghi di secolare bellezza sono ormai immagini iconiche della Toscana: un paesaggio che sembra un quadro dipinto e che, grazie anche alla tradizione enogastronomica, è diventato una delle destinazioni più gettonate della regione.



IL MONTE AMIATA

Con i suoi 1738 metri di altezza, il Monte Amiata domina le valli circostanti. Antico vulcano, ormai spento, rappresenta un punto di riferimento per i pellegrini della Francigena, ma anche per coloro che percorrono la Val d'Orcia, il Chianti, la Maremma e la vallata del Lago di Bolsena.

Via Matildica del Volto Santo



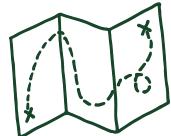
5 TAPPE // 102 KM

Dai panorami selvaggi dell'Appennino Tosco-Emiliano ai borghi medievali, questo cammino vi porterà alla scoperta della Garfagnana e dei capolavori gelosamente custoditi dalle possenti mura di Lucca, città capace di estorcere esclamazioni di meraviglia a qualsiasi visitatore.





Barga



La Via Matildica del Volto Santo si immette in Toscana dal **Passo delle Radici**, a 1527 metri di quota, nel cuore dell'**Appennino Tosco-Emiliano**, dove le montagne che dividono il Tirreno e l'Adriatico custodiscono un mondo che vive secondo i ritmi della natura e regalano scorci di commovente bellezza. Superate **San Pellegrino in Alpe**, che offre, per chi lo desidera, un momento di raccoglimento spirituale nell'antico santuario, e iniziare la lunga discesa che vi porterà nella **Garfagnana**. Racchiusa tra l'**Appennino** e le **Alpi Apuane**, questa vallata che si snoda lungo il corso del Serchio rivela il volto più selvaggio della Toscana: boschi, pianori, grotte, torrenti e forre compongono il mosaico che definisce la cifra stilistica del territorio. Raggiungete prima **Castiglione di Garfagnana**, piccolo paese difeso da una cinta muraria medievale ancora intatta, e poi **Castelnuovo di Garfagnana**, principale centro della valle dall'atmosfera rustica e genuina. Dopo una visita alla Rocca Ariostesca, all'interno della quale trova spazio un museo dedicato a Ludovico Ariosto, continuate a esplorare questo territorio dirigendovi alla volta di **Barga**, borgo medievale dalle ripidissime

Il cammino nella storia
La Via Matildica del Volto Santo congiunge Mantova a Lucca passando da Reggio Emilia e attraversando il Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano. L'intero itinerario, lungo 284 km divisi in 11 tappe, percorre i territori di Matilde di Canossa.

©Shutterstock: StevanZZ



Ponte della Maddalena

©Shutterstock: kavram

Da non perdere



ALPI APUANE

Anche se fanno parte del Subappennino toscano, queste montagne si sono guadagnate il nome di Alpi per la loro morfologia del tutto simile a quella delle vette dell'arco alpino e per il fatto che siano montagne difficili da scalare. Per chi non vuole avventurarsi in attività estreme, le Alpi Apuane offrono comunque splendide opportunità per passeggiare all'aria aperta a contatto con la natura.



GARFAGNANA

Questo territorio racchiude due volti distinti e complementari: da una parte quello naturale, composto da distese boschive, paesaggi alpestri, voragini, abissi e torrenti, dall'altra quello culturale, fatto di città d'arte e borghi di montagna, eremi e piccoli musei che, uniti ai prodotti dell'enogastronomia, avranno di che rendere felice il viandante.



LE MURA DI LUCCA

A piedi o in bicicletta (che si può affittare nei punti di noleggio vicino alle porte cittadine), sui pattini o in scarpette da jogging, facendo stretching o tai-chi, non si può dire di conoscere Lucca senza aver compiuto almeno una volta il giro completo delle sue mura.

per saperne di più

Via Romea Strata



6 TAPPE // 110 KM

Immersa nella natura selvaggia dell'Appennino pistoiese, la Via Romea Strata Toscana permette di scoprire borghi medievali e di esplorare questa parte di territorio dove Pistoia e le terre di Leonardo da Vinci sono solo alcune delle bellezze da scoprire.





