

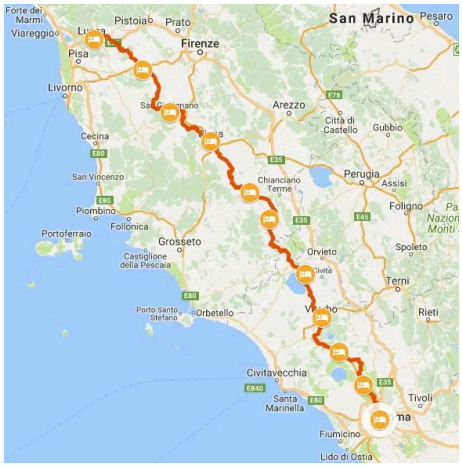
SUMMER SPRING & AUTUMN

estilo :	Autoguiado Cammini Vacaciones en Bicicleta
dificultad :	
duracíon :	12 dias
periodo:	abr may jun jul ago sep oct
código:	ITBM125

En bicicleta por la Vía Francígena, Lucca a Roma - Italia

En bicicleta por la Vía Francígena, Lucca a Roma

12 dias, PRECIO DESDE *2101 €*



Un viaje que une dos de las ciudades históricas más bellas de Italia, pedaleando por otros lugares extraordinarios: en algunos casos pueblos famosos, como **San Gimignano y Monteriggioni**, en otros casos localidades menos conocidas -pero quizás, por ello, más interesantes y sorprendentes-, como **San Miniato y Colle Val d'Elsa**. El viaje termina en la Ciudad Eterna: **Roma**.

El paisaje varía desde la llanura de **Lucca** hasta las colinas de **Val d'Elsa**, donde el caminante moderno puede sumergirse en atmósferas que evocan la peregrinación medieval, entre iglesias milenarias y antiguos caminos empedrados, continuando por las legendarias carreteras de tierra de Siena durante kilómetros y kilómetros, atravesando **Val d'Arbia y Val d'Orcia**, iconos del paisaje toscano. Visitarás pueblos maravillosos como **Bagno Vignoni**, con su enorme piscina termal en el centro de la plaza, y **Radicofani**, cuya fortaleza domina el sur de la Toscana.

Sentirá continuamente la tentación de bajar de la bicicleta y mimarse con una degustación de productos locales: atravesará los viñedos del **Brunello di Montalcino**, uno de los mejores vinos italianos, y las zonas de producción del **cacio di Pienza** (tipo de queso), antes de adentrarse en una de las zonas más importantes de producción de **aceite de oliva virgen extra**, entre **Bolsena y Montefiascone**.

Pero las sorpresas continúan, desde el encantador centro medieval de **Viterbo**, con todo un barrio dedicado al peregrino, hasta las antiguas **calzadas etrurias**, pasando por el anfiteatro romano de **Sutri**, completamente excavado en la toba, o el hermoso carril bici que le llevará al corazón de Roma, recorriendo el río Tevere hasta su destino: la **Plaza de San Pedro**.

Itinerario

Día 1 Lucca

Lucca es una ciudad con un casco antiguo encantador, rico en atractivos: le sugerimos que disfrute de un largo paseo a lo largo de sus murallas del siglo XVI, admirando las vistas de los alrededores, antes de ir a descubrir por qué crecen encinas en lo alto de la **torre Guinigi**. Naturalmente, ¡el misterio sólo puede desvelarse subiendo los numerosos escalones! Reponga fuerzas con un tentempié de **Buccellato**, antes de visitar el espléndido **Duomo**. Después de cenar, vaya a admirar la plaza elíptica construida sobre las ruinas del antiguo **anfiteatro romano**, hoy ocultas por casas multicolores que albergan pequeños restaurantes y tiendas de artesanía.

Día 2 Desde Lucca a San Miniato, 47 km

Una etapa fácil y llana te llevará desde las murallas de Lucca hasta el casco antiguo de **Altopascio**, pasando por la **Badia di Pozzeveri**, donde los antiguos peregrinos se detenían a descansar y rezar. En Altopascio no debe perderse el pan local: degústelo a los pies de la **Torre Campanaria**, cuya campana de tañido, junto con un fuego encendido en la terraza, solía guiar a los peregrinos hacia la ciudad al caer la noche.

