



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

13 MARZO 2016

LE ARCATE DI PARRANA



Difficoltà E

**obbligatorio indossare scarpe da trekking
consigliati bastoncini per possibile fango
portare acqua sufficiente (non ci sono fonti) ed eventuale spuntino**

Capo gita:

Massimiliano Scavo

Percorso lungo:

20 Km circa, dislivello 700 metri

Tempo di percorrenza:

5-6 ore, soste escluse

Ritrovo:

Mc Donald's di Stagno ore 7:30

Partenza escursione:

ore 8:00, dall'agriturismo *Le Arcate*

Percorso breve:

10 km circa, dislivello 300 metri

Tempo di percorrenza:

3-4 ore, soste escluse

Ritrovo:

**ore 10:45, sbarra inizio sentiero 199 su strada Valle Benedetta -
Colognole**



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

PROGRAMMA

Un trekking di interesse storico, naturalistico e paesaggistico che permette di conoscere un meraviglioso angolo delle nostre colline, così vicine, alla scoperta di antichi ponti e mulini ormai nascosti dalla rigogliosa vegetazione.

Lasciate le auto all'agriturismo si entra nella tenuta dove sono presenti molti animali selvatici. Dopo essere passati dal primo lago si sale sino a che troviamo un cancello che, percorrendo il sentiero chiamato "I daini", ci porta all'Eremo della Sambuca, antica chiesa risalente al XIII secolo; continuando per il sentiero 00, e poi per il sentiero 121 arriviamo al Calvario, dal quale possiamo godere un bellissimo panorama. Da qui scendiamo verso Pandoiano e Colognole, fino a che entriamo nell'acquedotto Leopoldino di Colognole. Camminando tra suggestivi ponti, cascatelle e rigagnoli, arriviamo



nei pressi della Fociarella, dove inizia la salita verso il Rada, che ci porta all'apice del poggio Lecceta, metri 462, punto più alto delle colline livornesi, dove giace quel pallone che vediamo da ogni parte, sia verso le colline pisane, sia verso sud a Cecina. Giriamo intorno al pallone e scendendo ritorniamo nei pressi di un vecchio mulino a vento sul sentiero 121, facciamo una visitina ad altri tre ruderi di mulini a vento nascosti nelle macchia, ed infine, passando dal sentiero chiamato "le reti", ritorniamo al cancello delle Arcate. Passando dall'altro lato della tenuta arriviamo al secondo lago e finalmente all'agriturismo.

Coloro che scelgono il percorso più breve devono presentarsi davanti alla sbarra verde dove inizia il sentiero 199, sulla strada che porta a Colognole, dopo il bivio col la strada della Fociarella, venendo dalla Valle Benedetta. Dopo 15 minuti di cammino, all'intersezione tra i sentieri 123, 199 e 125, davanti a un vecchio mulino, avverrà il ricongiungimento con il gruppo che viene da Pandoiano.

Chi vuole può fermarsi a mangiare all'agriturismo "Le Arcate"
(<http://www.agriturismolearcatelivorno.com/>).

Il menu è come sempre composto antipasto toscano, primo, dolce, caffè vino e acqua a 18 euro da pagare in loco.

Informazioni e prenotazioni: presso la sede del C.A.I i mercoledì e i venerdì ore 17:30 – 19:30 oppure contattando:

Massimiliano Scavo

3476045212

email: mscavo@gmail.com

I non soci devono lasciare i propri dati e € 10 in sede comprensivi della assicurazione CAI obbligatoria.