©Shutterstock RiccardoBoccardi

Maioliche dell'Ospedale del Ceppo, Pistoia



Il tratto toscano della Via Romea Strata, conosciuto anche come Romea Nonantolana-Longobarda, inizia dall'**Appennino Pistoiese**, un eden fatto di antichi borghi, foreste di castagni e faggi, torrenti, laghi e splendidi balconi panoramici che regalano scorci meravigliosi sul Monte Gomito e sul Libro Aperto, le vette più alte di questo tratto di Appennino. Dai 1669 metri di quota del **Passo Croce Arcana**, spartiacque tra Emilia-Romagna e Toscana, transitate da **Cutigliano**, borgo di origini medievali posto tra le valli dei torrenti Lima e Sestaione, dove è impossibile non notare il Palazzo dei Capitani della Montagna, edificio di origini trecentesche dove venivano inviati gli ufficiali da Firenze per controllare il territorio. Immergetevi nelle foreste dell'Appennino, attraversate **San Marcello Pistoiese** per poi camminare sulla pista ciclopedinale ricavata sull'antico percorso della ferrovia che un tempo portava a **Gavinana**. Qui, oltre alla Pieve di Santa Maria Assunta, una delle chiese più ricche di opere d'arte della zona, troverete il punto informativo dell'Ecomuseo della Montagna Pistoiese, che esplora il territorio lungo sei itinerari cadenzati da muretti, poli didattici ed edifici storici che permettono di conoscere questa parte di Appennino attraverso i segni che il lavoro e l'interazione dell'uomo hanno lasciato nel corso dei secoli. Continuando a camminare lungo il corso del torrente Maresca, arriverete a **Pontepetri**, piccolo borgo che segna il confine tra la zona montuosa e la pianura, dove inizierete la lunga discesa verso **Pistoia**. Qui vi ritroverete a passeggiare tra le

Il cammino nella storia

La Via Romea Strata attraversa tutta l'Europa partendo da Tallinn e arrivando a Roma: un cammino di oltre quattromila chilometri, nato da vie commerciali poi adottate come cammini di fede, che in Italia percorre sette regioni italiane per arrivare a Fucecchio, dove si congiunge con la Via Francigena.



Disegno a carboncino, Leonardo da Vinci

vie del centro pedonale di una città dal fascino discreto che fa emergere il carattere schietto e ruvido dei suoi abitanti e che vi sorprenderà per la bellezza dei palazzi e delle chiese dalle rigorose geometrie bianche e verdi, che richiamano i colori degli Appennini che la abbracciano. Fermatevi ad ammirare Piazza del Duomo, fulcro della vita cittadina, l'animata Piazza della Sala, ravvivata dal mercato ortofrutticolo e dal rito dell'aperitivo, e poi spingetevi tra i vicoli minori come Via della Torre, appartata e silenziosa: in ogni angolo troverete testimonianze preziose di arte antica, ma vi accorgerete che Pistoia ha un amore particolare anche per l'arte contemporanea, che emerge tra le bancarelle di Piazzetta dell'Ortaggio e appena fuori città, nel meraviglioso Parco d'Arte Ambientale, che conta circa 80 opere di artisti italiani e stranieri disposte in mezzo a laghetti, voliere e scuderie. Da Pistoia, il cammino riprende a salire leggermente tra le colline punteggiate di oliveti e vigneti fino alle pendici del **Montalbano** e attraversa le terre di Leonardo per arrivare a **Vinci**, suo amato paese natale. Qui tutto ruota attorno a lui: nel Museo Leonardiano, ospitato nel Castello Guidi, troverete veicoli ad autopropulsione, un elicottero, un ponte girevole e tante altre invenzioni partorite dalla mente di Leonardo e ricostruite sulla base dei suoi disegni. Ammirati dal genio leonardesco, proseguite fino a **Cerreto Guidi**, località pittoresca dove ricade parzialmente il **Padule di Fucecchio**, la più grande palude interna d'Italia. E proprio Fucecchio è il punto di arrivo del cammino, che qui si immette nella Francigena.

Da non perdere



I FICHI DI CARMIGNANO

I fichi di varietà Dottato producono frutti dolci e pastosi, morbidi e delicati e vengono essiccati secondo un preciso metodo di lavorazione che prevede l'aggiunta di qualche seme di anice. Provateli abbinati alla mortadella di Prato o al lardo di Colonnata o come sfizioso dessert in compagnia di Vinsanto e noci.



