



EDIZIONE 2023

CICLO TURISMO IN MAREMMA

AMBITO TERRITORIALE TURISTICO
MAREMMA TOSCANA AREA SUD





Parco della Maremma

CICLO TURISMO IN MAREMMA

Itinerari cicloturistici in Maremma sul portale

visittuscany.com



	CICLOTURISMO IN MAREMMA	7
	SULLE TRACCE DEGLI ETRUSCHI	10
	1 - Batignano e il parco Archeologico di Roselle in bicicletta	10
	2 - La necropoli di Poggio Buco e il tempio megalitico di Poggio Rota	12
	3 - Vetulonia e la via dei sepolcri	14
	4 - Scansano tra la via Clodia e il Ghiaccio Forte	16
	5 - Pitigliano e Sorano - Viaggio nella civiltà del tufo	18
	6 - Semproniano e Saturnia tra terme e leggende	20
	LA BONIFICA, LE COLLINE E I PARCHI DELLA MAREMMA	22
	7 - La via delle bonifiche tra Grosseto e Castiglione della Pescaia	22
	8 - Il Parco della Maremma in bicicletta	24
	9 - Alberese, il Parco della Maremma e il ponte di Gigi della barca	26
	10 - Istia d'Ombrone e le strade della Memoria	28
	11 - Scansano e Magliano in Toscana - Le terre del Morellino	30
	12 - Marina di Grosseto e Principina, spiagge e mare in bicicletta	32
	MAREMMA TRA BORGHI, OASI E CASTELLI	34
	13 - Montepescali e la banda dei Barbieri	34
	14 - In bicicletta tra Campagnatico e la bassa valle dell'Ombrone	36
	15 - Civitella Paganico e la Strada Leopoldina	38
	16 - La laguna di Orbetello in bicicletta	40
	17 - Montorgiali, San Giorgio e la Via Clodia	42
	18 - Semproniano, borghi e castelli nell'alta valle dell'Albegna	44
	19 - Cinigiano - Montecucco Tour	46
	20 - Montemassi - Ribolla e il castello della Pia	48
	21 - Manciano la spia della Maremma	50
	LA COSTA D'ARGENTO	52
	22 - Magliano - San Bruzio e la bassa valle dell'Albegna	52
	23 - Capalbio e i tesori della Costa d'Argento	54
	24 - Il giro del monte e le Rocche spagnole dell'Argentario	56
	25 - Grand Tour della Maremma viaggio a tappe	58
	UFFICI INFORMAZIONI TURISTICHE	63
	CONTATTI	65



CICLOTURISMO IN MAREMMA

ITINERARI TURISTICI DA PERCORRERE IN BICICLETTA SULLE STRADE DELLA MAREMMA GROSSETANA



LA MAREMMA GROSSETANA: UN LUOGO IDEALE PER IL CICLOTURISMO

La Maremma Grossetana offre ampi spazi e orizzonti mozzafiato, testimonianze storiche, borghi medievali e aree naturalistiche di grande interesse, tra quest'ultime segnaliamo il Parco Nazionale delle Colline Metallifere, la Riserva Naturale della Diaccia Botrona, il Parco Regionale della Maremma, le Oasi WWF della Laguna di Orbetello e del Lago di Burano. I saliscendi tra le colline dell'entroterra, i sentieri che costeggiano le spiagge incontaminate e le strade secondarie a basso traffico, fanno della Maremma un'oasi felice per il cicloturista, che qui può coniugare sport e turismo.

STORIA, NATURA E TRADIZIONI

In Maremma natura, storia e tradizioni si coniugano dando vita a itinerari che traggono la loro origine dai sentieri percorsi dagli Etruschi e dai Romani (Roselle, Vetulonia, Sovana, Sorano, Pitigliano, Ansedonia-Cosa), dalle antiche dogane percorse nei secoli dai pastori transumanti che scendevano nei pascoli maremmani dall'Appennino centrale, dalle piste costiere percorse dai cavalleggeri di Cosimo I de' Medici, che nel corso del XVI secolo istituì una linea di difesa costituita da decine di torri di avvistamento lungo la linea di costa del Granducato di Toscana.

LA MAREMMA CROCEVIA DEL CICLOTURISMO NAZIONALE

Il territorio della Maremma grossetana è attualmente al centro di progetti cicloturistici d'interesse nazionale e internazionale che fanno capo alla rete Bicitalia, come la Ciclopista Tirrenica (Bicitalia 19), o la Ciclovía Grosseto – Fano (Bicitalia 18). Più a sud, e precisamente da Orbetello, origina infine la Ciclovía Argentario – Conero, altra grande direttrice cicloturistica, della quale recentemente il Ministero delle Infrastrutture ha riconfermato la priorità come asse trasversale dell'Italia centrale.

