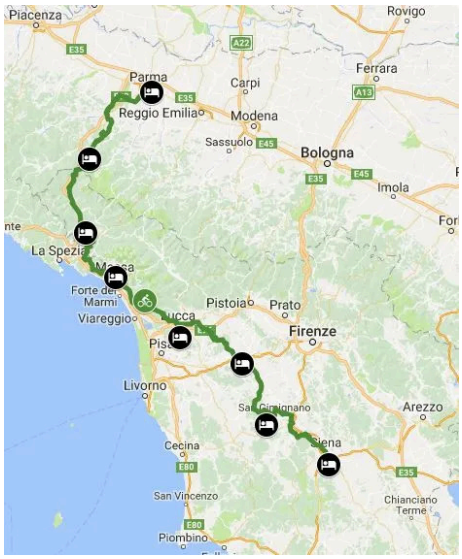
SLOWAYS SRL - CORREO ELECTRÓNICO: INFO@SLOWAYS.EU - TELÉFONO +39 055 2340736 - WWW.SLOWAYS.EU

SUMMER VIA FRANCIGENA

estilo :	Autoguiado Vacaciones en Bicicleta
dificultad :	
duracíon :	9 dias
periodo:	abr may jun jul ago sep oct
código:	ITSB170

Recorrer en bicicleta la Vía Francígena, desde Parma a Siena - Italia

9 dias, PRECIO DESDE *1462 €*



Un viaje que comienza atravesando la llanura agrícola dominada por el Po. Comenzará en **Parma**, una de las sorpresas más bellas de la Vía Francígena, y una ciudad que se encuentra en medio de una de las zonas más míticas de la gastronomía y el vino italianos. De hecho, es la cuna del Prosciutto di Parma, el culatello di Zibello y el Parmigiano Reggiano. Pero no coma demasiado, porque su paseo aún le reserva bellas sorpresas: continuará su viaje a través de los Apeninos por el paso de Cisa hasta el descenso hacia **Pontremoli** y la travesía de **Lunigiana**, territorio de castillos y pueblos medievales.

Finalmente **Marina di Massa**, donde podrás dejar la bici y disfrutar de un agradable baño, antes de terminar tu viaje en Lucca, con su encantadora plaza elíptica.

A continuación, entrarás en uno de los tramos más interesantes y pintorescos de todo el itinerario de la Vía Francígena: el valle toscano de Valdelsa, alrededor de San Gimignano, antes de llegar a Siena, una de las joyas del centro de Italia.

Itinerario

Día 1 Llegada a Parma

Su viaje comienza en **Parma**, la provincia italiana con mayor número de **productos alimentarios DOP** e **IGP**. Por esta razón, es un excelente punto de partida para su excursión en bicicleta.

No se pierda una visita al centro histórico, donde tendrá la oportunidad de visitar la **imponente Cúpula románica**, el Teatro Farnese y la **Galleria Nazionale** (con pinturas de Leonardo Da Vinci, Van Dick, Tintoretto y Beato Angelico).

Día 2 Desde Parma a Berceto - 51 km

Hoy te espera una etapa exigente, pero rica en belleza: a lo largo del camino llegarás a los pueblos de Bardone y Terenzo, donde podrás admirar antiguas iglesias y algunos bajorrelieves atesorados en sus interiores. Desde este punto afrontarás un ascenso que te conducirá hasta Cassio, donde un breve rasgo descendente te hará pensar que has llegado a tu destino. Sin embargo, esto no es cierto: tendrá que afrontar otra subida hacia Berceto, una pequeña "joya de piedra", donde podrá reponerse con setas locales y pattona, un pastel típico hecho con harina de castaña.

Distancia: 51 km

Desnivel: +1068/-332 m

Día 3 Desde Berceto a Aulla, 54 km

No habrá descanso durante el último tramo, pero esta etapa depara tantas sorpresas que hará que todos sus esfuerzos merezcan la pena. Desde el puerto de Cisa se desciende hacia Pontremoli, la ciudad de los puentes y las estelas, donde se puede disfrutar de un relajante paseo por las callejuelas del casco antiguo. Una vez en Aulla, baje de la bicicleta y visite la Abadía de San Caprasio, que contiene hallazgos arqueológicos de la época medieval. No se pierda un paseo por las antiguas murallas de la Fortezza della Brunella, simulando ser centinelas medievales, antes de dar una vuelta por el casco antiguo. Y si tiene hambre, nada mejor que las sabrosas focaccias locales, que se degustan aún calientes acompañadas de embutidos y quesos.