IL MONTALBANO

Viene chiamata 'la campagna-giardino' quest'area collinare tra il fiume Ombrone e il Valdarno Inferiore, ricca di vigneti, uliveti e fattorie. Partite da Poggio a Caiano ed esplorate tutto il territorio fino ad arrivare a Pietramarina.



L'APPENNINO PISTOIESE

Questo territorio, a un'ora di distanza da Pistoia, offre una miriade di sentieri e itinerari cicloturistici che vi porteranno a conoscere angoli nascosti e sorprendenti e a vivere avventure a stretto contatto con la natura.

per saperne di più



Via di Francesco in Toscana

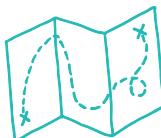


7 DIRETTRICI // 428 KM

Seguite le orme di San Francesco lungo i sentieri che collegano i luoghi legati alla sua vita: attraversando l'Appennino per un lungo tratto, incontrerete città, borghi, castelli e santuari immersi in un territorio generoso e affascinante.



Anghiari



La Via di Francesco è un itinerario che, partendo da Firenze, si snoda su tutta la fascia del territorio toscano al confine con Emilia-Romagna, Marche e Umbria, toccando la **Valdichiana**, la **Valtiberina**, il **Casentino**, la **Valdarno** e la **Valdisieve** per collegare i luoghi legati alla vita di San Francesco e il francescanesimo in Toscana. Lungo il percorso, che si inerpica verso l'Appennino e lo attraversa per un lungo tratto, si incrociano città, borghi, castelli, santuari che sono i punti di riferimento di un cammino tanto generoso in termini di paesaggi e di fascino da motivare ad affrontarlo anche i camminatori meno devoti.

Partite quindi da **Firenze**, ma prima concedetevi un po' di tempo per farvi cullare dalle sue bellezze. Ammirate la Catte-

Il cammino nella storia

Patrono d'Italia e degli animali, San Francesco, nato ad Assisi nel 1182, fondatore dell'ordine francescano e considerato fautore di un rinnovamento spirituale fondamentale nella storia della cristianità, è amato da fedeli di tutto il mondo che percorrono la Via di Francesco per vedere i luoghi legati alla sua vita.

drale di Santa Maria del Fiore, il Palazzo della Signoria, Ponte Vecchio, ma non lasciatevi distogliere dal vostro obiettivo, siete qui per iniziare il cammino. Andate alla Basilica di Santa Croce, la chiesa francescana più grande al mondo, e incamminatevi verso La Verna, seguendo il corso dell'Arno. Potete scegliere due alternative: la variante nord, che si insinua nel **Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi**, nel cuore dell'Appennino, attraversando **Stia**, il **Monastero di Camaldoli**, con la chiesa che custodisce preziose opere di Giorgio Vasari, e l'**Eremo di Camaldoli**, immerso tra faggi, abeti, querce e frassini, dove si trova la cella di San Romualdo, che lo fondò nel 1025. Proseguendo verso Corezzo arriverete a **La Verna**. La variante sud, invece, seguendo il corso del fiume Arno passa per l'imponente **Abbazia di Vallombrosa** e **Poppi**, paese sul quale troneggia il Castello Guidi; supera **Bibbiena**, il maggior centro del Casentino, e arriva al **Santuario di La Verna**, luogo dove San Francesco ricevette le stimmate nel 1294 e dove sono custodite bellissime terrecotte invetriate di Andrea della Robbia.

Anche a questo punto il cammino si divide su diverse direttive: potete decidere di restare sui sentieri più alti dell'Appennino, che aprono meravigliosi affacci sulla Valtiberina e sulla **Riserva Naturale dell'Alpe della Luna**, toccando luoghi iconici come **Pieve Santo Stefano** (dove è d'obbligo una visita al Piccolo Museo del Diario), l'**Eremo di Cerbaiolo**, **Montagna**, l'**Eremo di Montecasale** e scendendo poi fino a **Sansepolcro**, conosciuta per i capolavori di Piero della Francesca e per il Museo Aboca, che svela i segreti dell'antica arte dell'erboristeria. Questa direttrice si ricongiunge con quella che attraversa il cuore della Valtiberina, passando per l'**Eremo della Casella**, **Ponte alla Pietra** e **Montauto**, ad **Anghiari**, dove arriverete percorrendo la Ruga di San Martino, un sentiero dritto come un fuso lungo otto chilometri. Reso celebre dalla battaglia (non) dipinta da Leonardo da Vinci, Anghiari vi stupirà per i suoi vicoli, le mura possenti, la Piazza del Mercatale e le coltivazioni di tabacco Kentucky, utilizzato per produrre i sigari toscani.