PEDALARE IN MAREMMA, LA TERRA DEI BUTTERI

Venticinque itinerari ad anello, di percorrenza media compresa tra i 20 e gli 80 km, che traggono origine dal progetto Greenways realizzato nel 2014 da FIAB Grosseto Ciclabile per la Provincia di Grosseto, dagli itinerari cicloturistici ideati in occasione del Cicloraduno nazionale della Federazione Italiana Ambiente e Bicicletta (FIAB) che si è svolto in Maremma nel giugno 2016, e dal precedente progetto Cicloturismo in Maremma, messo in rete dalla ex

APT nel 2009, di cui si ritrovano gli aggiornamenti di alcuni itinerari.

Un totale di oltre 1500 km da percorrere in bicicletta nella terra dei butteri, gli epici guardiani dei pascoli maremmani, con una varietà di percorsi e difficoltà altimetriche che vanno dalla pianura alla collina. Un approccio ciclo turistico rivolto alle varie tipologie di ciclista, che potrà scegliere l'itinerario che più lo interessa. Vi aspettiamo per condividere con voi le emozioni di pedalare in una terra incontaminata, unica e selvaggia, nel cuore dell'Italia: la Maremma Grossetana.

QUALE BICICLETTA

Pedalare in Maremma vuol dire essere pronti ad affrontare strade asfaltate e sterrate, saliscendi e cambi di pendenza, a volte anche repentini. Ad esclusione della costa, la Maremma non è una terra piatta, e vi potrà capitare di dover mettercela tutta in qualche salita, ma vi assicuriamo che ne varrà la pena. Fondamentale, al di là della tipologia tecnica del mezzo, corsa, gravel, mountainbike, e-bike, pedalare sempre una bicicletta di qualità.

E-MTB, OVVERO MOUNTAIN BIKE A PEDALATA ASSISTITA:

ci soffermiamo un attimo su questo tipo di bicicletta che sta rivelandosi sempre più la regina del mercato tanto da assorbire nell'ultimo anno, oltre il 65% delle vendite. Il perché è evidente, se già una mtb offre la possibilità tecnica di affrontare qualsiasi terreno, l'assistenza offerta dal motore elettrico e l'aumentata autonomia delle moderne batterie, rendono una e-mtb la vera bici universale, superando di fatto il vero scoglio che ha frenato la diffusione del cicloturismo su itinerari collinari, l'insufficiente allenamento fisico necessario per il superamento dei tratti in salita. È ragionevole supporre quindi che, sia e-bike che e-mtb, saranno bici sempre più diffuse tra i privati e disponibili con maggior frequenza nei circuiti di noleggio, rendendo possibile ad un maggior numero di persone, la percorrenza di itinerari fino ad oggi riservati a ciclisti esperti e allenati. Anche in Maremma sono ormai numerosi gli operatori del settore che mettono a disposizione il noleggio di e-mtb e, in considerazione di questo, in alcuni dei nostri itinerari troverete espressamente l'indicazione e-mtb come bicicletta consigliata.



Sorano

ISTRUZIONI PER L'USO

Tutti gli itinerari che trovate in questo opuscolo sono stati provati e testati. Ciononostante, questo non esclude la presenza di deviazioni o divieti di accesso non segnalati perché di più recente attuazione. Le strade provinciali, comunali o consortili, sono normalmente aperte al traffico. Per la sicurezza del cicloturista, sarà fondamentale il rispetto del Codice della Strada. Con esclusione del Gran Tour della Maremma, gli itinerari non sono segnalati sul territorio, ma è possibile scaricare la traccia GPS e trasferirla in una delle tante APP disponibili negli store per smartphone.

Un ultimo consiglio: attenti ai cani! Il cane per eccellenza in queste zone è il pastore maremmano e il suo compito è quello di seguire il gregge e proteggerlo, dunque state alla larga da pascoli recintati e fondi chiusi. Non abbiate invece paura di quelli che incontrerete lungo il margine della strada: abbaieranno, faranno il muso duro, ma difficilmente lasceranno il loro gregge per corrervi dietro. Nel dubbio sarà comunque sempre meglio fermarsi anziché scappare e, nel caso, tornare indietro con calma.