Distancia: 54 km

Desnivel: +370/-1115 m

Día 4 Desde Aulla a Marina di Massa, 47 km

Desde Aulla recorrerá el primer tramo del viaje por caminos exigentes pero gratificantes: desde aquí vislumbrará el mar por primera vez. A lo largo del camino atravesará paisajes muy verdes y pueblos medievales. Una vez en Sarzana, te sorprenderá el interior barroco de la Catedral de Santa Maria Assunta, y admirarás la fachada gótica de la Pieve di Sant'Andrea, el edificio más antiguo de la ciudad. Descubrirá el sabor de la "torta scema": intente que uno de los lugareños le explique el significado de su nombre. Su viaje continuará por caminos llanos, siguiendo las huellas de los antiguos peregrinos que, desde el puerto romano de Luni, se embarcaban hacia Santiago de Compostela. No se pierda la visita a la zona arqueológica, con el antiguo anfiteatro y el museo que alberga un espléndido mosaico dedicado al dios Neptuno. Finalmente llegará a Marina di Massa, donde podrá disfrutar del primer baño de su viaje.

Distancia: 47 km

Desnivel: +716/-770 m

Día 5 Desde Marina di Massa a Lucca, 52 km

Un bonito carril bici junto al mar le llevará desde Marina di Massa hasta Pietrasanta. Antes de curiosear entre sus galerías de arte y tiendas te recomendamos una visita al Duomo de la ciudad, para pasear entre sus columnas de mármol admirando sus bóvedas pintadas al fresco. Desde Camaiore seguirás subiendo y bajando entre las colinas de Lucca, final de nuestro viaje: entra a través de sus murallas y sumérgete en su casco antiguo, donde te esperan numerosas atracciones. Podrá admirar la fachada decorada de San Frediano, curiosear en las tiendecitas de la plaza circular para comprar espelta y galletas locales para llevar a casa, conquistar la cima de la torre Guinigi y admirar la ciudad desde lo alto en su jardín colgante.

Distancia: 52 km

Desnivel: +380/-356 m

Día 6 Desde Lucca a San Miniato, 47 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: 47 km

Desnivel: +228/-122 m

Día 7 Desde San Miniato a San Gimignano, 41 km

Te espera un tramo exigente pero único. Desde San Miniato descenderás por el fondo de Val d'Elsa para luego volver a ascender hacia Gambassi Terme, donde podrás cruzar el umbral de la Pieve di Chianni, donde durmió el mismísimo arzobispo Sigeric en su camino a Roma. Continuará su viaje pedaleando por espléndidos paisajes naturales hasta San Gimignano, una de las ciudades más bellas de la Vía Francígena: sus famosas torres hacen inconfundible su perfil. No se pierda la vista de la ciudad medieval y sus valles circundantes desde lo alto de la Torre Grossa, o si no se queda sin energía, aventúrese a subir las escaleras de la Rocca di Montestaffoli, para disfrutar de una vista aún más especial.

Distancia: 42,2 km

Desnivel: +640/-476 m

Día 8 Desde San Gimignano a Siena, 51 km

Desde San Gimignano se continúa, subiendo y bajando, por las colinas toscanas hasta Colle Val d'Elsa, un pueblo toscano fuera de época con un encantador casco antiguo y estrechas callejuelas que serpentean entre las murallas de piedra. El itinerario continúa por uno de los tramos más bellos de la Vía Francígena: una ruta meditativa, a lo largo de la cual podrá rodearse del silencio de la Pieve di Strove, con sus interiores románicos, o detenerse en la quietud de la espléndida Abadía de Isola, con su imponente abadía. No se pierda un paseo por la muralla del impresionante castillo de Monteriggioni, que en su día defendió la Repubblica de Siena, antes de llegar a Siena por caminos de tierra y a la antigua aldea medieval de Cerbaia. ¿Una forma inolvidable de celebrar su llegada? Un plato de pici all'aglione en la iluminada Piazza del Campo. ¡Y no olvide el panforte!

Distancia: 51 km

Desnivel: +505/-470 m

Día 9 Arrivederci Siena!

Nuestros servicios terminan después del desayuno, a menos que haya reservado alguna noche extra con nosotros.
Buen viaje de vuelta a casa.

Información práctica

A la llegada:

Los aeropuertos más cercanos son:

Aeropuertos de Parma y Bolonia. Desde Bolonia se puede llegar fácilmente a Parma en tren.

Consulta los horarios de trenes en www.trenitalia.com

A la salida:

Desde Lucca se puede llegar fácilmente a Pisa y Florencia en tren directo. Los trenes a Génova, Bolonia y Milán no son directos.

Consulta los horarios de trenes en www.trenitalia.com

Incluido

Qué está incluido

- 8 Noches en habitación doble en **/*** hoteles , B&B y agriturismi con desayuno
- transporte de equipaje de hotel a hotel (1 pieza por persona, peso máximo 20 kilos, medidas 65x40x30 cm)
- mapas y descripción detallada del itinerario en formato digital, app
- Pasaporte del peregrino
- Seguro de viaje médico y de equipaje
- Asistencia telefónica 24h

Qué no está incluido

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

Servicios opcionales

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

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