Da qui la Via di Francesco si divide ancora: da una parte in direzione di **Assisi**, dall'altra verso **Arezzo**, dove ricalca il percorso della Via Romea Germanica, arrivando fino a **Cortona** passando per la Valdichiana.

Da non perdere



LA VALTIBERINA

Al confine con Romagna, Umbria e Marche, la Valtiberina, bagnata dal Tevere, è decorata da castelli, pievi, importanti musei e borghi dove le tradizioni si conservano intatte. Da sempre luogo di passaggio e di battaglie, questa terra regala tramonti commoventi e un patrimonio artistico che da solo varrebbe il viaggio.



IL MUSEO DEL DIARIO

Distrutta e ricostruita più volte, Pieve Santo Stefano custodisce la storia e la memoria con un museo singolare. Dal 1984 lettere, memorie e diari di persone comuni vengono raccolti dall'Archivio Diaristico Nazionale e parte di questi sono esposti nel Piccolo Museo del Diario.



LA RISERVA NATURALE ALPE DELLA LUNA

È la Ripa della Luna, una parete rocciosa a forma di semicerchio, a dare il nome a questa riserva che per i boschi, i torrenti, la fitta vegetazione ricorda un paesaggio fiabesco nel quale troverete mucche al pascolo, scene bucoliche e tante opportunità per camminare in mezzo alla natura.

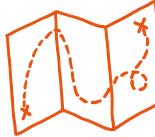
per saperne di più

Via Romea Sanese



4 TAPPE // 90 KM

Se vi domandate dove gli artisti abbiano trovato l'ispirazione per realizzare opere custodite nelle vie del centro di Firenze e di Siena, vi basterà percorrere il cammino che collega queste due città: saranno l'armonia e la bellezza di questo territorio a offrirvi la risposta.



Il cammino che unisce **Firenze** e **Siena**, e che congiunge il capoluogo toscano alla Via Francigena, è un susseguirsi di meraviglie. Sarà il punto di partenza ad abituare i vostri occhi alla bellezza

che vi attende lungo il percorso: con alcuni dei musei e delle basiliche più straordinari e importanti al mondo, un passato potente e glorioso e un presente vivace e modaiolo, Firenze è uno dei luoghi da visitare almeno una volta nella vita. Anzi, più di una volta, perché le ricchezze artistiche e culturali di questa città sembrano infinite.

E non è da meno la storica rivale, Siena, con la quale per secoli si è contesa il dominio del territorio del **Chianti** dando origine anche alla leggenda del gallo nero, simbolo di questa zona. Vi basterà percorrere gli stretti vicoli del centro per essere catapultati nel Medioevo: circondata da alte mura e popolata da cittadini orgogliosi e operosi, Siena custodisce antichi palazzi nobiliari, chiese e monumenti in un labirinto di vicoli tra i quali non è semplice orientarsi.

E tra queste due perle non poteva che esserci un territorio affascinante, ricco di storia e di panorami che si insinueranno nel vostro cuore per lasciare un'impronta indelebile. Salutate dunque Firenze da Porta Romana per mettervi in marcia e vi ritroverete subito nel Chianti, dove ogni curva vi accompagnerà verso paesaggi nuovi fatti di borghi incantati che spuntano dai boschi, ville, abbazie e castelli che sembrano sospesi nel tempo. Attraversate **San Casciano in Val di Pesa**, luogo storicamente strategico per il controllo della valle, e proseguite per **Badia a Passignano**, dove l'abbazia vallombrosiana, incoronata dai cipressi, si staglierà davanti ai vostri occhi in mezzo a un mare di colline rigate dalle vigne. Una volta superata la pianura che circonda **Sambuca**, saranno nuovamente le colline ad accompagnare i vostri passi: costeggiando vigneti e tenute agricole, arriverete nel borgo medievale di **San Donato in Poggio** e poi a **Castellina in Chianti**, con il centro storico dominato dalla Rocca trecentesca, dalla quale il colpo d'occhio sulla campagna chiantigiana è impareggiabile.