Saliendo de Altopascio, recorrerás un maravilloso tramo de la **Vía Francígena** original, empedrado y rodeado de bosques. Déjese hechizar por la naturaleza salvaje de las **Cerbaie**, antes de cruzar el río Arno para continuar hacia **San Miniato**. El Seminario que da nombre a la plaza principal le sorprenderá con su particular fachada: disfrútelo iluminado, quizás después de comer un risotto espolvoreado con la típica trufa blanca, orgullo de la zona.

Distancia: 47 Km

Desnivel: +228/-122 m

Día 3 Desde San Miniato a San Gimignano, 41 km

Te espera una etapa exigente, pero de una belleza paisajística única. Desde San Miniato descenderá hacia el fondo de **Val d'Elsa** para después ascender de nuevo hacia **Gambassi Terme**, donde podrá cruzar el umbral de la **Pieve di Chianni** y disfrutar de un saludable baño en las aguas termales de Gambassi, rodeado de árboles centenarios.

Continuará su viaje pedaleando a través de un espléndido paisaje natural hacia **San Gimignano**, una de las ciudades más bellas de la Vía Francígena: tendrá un anticipo de su llegada cuando vea a lo lejos las famosas torres que hacen inconfundible su perfil. No se pierda la vista de la ciudad medieval y de los valles que la rodean desde lo alto de la **Torre Grossa** o, si aún no se ha quedado sin energía, aventúrese a subir las escaleras de la **Rocca di Montestaffoli**, para disfrutar de una vista aún más especial.

Distancia: 41 Km

Desnivel: +640/-476 m

Día 4 Desde San Gimignano a Siena, 50 km

Desde San Gimignano continuará, subiendo y bajando, por las colinas toscanas, hasta **Colle Val d'Elsa**, un pueblo que le hará retroceder en el tiempo, con su encantador casco antiguo y sus estrechas callejuelas que serpentean entre las murallas de piedra.

Prepárese para uno de los tramos más bellos de la **Vía Francígena**: una ruta meditativa, a lo largo de la cual podrá sumergirse en el silencio de la **Pieve di Strove**, con sus interiores románicos, o detenerse en la quietud de la espléndida Abbadia a Isola, con su imponente abadía.

Se quedará sin aliento al ver el castillo de **Monteriggioni**, con su corona de torres, construido sobre una colina en defensa de la antigua República de **Siena**. No se pierda un paseo a lo largo de sus murallas para admirar el paisaje circundante antes de continuar hacia Siena, entrando en la ciudad por la **porta Camollia**, la tradicional entrada francígena al centro histórico. ¿Una forma inolvidable de celebrarlo? Un plato de pici all'aglione en la iluminada **Piazza del Campo**. ¡Y no olvide el **Panforte**!

Distancia: 50 Km

Desnivel: +505/-470 m

Día 5 Desde Siena a San Quirico d'Orcia, 54 km

Esperemos que el sol brille durante el primer día de tu viaje, porque las **crestas de la Val d'Arbia** ofrecen unas vistas inolvidables: tras despedirte de Siena, descansando en las colinas del horizonte, recorrerás las características strade bianche (carreteras blancas de tierra) de la campiña senesa hasta el pueblo fortificado de **Lucignano**, con su bonita iglesia. A las puertas de **Monteroni d'Arbia** podrá admirar la impresionante **Grancia di Cuna**, una granja fortificada que antaño albergaba las reservas de trigo de la República de Siena.

Desde Lucignano continuará su viaje por el **Valle dell'Ombrone** hasta Buonconvento. Cruzarás la puerta de la muralla y entrarás en el bonito casco antiguo del pueblo, descubriendo por qué su nombre significa **"lugar felizmente afortunado"**, antes de saltar de nuevo a la bicicleta y continuar hacia San Quirico por caminos de tierra y algunos tramos asfaltados: éstos, sin embargo, se verán compensados por las hermosas vistas de la **Val D'Orcia**, entre colinas teñidas de encantadores tonos y salpicadas de viñedos y cipreses. En San Quirico se quedará encantado ante la puerta de la **Collegiata**, intentando reconocer los diversos estilos arquitectónicos que se funden armoniosamente en su decoración, antes de disfrutar de un descanso entre los verdes setos de los **Horti Leonini**, un jardín del siglo XV.