Avvertenza: nessuna responsabilità potrà essere imputata all'autore delle cartine e dei percorsi in caso di danni di qualsiasi natura a cose e/o persone, subite o causate nell'intraprendere gli itinerari descritti in questa pubblicazione.

FIAB GROSSETO CICLABILE

Questo opuscolo è stato realizzato per l'Ambito Turistico Maremma Sud da FIAB Grosseto Ciclabile, un'Associazione di Promozione Sociale che promuove la cultura e la pratica di un uso abituale della bicicletta. Grosseto Ciclabile aderisce a FIAB, Federazione Italiana Ambiente e Bicicletta, e attraverso questa fa parte di ECF (European Cicylist Federation). FIAB Grosseto Ciclabile organizza incontri, dibattiti, eventi culturali, ciclo passeggiate e propone il cicloturismo come mezzo "lento" per la riscoperta del territorio e delle tradizioni della sua gente, sostenendo la mobilità dolce in alternativa all'uso dei mezzi a motore.

LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI DI QUESTO OPUSCOLO

SONO DISPONIBILI SUI SITI INTERNET:

VISITTUSCANY

www.visittuscany.com

F.I.A.B. Grosseto

www.fiabgrosseto.it

COMUNE DI GROSSETO

www.quimaremmatoscana.it

Batignano e il parco Archeologico di Roselle in bicicletta SULLE TRACCE DEGLI ETRUSCHI

Attività: strada
Punto di partenza: Roselle
Durata dell'itinerario: 1 giorno
Difficoltà: facile
Distanza: 22 km

Dislivello in salita: 240 m
Fondo pavimentato: 100%
Fondo sterrato: 0%



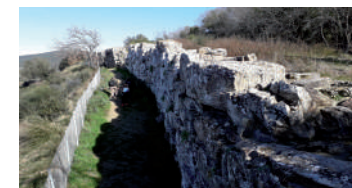
Dalle terme Leopoldine di Roselle ai tesori della civiltà etrusco romana, attraverso la valle di Nomadelfia e il borgo medievale di Batignano, con panorama sulla costa grossetana.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Dedicato a chi si avvicina al cicloturismo senza troppa esperienza, questo itinerario consente di scoprire i tesori archeologici che legano la Maremma grossetana alla cultura etrusco romana. Roselle venne urbanizzata dagli Etruschi nel VII secolo a.C. su un'altura che permetteva di controllare una vasta porzione di territorio, su cui all'epoca si estendeva il Lago Prile, un'ampia laguna comunicante con il mare. L'itinerario conduce all'area archeologica percorrendo una comoda pista ciclabile, che serpeggia tra gli olivi, fin sotto la collina dove sorge la città etrusco romana, ma vi giunge dopo aver attraversato Nomadelfia. Valle fertile ed operosa, la valle è abitata da una popolazione comunitaria di volontari cattolici, fondata da Don Zeno

a Fossoli (MO) nel 1941 e trasferita a Grosseto nel 1952. Il passaggio da Batignano, suggestivo borgo medievale arroccato sul colle prospiciente la piana di Grosseto, precede l'arrivo sotto le mura ciclopiche dell'antica città di Roselle. L'itinerario inizia dalle antiche Terme Leopoldine di Roselle, oggi sede della Pro Loco. Si procede seguendo la bella ciclabile che costeggia via Batignanese fino al sottopasso della E78. Lasciata temporaneamente la ciclabile, s'impegna il sottopasso seguendo le indicazioni per Nomadelfia - Sementarecce e risalendo la Strada della Valle, che attraversa la valle di Nomadelfia, verremo attratti dagli ampi scorci panoramici sulla zona archeologica di Roselle e il poggio di Moscona sulla cui sommità sorge, ancora oggi maestosa, la rocca del Castello di Montecurliano. Conosciuta come il Tino di Moscona, la rocca è una struttura fortificata a forma circolare, atipica per l'epoca senese a cui risale, dove la potente famiglia degli Aldobrandeschi aveva posto le prime fondamenta per una futura città. Percorrendo la valle di Nomadelfia, risaliamo le sponde del torrente Salica, lungo il quale si possono ancora scorgere i resti di antichi mulini ad acqua. Seguiremo il nastro di asfalto mantenendo il torrente sulla nostra destra fino ad intravedere, tra le fronde delle sughere al di là di caratteristici muretti a secco, il borgo medievale di Batignano. In posizione strategica per lo sfruttamento degli antichi filoni metalliferi di rame e argento del territorio, all'interno delle sue mura, il borgo conserva la pieve romanica di San Martino, la Chiesa della Confraternita di San Giuseppe in stile barocco e, nella parte finale della suggestiva via di Mezzo, un loggiato a tre arcate costruito con colonne e capitelli romani di riuso, provenienti probabilmente da Roselle. Da via della circonvallazione si può godere uno splendido panorama sull'area archeologica di Roselle incastonata tra i poggi di Moscona e Nomadelfia. Tornati in sella scenderemo a ruota libera lungo la SP Batignanese fino a ritrovare il sottopasso della E78, per poi svoltare a sinistra sulla Strada dei Ruderì. Percorse poche centinaia di metri incontreremo