Percorrete l'ultimo tratto del cammino con tutta la lentezza che serve per assimilare gli scorci che offre il territorio, affrontate i saliscendi delle colline che salgono morbidiamente verso Siena. E a **Siena**, come in tanti altri centri della Toscana, vi



©Shutterstock Elena Odareva

Il cammino nella storia

Storicamente la Via Sanese costituiva il percorso più breve per raggiungere Siena da Firenze: la sua importanza aumenta quando, a partire dal XIII secolo, diventa sempre più rilevante per portare sulla Via Francigena i pellegrini che transitavano da Firenze.

renderete conto di come l'uomo, ispirato da tanta bellezza, sia stato capace di creare opere altrettanto stupefacenti per armonia e abilità di esecuzione. Una su tutte, la Cattedrale di Santa Maria Assunta, stupefacente edificio in marmi policromi a fasce chiare e scure che sfodera le sue linee maestose tra le vie del centro storico. Ammirate l'esterno e la facciata e obbedite al richiamo irresistibile di vedere l'interno. Qui ogni cosa sfiora la perfezione, dal pavimento in marmo intarsiato alla cupola, dal pulpito ottagonale di Nicola Pisano alla Libreria Piccolomini, affrescata dal Pinturicchio.

Da non perdere



LA NATURA NEL CHIANTI

Tra le valli ombrose coperte di boschi, vigneti e prati, si può osservare come il giardino del Chianti, in buona parte attentamente preservato, infonda ai viaggiatori una percezione di ruralità, di misura e di accoglienza. E questa fitta macchia è l'habitat ideale per una fauna per niente timida che si aggira vicino ai centri abitati: non è raro infatti incontrare cinghiali, daini e caprioli, ma anche lepri, volpi, tassi, fagiani, poiane, gufi e civette.



LA LEGGENDA DEL GALLO NERO

Il fiero gallo nero che campeggia all'imbocco di molte strade e in corrispondenza delle cantine, ha una ragione storica legata all'espediente al quale ricorsero Firenze e Siena per porre fine alla guerra territoriale. Due cavalieri sarebbero partiti dalle rispettive città al canto del gallo e il punto d'incontro avrebbe sancito il confine tra i due territori. I senesi si affidarono a un florido gallo bianco, mentre i fiorentini a un gallo nero che, tenuto a digiuno per diversi giorni, cantò ben prima dell'alba permettendo al cavaliere fiorentino di percorrere più strada.

per saperne di più

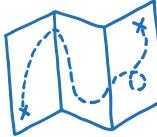


Via Romea Germanica in Toscana



7 TAPPE // 140 KM

Dalle foreste incantate del Casentino alle geometrie di Arezzo, fino ai palazzi storici e alle frizzanti vie di Cortona: la Via Romea Germanica si snoda lungo un itinerario che vi porterà alla scoperta di una parte affascinante e ricca di storia della Toscana.



Storia, cultura, natura: in Toscana, la Via Romana Germanica attraversa territori ricchi di suggestioni e di paesaggi incantevoli. Il sentiero si immerge infatti nel **Casentino**, una regione affascinante dove la natura rigogliosa e selvaggia dell'**Appennino** è capace di sorprendere con panorami luminosi circondati dal silenzio, da colori sgargianti e profumi intensi, con monasteri isolati e rocche dal fascino misterioso.

Dopo aver valicato il **Passo della Serra**, la prima tappa del cammino toscano è **Corezzo**, piccolo borgo nel cuore delle **Foreste Casentinesi** e della **Vallesanta**, chiamata così perché attraversata nel corso dei secoli dai pellegrini diretti a Roma. Da qui, la mulattiera vi condurrà fino a **Chitignano**, antico paese di montagna conosciuto per le sorgenti di acque solforico-ferruginose, grazie alle quali potrete trovare sollievo dalle fatiche del cammino. Proseguite non senza aver prima visitato il Castello degli Ubertini, nascosto tra i cipressi, raggiungete il Castello di Valenzano, risalente alla fine del IX secolo, per poi arrivare a **Subbiano**, paese che sorge sulla sponda sinistra dell'Arno, con il quale ha un legame viscerale.