Distancia: 54 Km

Desnivel: +650/-455 m

Día 6 Desde San Quirico d'Orcia a Radicofani, 37 km

Continuará su viaje a través de las fabulosas vistas de la **Val D'Orcia**: justo después de **San Quirico** entrará en un mundo atemporal visitando Vignoni Alto, y podrá disfrutar de un revigorizante descanso en las aguas termales de **Bagno Vignoni**.

Hoy pondrá a prueba sus fuerzas con una etapa corta pero exigente que le llevará hasta **Radicofani**: sin duda merecerá la pena, porque admirar la vista desde la fortaleza de Radicofani, cansado pero satisfecho, compensará todos sus esfuerzos. También podrá visitar la **Pieve di San Pietro**, una pequeña joya que data del siglo XIII, y dar un paseo nocturno por el centro histórico, admirando la magia de la **Fortaleza** iluminada.

Distancia: 37 Km

Desnivel: +650/-455 m

Día 7 Desde Radicofani a Bolsena, 55 km

Desde Radicofani caminará hacia uno de los tramos más emocionantes de la Vía Francígena, dejando atrás la fortaleza y recorriendo la **antigua Vía Cassia**, rodeado de un paisaje de colinas infinitas dominadas por el **Monte Amiata**. Podrá pasear en silencio por la cripta románica bajo la **Basílica del Santo Sepolcro**, entre capiteles y arcos decorados: aquí, según la tradición, se supone que se guardaban algunas piedras bañadas en la sangre de Cristo.

Su viaje continuará suavemente hasta las primeras vistas del **lago de Bolsena**: desde aquí descenderá a un cráter volcánico y seguirá por pistas de tierra, alternando espesos bosques con prados salpicados de olivos, hasta **Bolsena**. Si siente curiosidad por ver la prueba del milagro del Corpus Domini, por el que Bolsena es famosa, en la **Cappella del Miracolo** se conservan unas losas de mármol manchadas por la sangre que manó de una Hostia en el siglo XIII. Si, en cambio, le interesa más la gastronomía local, podrá degustar los productos que ofrece el lago, como la **Sbroscia**, una sopa típica a base de pescado del lago y tomates.

Distancia: 55 Km

Desnivel: +620/-610 m

Día 8 Desde Bolsena a Viterbo, 33 km

Continuará a través de bosques y olivares, en una ruta que le ofrecerá constantes vistas del lago: atravesará una zona famosa por la producción de aceite de oliva virgen extra, que le recomendamos degustar en un fragante trozo de pan local antes de llegar a Montefiascone: no se pierda, una subida a la **Rocca**, donde quedará encantado ante una vista sin límites. Tras descender de la Rocca, podrá visitar un típico bar de vinos y degustar una copa de **¡¡¡Est!!!**, que aquí sabe aún mejor por ser de producción local.

Si quieres mimarte un poco más, podrás disfrutar de una agradable parada en el balneario de **Bagnaccio**, recargando las pilas en sus aguas termales antes de proseguir hacia **Viterbo**, final de esta etapa. En honor a su viaje, no se pierda una visita al pintoresco "barrio de los peregrinos", antes de admirar el espléndido **Palazzo dei Papi** y disfrutar del silencio de los **claustros longobardos de Santa Maria Nuova**. Y para terminar con una nota dulce, ¡celebre el final del viaje con los deliciosos frittellacce locales!

Distancia: 33 Km

Desnivel: +545/-420 m

Día 9 Desde Viterbo a Sutri, 38 km

Desde Viterbo el viaje prosigue hacia **Vetralla**, ciudad situada en el corazón del antiguo territorio etrusco, para continuar después por la verde campiña del Lacio hasta llegar a **Sutri**, pequeña ciudad rica en atractivos. El anfiteatro romano, completamente excavado en la toba, es algo que no debe perderse. Decida si quiere sentarse en las terrazas o subir al escenario, pero al salir recuerde firmar en el registro de visitantes: es muy importante para el custodio, y si está allí le invitará a hacerlo. A continuación, diríjase a la **iglesia de Santa María del Parto**, cuyos muros de toba están decorados con frescos muy bien conservados. Busque entre las imágenes al grupo de peregrinos, representados en oración con sus bastones en la mano.

