



# Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista  
Fondata nel 1888



## DOMENICA 10 MAGGIO 2020

# SAN GIMIGNANO – SIENA MTB

<http://www.travelingintuscany.com/walk/it/viafrancigena/sangimignanoamonteriggioni.htm>



- DIRETTORE D'ESCURSIONE : MASSIMILIANO SCAVO mscavo@gmail.com 3476045212
- RITROVO: **ORE: 05.45 piazzale Labronica bus Via dei Condotti Vecchi, 8**  
<https://goo.gl/maps/6PdHG5NTXoXo2Gzx9>
- PARTENZA: ORE 06.00**
- DIFFICOLTÀ: MC/MC**
- LUNGHEZZA: 50 KM CIRCA + QUELLI FACOLTATIVI NON QUANTIFICATI IN GIRO PER SIENA**
- TEMPO DI PERCORRENZA: 5/6 ORE SOSTE E IMPREVISTI ESCLUSI**
- DISLIVELLO: 1000 METRI IN ASCESA, 950 METRI IN DISCESA**
- EQUIPAGGIAMENTO: CASCO OBBLIGATORIO**
- PRANZO: AL SACCO**
- COSTI: 25€ CON UN MINIMO DI 30 PARTECIPANTI TRA ESCURSIONISTI E BIKERS.**  
ISCRIZIONE ENTRO IL 29/04/2020 CON VERSAMENTO DELLA QUOTA.  
IL RISPETTO DEI TERMINI CONSENTE LA CONFERMA DEL PULLMAN.
- NOTE: USCITA ASSIEME AGLI ESCURSIONISTI**
- Possibilità di noleggio ebike a 25,00 euro presso negozio Bike Store Café Via dei Ramai 1 Livorno**
-



TRACCIA TAPPA SAN GIMIGNANO MONTERIGGIONI

francigena.gpx

TRACCIA TAPPA MONTERIGGIONI SIENA NON DISPONIBILE

## **Itinerario**

**Per secoli mercanti e pellegrini di ogni paese percorsero la Via Francigena per giungere a Roma. La sua origine è strettamente legata al re longobardo Rotari, ma è Sigerico, arcivescovo di Canterbury, che nel 990 descrisse al suo ritorno da Roma il suo pellegrinaggio nel famoso “Itinerarium”. La Via Francigena collegava, infatti, Canterbury a Roma e costituiva in epoca medioevale una delle più importanti vie di comunicazione europee. Il nostro cammino ci porta nelle terre di Siena, itinerario considerato tra i più suggestivi e belli della Francigena. Si parte da San Gimignano con le sue torri e il suo profilo fiabesco. Come nel medioevo il verde dei cipressi e lecci e il rosso della terra di Siena ci accompagnano sui sentieri che ci portano nella Valdelsa .**

**Quelle che da San Gimignano porta a Monteriggioni e poi Siena sono sicuramente due delle tappe più belle della Via Francigena. Già i punti di partenza e arrivo del percorso offrirebbero suggestioni ed elementi di interesse sufficienti a giustificare la fatica della pedalata , ma il bello è che, fra queste tre perle di storia e arte, si percorrono sentieri che offrono scorci di paesaggio toscano straordinariamente suggestivi.**

**Non affronteremo nessuna salita lunga, ma un continuo saliscendi con salite corte ma spesso impegnative, alternando strade asfaltate e sterrate. Dopo il duro strappo per arrivare a Monteriggioni il percorso cambia repentinamente. Si affrontano lunghi tratti su splendide strade di terra rossa fra campi, vigneti e oliveti, e il dislivello inizia crescere fra continui brevi strappi continuando il caratteristico saliscendi delle colline Toscane. Arrivati a Siena, entreremo nella città che visiteremo scendendo dove non è possibile pedalare per i divieti. Dopodiché andremo a ricercare gli escursionisti con i quali saliremo sul pullman che ci riporterà a casa.**

## REGOLE DI BASE

- **Mountain bike o ebike in buone condizioni e idonee per tracciati misti con gomme non lisce.**
- **Casco protettivo obbligatorio. Guanti consigliati.**
- **Occhiali con lenti non colorate per i percorsi boschivi consigliati**
- **Camera d'aria di scorta e/o bomboletta fast**
- **Borraccia con acqua e rifornimenti energetici**
- **Seguire le direttive del capogita della cicloescursione.**
- **L'organizzazione durante la ciclo escursione dispone di APRIPISTA e CHIUDIPISTA nessuno può superare l'apripista e rimanere dietro il chiudi pista, a meno che sia autorizzato dagli stessi.**

Prenotazioni e iscrizioni presso la sede del C.A.I. i **mercoledì e i venerdì ore 17:30 – 19:30** ; per informazioni contattare il capogita.

Il Direttore di escursione si riserva la facoltà di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni meteorologiche o di qualsiasi altra natura, che ne possano impedire lo svolgimento in condizioni di sicurezza o escludere eventuali partecipanti con attrezzatura/abbigliamento inadeguato.

I non soci dovranno comunicare i propri dati in sede entro il venerdì precedente l'escursione e pagare ulteriori € 10.00 quale copertura assicurativa / contributo sezionale. In alternativa, potranno effettuare, sempre entro gli stessi termini, un bonifico bancario ed inviarne attestazione via email a [livorno@cai.it](mailto:livorno@cai.it)

Le coordinate bancarie per effettuare il bonifico sono: sezione CAI Livorno, presso la Credit Agricole Cariparma – Filiale di Livorno 2 - Scali delle Pietre, 25 IBAN IT32V0623013903000035569700

CAUSALE: Quota non socio cicloescursione del 10 maggio 2020

*Attenzione: Le foto e i video realizzati in occasione delle escursioni sociali potranno essere utilizzate dalla sezione di Livorno per attività promozionale o altri scopi attinenti all'attività del Club anche attraverso il web, salvo espressa dichiarazione contraria del partecipante.*

*Per tutto quanto non scritto sulla locandina si fa riferimento al regolamento escursioni sociali presente in sede e anche al seguente indirizzo internet: [http://www.cailivorno.it/immagini/Regolamento\\_escursioni\\_sociali.pdf](http://www.cailivorno.it/immagini/Regolamento_escursioni_sociali.pdf).*