L'itinerario continua attraversando la campagna aretina per condurvi fino ad **Arezzo**, dove la vostra attenzione sarà rapita dalle geometrie di Piazza Grande, dagli affreschi di Piero della Francesca custoditi nella Cappella Bacci, dalla Chiesa di Santa Maria della Pieve, dalla Cattedrale dei Santi Pietro e Donato e dalle botteghe degli antiquari, stracolme di opere di ogni genere. Una volta lasciata Arezzo, il paesaggio cambia e saranno i panorami ariosi e punteggiati di ulivi ad accompagnarvi lungo il cammino. Superate Pieve di Sassaia e dirigetevi verso **Castiglion Fiorentino**: questo borgo di origine etrusca, meno blasonato di altri, riuscirà a darvi grande soddisfazione. Vi basterà camminare lungo la via centrale per arrivare a sporgervi dal parapetto del loggiato cinquecentesco del Vasari, risalente al 1513, e godere di un panorama superbo sulla **Val di Chio**, tra la Valdichiana e la Valtiberina. Proseguite tra le case di pietra e mattoni rossi, tra le quali si insinuano stretti vicoli scoscesi, e scendete lungo il sentiero che vi porterà ad attraversare



Arezzo



Castello di Montecchio Vesponi

Il cammino nella storia

La Via Romaea Germanica è un itinerario storico che collegava il Mare del Nord a Roma: in Italia, parte dal Brennero e attraversa il Trentino-Alto Adige, il Veneto, l'Emilia-Romagna e la Toscana.

Da non perdere



LA VALDICHIANA

Tesori etruschi, acque termali, vini nobili, borghi incantevoli e paesaggi fiabeschi: la Valdichiana è una terra agricola e fertile, intrigante e ricca di sfumature affascinanti. E nel suo territorio non è raro incontrare le 'leopoldine', chiamate anche giganti bianchi, le vacche chianine, la cui carne delizia i palati nei ristoranti locali e non solo.



IL PARCO NAZIONALE DELLE FORESTE CASENTINESI

È tra le aree forestali più imponenti e antiche d'Europa e si può visitare a piedi, in bicicletta o a cavallo. Negli immensi boschi che si inerpican sui pendii dell'Appennino vivono cervi, lupi, cinghiali e caprioli, oltre a più di cento specie di uccelli che nidificano tra gli alberi secolari.



IL CASTELLO DI MONTECCHIO VESPONI

A 4 km da Castiglion Fiorentino, il castello, immortalato anche dal pittore William Turner e protagonista di assedi e aspre lotte, negli anni è stato conteso fino a giungere nelle mani del condottiero e capitano di ventura inglese John Hawkwood, conosciuto come Giovanni Acuto e molto apprezzato da Firenze, tanto da essere sepolto in Santa Maria del Fiore.

per saperne di più

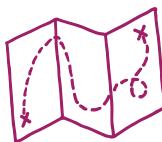
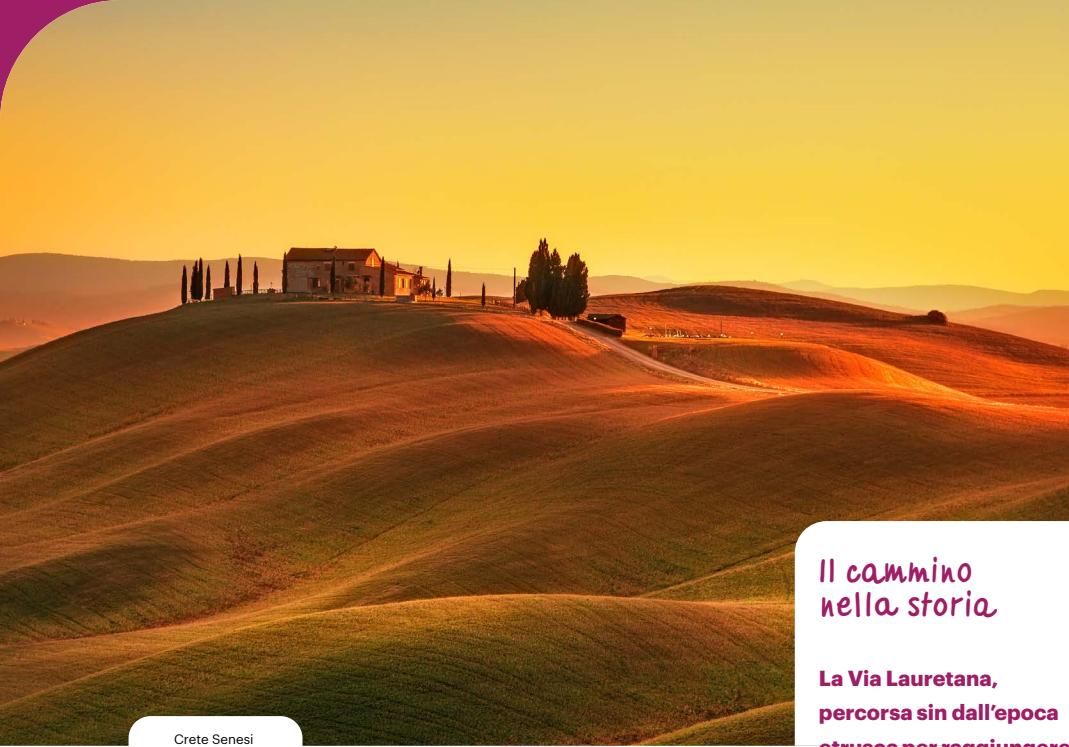
Via Lauretana

