



**CLUB ALPINO ITALIANO**

**SEZIONE DI LIVORNO**

**Nando Bastianelli - Lido del Nista**

**FONDATA NEL 1888**

**21 OTTOBRE 2018**

**MTB**

**COSTA DEGLI ETRUSCHI**



**CAPOGITA:** **MASSIMILIANO SCAVO 3476045212 MSCAVO@GMAIL.COM**

**TRAGITTO INTERO:** **70 KM CIRCA DISLIVELLO 650 METRI DIFFICOLTÀ MC/MC**

**RITROVO:** **LIVORNO STAZIONE ORE 6:30 ( PARTENZA TRENO 6:53)  
OPPURE DIRETTAMENTE STAZIONE DI PIOMBINO ORE 8:00**

**TRAGITTO RIDOTTO:** **35 KM CIRCA DISLIVELLO 120 METRI DIFFICOLTÀ TC/TC**

**RITROVO:** **SAN VINCENZO STAZIONE ORE 11:00 ( TRENO DA LIVORNO ORE 9:50 )**

**PRANZO AL SACCO**

**DIFFICOLTÀ:** **MC / MC (COMPLETO)**

**TC / TC (RIDOTTO)**





## CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

***Sembrerà strano, ma personalmente Piombino lo pensavo solo come polo siderurgico e porto dei traghetti per l'Elba. Invece il suo promontorio, che delimita idealmente i confini meridionali del Mar Ligure a destra e l'inizio del Mar Tirreno a sinistra, offre spettacolari percorsi che si affacciano davanti all'isola d'Elba. Questa cicloescursione fu rimandata lo scorso 4 febbraio a causa di un infortunio dello scrivente, per cui non vedevo l'ora di trovare un buco per riproporla. Il tour è lungo ma c'è la possibilità di fare un percorso più breve, privo di salite e adatto ai più dormiglioni. Il percorso è molto bello sia nella prima parte più impegnativa che nella seconda tutta pianeggiante.***

***Saliti sul treno regionale delle 6:53 scendiamo alla stazione di Piombino alle 7:53. Dopo aver fatto un girino nel centro storico della cittadina, in salita ci dirigiamo verso Salivoli. Dall'osservatorio astronomico a punta Falcone possiamo ammirare un bel panorama (<http://www.valdicorniaturismo.it/punta-falcone-un-parco-tra-storia-e-realta/>).***

***Volendo possiamo scendere sulla spiaggia di Cala Moresca, una delle più belle calette della val di Cornia.***

***Si prosegue all'inizio sul sentiero della via dei Cavalleggeri, panoramico, e dopo circa un km deviamo a destra per un sentiero molto bello dentro la macchia mediterranea che ci porta su via del Crinale, una via tagliafuoco, che porta il numero CAI 300. La percorriamo tra sali e scendi fino a Populonia (<https://it.wikipedia.org/wiki/Populonia>).***

***Dopo una breve sosta per ammirare la bellezza dell'antica cittadina etrusca prendiamo in discesa la via della Romanella, l'antica strada ora diventata sentiero che conduceva all'acropoli. Il sentiero è abbastanza pedalabile, però in alcuni tratti brevissimi a causa della pendenza e del fondo sconnesso è consigliabile scendere dalla bici. Arrivati a Baratti, pedaliamo in pianura lungo mare su strada asfaltata che lasciamo poco dopo imboccando un sentiero sulla sinistra. Il fondo man mano diventa sconnesso a causa della presenza di sassi e radici. Troviamo tratti dove si alternano discese e salite, sempre a contatto del mare e con molti spunti panoramici, fino a località "la Torraccia", un'antica torre fatiscante edificata come torretta di avvistamento durante il periodo della Repubblica Marinara di Pisa. Un km di asfalto sulla via della Principessa prima di entrare nel parco di Rimigliano, facente parte dei parchi della val di Cornia, popolato da cinghiali e conigli selvatici. Dopo circa 6 km, usciamo dalla pineta, per prendere la pista ciclabile che ci porta alla stazione di San Vincenzo.***

***Qui raccogliamo i bikers che hanno optato per il percorso più breve, se non sono ancora arrivati andremo a prendere un caffè sulla passeggiata, se invece loro arrivano prima di noi il caffè lo prenderanno loro. Ripartiti dopo aver raggiunto la statua di bronzo del marinaio in punta al porticciolo, andiamo a prendere il sentiero che ci porta a Marina di Donoratico in riva al mare. Per evitare l'Aurelia dobbiamo pedalare per un km sulla battigia, dove la sabbia è più molle: scenderemo dalla bici e la spingeremo. Dopo poco trovandoci davanti al cancello dell'oasi wwf di Bolgheri siamo costretti a fare un paio di km sulla statale Aurelia per rientrare di nuovo nello sterrato nelle campagne di Marina di Bibbona. Attraversiamo Marina di Bibbona, centro balneare***



## CLUB ALPINO ITALIANO

### SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

***affollatissimo d'estate ma deserto in questo periodo, e attraversando per 8 km la pineta arriviamo a Cecina mare. Prendiamo la pista ciclabile lungo il fiume Cecina e arriviamo alla stazione di Cecina, dove attendiamo il primo dei treni che proviene da Grosseto ed è diretto a Livorno e Pontedera gli orari di partenza sono 16:35, 17:00, 17:27 o 17:54.***

***Possibilità di noleggiare fino a 5 ebike presso l'officina Fisecar via Cimarosa 54 al prezzo eccezionale di 30 euro per tutto il giorno.***

### **ATTENZIONE**

***Coloro che optano per il percorso breve devono prendere il treno a Livorno alle ore 9:50 e scendere a San Vincenzo alle ore 10:41.***

---

Termine iscrizione: venerdì 19 ottobre ore 19,00.

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](mailto:mscavo@gmail.com)

I non soci devono lasciare i propri dati e € 10 in sede comprensivi di assicurazione personale e RC verso terzi entro le 19:00 di venerdì 19 ottobre 2018. In alternativa entro gli stessi termini, possono effettuare un bonifico bancario ed inviarne attestazione via email a [livorno@cai.it](mailto:livorno@cai.it) sul conto intestato alla sezione CAI Livorno aperto presso la Cassa di Risparmio di Parma e Piacenza – Filiale di Livorno Ag. 2

IBAN IT32V0623013903000035569700

CAUSALE: Quota non socio ciclo escursione del 21 ottobre 2018



## **CLUB ALPINO ITALIANO**

### **SEZIONE DI LIVORNO**

**Nando Bastianelli - Lido del Nista**  
FONDATA NEL 1888

### **REGOLE DI BASE**

- **Mountain bike o ebike in buone condizioni e idonee per tracciati misti con gomme non lisce.**
- **Casco protettivo obbligatorio.**
- **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.**

**Il capogita può modificare o annullare l'escursione, qualora si presentassero situazioni di rischio per la sicurezza dei partecipanti o per altri motivi.**

#### **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.***