



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

6 NOVEMBRE 2016

MTB: DA PISA A FIRENZE LUNGO L' ARNO

CON IL PATROCINIO DEL CAI REGIONALE



Capigita: Massimiliano Scavo / Massimo Tuccoli
Difficoltà: TC / TC

Occorre una mountain bike in buone condizioni; obbligatorio il casco. Portare una camera d'aria di scorta, e/o una bomboletta di fast. Per chi parte da Pisa portare anche lampada frontale o da manubrio. Munirsi di scorte alimentari, acqua lungo il percorso.

Lunghezza percorso intero: 110 Km circa
Dislivello totale: 300 metri di cui 200 nel tratto Empoli Firenze.
Ritrovo e partenza: Pisa ponte della Cittadella ore 6:00

Entrate successive:

Pontedera, ponte alla navetta ore 9:00	a 40 km dalla partenza
Castelfranco, giardini pubblici viale II giugno ore 11:00	a 60 km dalla partenza
Empoli, ponte viale Europa ore 14:00	a 80 km dalla partenza



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

PROGRAMMA

In ricorrenza dell'alluvione avvenuta nel 1966, esattamente 50 anni fa, si propone questa bellissima cicloescursione tutta in pianura lungo tutto il percorso colpito dal disastro. La distanza da percorrere è di 110 km, ma ogni partecipante in base alle proprie capacità può decidere di fare un tratto e uscire dal percorso tornando indietro per la stessa strada o andando alla stazione più vicina e rientrare con il treno, oppure può attendere il passaggio del gruppo che parte da Pisa lungo il tragitto e aggiungersi fino a Firenze.

In fondo alla descrizione troverete le varie distanze intermedie tra i paesi principali dove è possibile entrare o uscire.

La partenza è prevista dalla Cittadella di Pisa. Dopo aver attraversato i lungarni pisani, dopo il giardino Scotto attraversiamo il ponte della Vittoria per prendere la via delle Piagge. Arrivati a Cisanello entriamo in un sentierino con il solco per le ruote della bici che percorreremo per alcuni chilometri. Il fiume sulla nostra destra è sempre molto vicino, ogni tanto riappare e poi si rinasconde dietro i folti canneti che lo percorrono, come del resto per gran parte del percorso.

A Caprona cambiamo sponda e pedaliamo sulla destra del fiume. Passiamo San Frediano e Cascina. A Oltrarno nei pressi di Calcinai, attraversiamo il ponte ed entriamo di nuovo dalla parte opposta del fiume; lo percorriamo per un tratto quasi a toccare l'acqua, dopodiché ritroviamo un folto canneto che ci costringe ad allontanarci dal fiume passando per uno stradello tra campi coltivati che ci porta fuori Pontedera, sulla statale.

Fatti 800 metri sull'asfalto all'altezza dell'idrovora di Montecalvoli, rientriamo nella campagna in vicinanza del fiume. Passando un po' sull'argine, un po' accanto ai canneti, arriviamo a Castelfranco di Sotto e dopo a Fucecchio. Qui inizia la parte più brutta del percorso, non essendoci stradelli sterrati, il fiume è sempre vicino e a volte lo vediamo anche, ma dobbiamo pedalare per circa 10 km sulla statale fino a Empoli. Unica cosa suggestiva in questo tratto è la visione del fiume Elsa che entra nell'Arno all'altezza di Bassa paesello nel comune di Cerreto Guidi.

A Empoli attraversiamo il ponte andando sulla sponda destra, che non lasceremo più. Tutto ciclabile, molto bello, passiamo Montelupo arrivando a Camaioni. Dopo una piccola salitina, riscendiamo sul fiume passando da un sentiero sabbioso che poi finisce in un vigneto. Qui dobbiamo forzatamente attraversare per circa 500 metri un sentierino chiuso dalla vegetazione, per cui, a meno che qualcuno nel frattempo lo pulisca, dobbiamo equipaggiarci di maniche lunghe e pantaloni lunghi, ottimi i manicotti, guanti lunghi e occhiali e via dritti fino ad uscire dalla selva e arrivare alla ex stazione di Carmignano. Inizia ora l'unico tratto importante di salita che ci porta a Signa al parco dei Renai, la spiaggia dei fiorentini, lago molto bello attrezzato tipo spiaggia. E così entriamo sull'ultimo tratto sterrato ciclabile che ci porta alle Cascine di Firenze.

Al ponte Vittoria ci sarà una delegazione di fiorentini a salutare coloro che dopo circa 8/9 ore sui pedali arriveranno alla meta prefissata. Il ritorno avverrà in treno.

Orario e fermate treni per il ritorno

16:53 Firenze S. M. Novella → 18:03 Pisa Centrale

Servizio di 2ª classe non prenotabile - Treno con servizio di trasporto biciclette al seguito del viaggiatore.

Arrivo	Partenza	Stazione
	16:53	Firenze S. M. Novella
16:58	16:59	Firenze Rifredi
17:11	17:12	Signa



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

17:26	17:27	Empoli
17:33	17:34	S. Miniato-Fucecchio
17:39	17:40	S. Romano-Montopoli-S. Croce
17:48	17:49	Pontedera-Casciana Terme
18:03		Pisa Centrale

18:16 Firenze S. M. Novella → 19:44 Pisa Centrale

Servizio di 2ª classe non prenotabile - Treno con servizio di trasporto biciclette al seguito del viaggiatore.

Arrivo	Partenza	Stazione
	18:16	Firenze S. M. Novella
18:21	18:22	Firenze Rifredi
18:28	18:29	Le Piagge
18:34	18:35	Signa
18:44	18:45	Montelupo-Capraia
18:49	18:50	Empoli
18:55	18:56	S. Miniato-Fucecchio
19:00	19:01	S. Romano-Montopoli-S. Croce
19:09	19:17	Pontedera-Casciana Terme
19:24	19:25	Cascina
19:28	19:29	S. Frediano A Settimo
19:34	19:35	Navacchio
19:44		Pisa Centrale

Termine iscrizione giovedì 3 novembre 2016 ore 19:30

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

Massimiliano Scavo 3476045212 email: mscavo@gmail.com

I non soci devono lasciare i propri dati e € 10 in sede comprensivi della assicurazione oppure fare un bonifico alle seguenti coordinate bancarie:

Cassa di Risparmio di Volterra filiale di Livorno in Via Sansoni 5, 57100 Livorno,
intestato a Club Alpino Italiano, Piazza Dante, 77 – 57124 Livorno,
specificando nella causale cognome, nome e gita
ABI 06370 CAB 13900 N. Conto Corrente 000010008306
IBAN IT40U0637013900000010008306