



**CLUB ALPINO ITALIANO**

**SEZIONE DI LIVORNO**

**Nando Bastianelli - Lido del Nista**

**FONDATA NEL 1888**

## **15 MAGGIO 2016**

### **MTB - LAGO DI MASSACIUCCOLI**



**Ritrovo: Mc Donald's di Stagno ore 7:00 - Partenza: ore 7:15**  
**oppure direttamente Arena Metato campo sportivo ore 8:00**

**Capo gita: Massimiliano Scavo ( 3476045212 ) mscavo@gmail.com**

**Dislivello: 100 metri**

**Lunghezza: 50 km circa**

**Tempo di percorrenza: 4/5 ore soste escluse**

**Difficoltà: TC**



## **CLUB ALPINO ITALIANO**

### **SEZIONE DI LIVORNO**

**Nando Bastianelli - Lido del Nista**

FONDATA NEL 1888

## **Programma**

Dal campo sportivo di Metato, tra le viuzze del paese raggiungiamo subito l'argine del fiume Serchio che percorriamo fino a Pontasserchio.

Attraversato il ponte continuiamo a pedalare lungo un sentiero, che poi diventa pista ciclabile chiamata ciclopedonale Puccini, una pista che sarebbe dovuta arrivare fino al lago di Massaciuccoli. Questa pista, che percorriamo per parecchi chilometri, ad un certo punto però si interrompe, per via di un tratto privato recintato, per cui dobbiamo, per evitare l'asfalto, passare per circa 800 metri da un sentiero mal curato con erba alta. Qui è consigliato indossare, solo per questo tratto, pantaloni e maglia lunga.

Continuando sempre per strade sterrate arriviamo sulla statale Aurelia nei pressi del ristorante la Bufalina; attraversata la strada subito un sentiero nel parco Migliarino-San Rossore-Massaciuccoli ci porta a Torre del Lago e da lì, passando dallo stadio, arriviamo sul lago, luogo famoso per aver ospitato le battute di caccia del grande compositore Giacomo Puccini, il quale ha vissuto a lungo in una villa in riva al lago stesso.

Conosciuto già in epoca romana come lago delle Fosse Papiriane, il lago di Massaciuccoli è circondato da una magnifica Riserva Naturale, con la quale costituisce una sorta di museo a cielo aperto. Tra l'altro, la Riserva è uno dei più importanti siti ornitologici italiani.

Lasciato il lago attraversiamo il paese fino alla ferrovia dove prendiamo un bel sentiero lungo il canale della Bufalina, che arriva fino al mare. Noi giriamo a metà entrando nella pineta che ci porta direttamente in Arena Metato dove termina la gita.

Il percorso pur essendo pianeggiante è molto suggestivo e a tratti anche panoramico.

**Occorre una mountain bike; obbligatorio il casco. Portare una camera d'aria di scorta, o una bomboletta di fast.**

**Termine iscrizione: venerdì 13 maggio ore 19:30**

**Per informazioni e prenotazioni rivolgersi alla sede C.A.I. in piazza Dante 77 il mercoledì e il venerdì dalle ore 17:30 alle 19:30 o direttamente al capo gita Massimiliano Scavo, cellulare 3476045212, mail [mscavo@gmail.com](mailto:mscavo@gmail.com)**

**I non soci devono lasciare i propri dati in sede e euro 10 comprensiva della assicurazione C.A.I. obbligatoria.**