Toscana



5 TAPPE // 114 KM

Il cammino che collega Siena a Cortona è un'enciclopedia della bellezza: i sentieri argillosi delle Crete Senesi e le acque solforose delle Terme di Rapolano sono solo alcune delle meraviglie che vi accompagneranno in un territorio che sembra dipinto in un quadro.



Un tempo la Via Lauretana collegava la Toscana con i territori dell'Umbria e delle Marche: una strada che durante i secoli i pellegrini hanno solcato per raggiungere la Basilica della Santa Casa a Loreto partendo da **Siena**, città dalla quale transita anche la Via Francigena, attraverso la **Valdichiana** e **Cortona**.

Saranno dunque la bellezza di **Siena** e dei suoi monumenti, insieme a qualche pasto sostanzioso a base di ribollita, trippa e panforte, a darvi la giusta carica per mettervi in cammino. Lasciatevi alle spalle la Cattedrale di Santa Maria Assunta, Piazza del Campo e l'atmosfera magica di questa sublime cittadina e incamminatevi verso **Vescona** e, seguendo il percorso delle famosissime gare di bicicletta, la Gran Fondo Strade Bianche e l'Eroica, raggiungete **Asciano**, immerso tra le Crete Senesi. Datevi il tempo per abituare i vostri occhi alla meraviglia di queste morbide colline argillose camminando tra i calanchi, i boschi di querce e i canali. Fermatevi ad ammirare le **Biancane di Leonina**, uno spettacolare fenomeno dovuto al terreno argilloso, il **Sito Transitorio**, opera d'arte contemporanea dell'artista francese Jean-Paul Philippe, e i pochi alberi isolati che qui sfidano

Il cammino nella storia

La Via Lauretana, percorsa sin dall'epoca etrusca per raggiungere la Valdichiana e l'area umbro-marchigiana da Siena, ha acquisito nel corso dei secoli un valore religioso, diventando la via utilizzata dai pellegrini per arrivare alla Basilica della Santa Casa di Loreto, nelle Marche.



Cipressi e strade bianche

©Shutterstock, StevanZZ

le leggi della natura ergendosi su un terreno a loro ostile. Continuate fino a **Rapolano Terme**, dove il vostro fisico potrà godere dei benefici dell'acqua termale solforosa che sgorga a circa 40 gradi e che potrà ritemprare il vostro fisico dalle fatiche del cammino. Entrate quindi nel cuore della **Valdichiana senese**, un territorio ricco di tesori etruschi che vi accoglierà con borghi affascinanti, vini nobili e i cosiddetti 'giganti bianchi', le vacche chianine, la cui carne succulenta, famosa in tutto il mondo, delizierà il vostro palato a cena, dandovi il giusto apporto proteico per mettervi nuovamente in marcia. Superata **Torrita di Siena**, villaggio murato, percorrendo i sentieri argillosi, quasi sullo spartiacque tra la Valdichiana e la **Val d'Orcia**, potete decidere di concedervi una deviazione a **Montepulciano**, paese che regala splendidi panorami. Se l'impianto medievale con inserti rinascimentali vi farà respirare l'atmosfera di un'epoca di antichi fasti, saranno i vini pregiati e la frizzante vitalità a farvi innamorare di questo borgo, dove angoli intimi e immersi nel silenzio si mescolano a gettonatissimi scorci portati alla fama dal cinema, come Piazza Grande.