Distancia: 38 Km

Desnivel: +420/-510 m

Día 10 Desde Sutri a Formello, 34 km

Desde Sutri nos dirigimos hacia **Campagnano**: durante el trayecto flanquearemos las **Cascadas del Monte Gelato**, donde podremos detenernos para un baño revigorizante. Una carretera panorámica del Parque Natural del Veio te llevará a las puertas de **Campagnano**. Aquí podrá descansar en el Parque Venturi, hogar de un tejo tricentenario bautizado por los lugareños como el **"Árbol de la Muerte"**: pero no se preocupe, ¡puede sentarse a su sombra sin ningún peligro! Suba de nuevo al sillín y afronte la última etapa de su viaje que le separa de la **Ciudad Eterna**. Continuará por el **parque natural de Veio**, con sus colinas boscosas, antes de adentrarse en el encantador **Valle del Sorbo**. Por el camino podrá admirar el santuario de la Madonna del Sorbo, pero también el casco antiguo de **Formello**, con sus bellos edificios medievales.

Distancia: 34 Km

Desnivel: +536/-590 m

Día 11 Desde Formello a Roma, 34 km

Esta etapa continúa por la campiña del Lacio, tan cerca de Roma y a la vez tan alejada de la metrópoli por su ambiente tranquilo. Tendrás que atravesar un corto trazado de carreteras transitadas para llegar al carril bici del **río Tevere**, un encantador y lento camino que te conducirá hasta las puertas de la **Ciudad del Vaticano**, donde podrás terminar tu recorrido en la Plaza de San Pedro.

No olvide hacerse una foto triunfal delante de la **Basílica**, antes de celebrar el final del viaje refrescándose con cordero de primavera, queso pecorino romano, y quizás un delicioso **maritozzo** con nata... ¡se lo ha merecido!

Distancia: 34 Km

Desnivel: +155/-280 m

Día 12 Arrivederci, Roma!

El último día está incluido. El servicio termina después del desayuno.

Información práctica

Desde el aeropuerto de Bolonia (BLQ), llega a la estación central de trenes, desde donde puedes tomar un tren a Lucca con transbordo en Florencia.

Desde el aeropuerto de Pisa (PSA), puedes llegar a Lucca en tren, con transbordo en la estación central de Pisa.

Desde el aeropuerto de Florencia (FLR), toma un autobús público hasta la estación de tren de Santa Maria Novella de Florencia y luego un tren a Lucca (directo).

A la salida, puedes llegar a Picca, Bolonia y Florencia en tren. Si vuelas desde Roma (FCO o CIA), puedes llegar al aeropuerto en autobús.

Incluido

Qué está incluido

- 11 Noches en habitación doble en **/*** hoteles , B&B y agriturismi con desayuno
- 2 cenas (Radicofani, Sutri)
- transporte de equipaje de hotel a hotel (1 pieza por persona, peso máximo 20 kilos, medidas 65x40x30 cm)
- guia oficial de la ruta (en italiano o en inglés), App
- pasaporte peregrino
- Seguro médico y de equipaje
- asistencia telefónica 24h

Qué no está incluido

- Traslados hasta el lugar de inicio y desde el lugar de llegada del percorso
- almuerzos y cenas, si no se indica lo contrario
- visitas y entradas - propinas
- gastos personales
- posibles impuestos de estancia
- todo lo que no se menciona en la sección "Qué está incluido".

Servicios opcionales
Estos servicios pueden añadirse a los incluidos en el precio base del viaje:

- Alquiler de bicicletas
- Suplemento por habitación individual
- Seguro de cancelación
- Traslados para llegar al lugar de salida o para salir del lugar de llegada del tour, que se cotizarán bajo petición.