Ritornati sulla via maestra, procedete in direzione di **Cortona**, ultimo borgo della Via Lauretana Toscana, che sorge in posizione panoramica tra la Valdichiana e la Valle del Tevere. Una volta giunti in paese non lasciatevi sorprendere dalla folla che troverete tra le vie del centro: usate le ultime energie rimaste per incamminarvi per i vicoli che si inerpican sul pendio ed esplorate i quartieri meno frequentati per scoprire scorci di una bellezza eterna, viuzze e cortili appartati, case di pietra con tetti d'argilla rossa e panorami che si aprono sulle valli fino a sfiorare il Lago Trasimeno.



Ciclisti all'Eroica

©Shutterstock, Federico Maggio

Da non perdere



UNA PAUSA ALLE TERME

Chianciano Terme, San Casciano dei Bagni, Montepulciano, Bagni San Filippo, Rapolano Terme: nella provincia di Siena le proposte per passare attimi di relax coccolati dalle acque termali e per godere delle loro virtù depurative e rigeneranti non mancano.



LE STRADE BIANCHE E L'EROICA

Pedalare sulle strade bianche che solcano le Crete Senesi è il sogno di ogni ciclista: potete decidere di affrontarle per conto vostro, oppure potete iscrivervi alla Gran Fondo Strade Bianche o, se siete nostalgici ed equipaggiati con bici e abbigliamento d'epoca, all'Eroica. In ogni caso, vi sentirete parte della leggenda.



LA PORTA DEL CIELO

Il percorso panoramico sui tetti del Duomo di Siena è imperdibile. La visita della Porta del Cielo dà accesso ai sottotetti del Duomo, ai percorsi aerei intorno alla cupola, alle terrazze che circondano l'edificio e al loggiato della facciata. Il passaggio più strabiliante è però quello sulla balaustra della controfacciata, che regala un colpo d'occhio impressionante sugli interni della chiesa.

per saperne di più

Sapori della Toscana

CHE SI TRATTI DI UNA SUCCULENTA BISTECCA ALLA FIORENTINA, UN BICCHIERE DI VINO,
UNA ROBUSTA RIBOLLITA O UN PROFUMATO TARTUFO BIANCO,
LE SOSTE DURANTE IL VOSTRO **viaggio in Toscana** VI REGALERANNO **esperienze indimenticabili.**



Vetrina Toscana è il progetto di Regione e Unioncamere Toscana che promuove ristoranti, produttori e botteghe alimentari che utilizzano i prodotti del territorio e le attività che offrono esperienze enogastronomiche. Ad oggi, gli aderenti si dividono in oltre 1000 ristoratori, 300 botteghe alimentari e 300 produttori. Dalla carne alle zuppe, dai pesci di acqua dolce e di mare ai dolci, dall'olio ai vini, Vetrina Toscana riunisce, protegge ed esalta la ricchissima tradizione enogastronomica della regione.

Sul sito www.vetrina.toscana.it potrete approfondire i valori del progetto, scoprire tutti i ristoranti, le botteghe, i prodotti e i produttori, ma anche costruire il vostro itinerario enogastronomico, conoscere gli eventi in programma e scaricare le ricette per cimentarvi nella cucina toscana con i prodotti acquistati sul territorio.

Buona scoperta!



cammini.visittuscany.com



Realizzato da EDT srl per Toscana Promozione Turistica
su autorizzazione di Lonely Planet Global Ltd.
Maggio 2022. ISBN 978-88-5928-165-8
Tutti i contenuti editoriali sono di Lonely Planet e rispettano
la politica di indipendenza e di imparzialità della casa
editrice.

Testo © Lonely Planet Global Ltd e EDT srl
Coordinamento editoriale: Cristina Enrico
Progetto grafico: Leila Librizzi
Testi: Denis Falconieri
Editing: Silvia Amigoni

Fotografie: fotografi indicati
In copertina: ©Stefano Termanini/500px
EDT srl, via Pianezza 17, 10149 Torino
b2b@edt.it | lonelyplanetitalia.it