il nuovissimo Centro Visite del Parco Archeologico e poco dopo, sulla sinistra, le prime testimonianze della civiltà etrusca, che anticipano l'Area Archeologica a cui giungeremo dopo aver percorso una breve, ma intensa salita ricca di testimonianze funebri. La visita dell'area archeologica all'interno delle possenti mura ciclopiche, che celano le vestigia della città etrusco romana di Roselle, ci lascerà stupiti dalla magnificenza che gli architetti romani avevano saputo dare ai piani prospettici di questo incredibile sito sorto a strapiombo sull'antico lago Prile. (tempo stimato per la visita un'ora e mezza). La strada del ritorno non sarà faticosa, basterà lasciare scorrere le ruote per i 6 km che ci separano dalle Terme Leopoldine di Roselle, punto di partenza e di arrivo, facendo bene attenzione a non prendere troppa velocità sulla discesa, dove è possibile trovare avvallamenti e cunette, a causa del ricorrente rigonfiamento del manto stradale dovuto alla presenza di piante di pino marittimo.



Lunghezza itinerario: 22.0 KM

T 154 m

1 24 m



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ



La necropoli di Poggio Buco e il tempio megalitico di Poggio Rota SULLE TRACCE DEGLI ETRUSCHI

Attività: gravel / mtb /
Punto di partenza: Pitigliano
Durata dell'itinerario: 1 giorno
Difficoltà: impegnativo
Distanza: 45 km

Dislivello in salita: 930 m
Fondo pavimentato: 70%
Fondo sterrato: 30%
Consigliato per e-bike



Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Poggio Buco e Poggio Rota, due siti archeologici straordinari riuniti in un itinerario cicloturistico che si snoda a cavallo della media valle del fiume Fiora, tra Manciano Sorano e Pitigliano. Dove il fiume, nel suo correre verso il mare, scava il suo letto nella friabile roccia tufacea, l'uomo ha lasciato tracce del suo passaggio fin dagli albori della civiltà.

La necropoli di Poggio Buco apparteneva ad un insediamento etrusco localizzato in un pianoro nei pressi di Manciano, sovrastante la destra orografica del fiume Fiora. I tipi di sepoltura presenti nell'area archeologica appartengono a diverse tipologie e coprono un lungo periodo di tempo. Le tombe a camera, interamente scavate nella roccia tufacea, risalgono alla metà del VII secolo a.C.

Scoperto nell'inverno dell'anno 2004 dall'archeologo Giovanni Feo, il tempio megalitico di Poggio Rota è situato in un poggio tufaceo nelle vicinanze della confluenza tra il torrente Lente ed il fiume Fiora, nella campagna di Pitigliano.

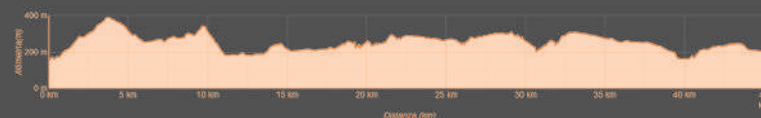
Gli esperti concordano nel ritenere i megaliti di Poggio Rota una struttura sacra ad uso astronomico, realizzata verso la metà del terzo millennio a.C. dalla "cultura" di Rinaldone (4000-2000 a.C.), popolo di origini egeo-anatoliche che portò in gran parte del centro Italia le prime arti, ed un culto funerario incentrato sulla credenza di una vita ultraterrena.

Congiungendo i due siti, l'itinerario si completa con un passaggio dalla spettacolare area archeologica della Civiltà del Tufo nei pressi di Sovana, con sosta obbligatoria per la visita delle monumentali tombe etrusche ed un meritato ristoro presso uno dei bar ristoranti che si affacciano nel piccolo e suggestivo centro storico.

Sulla via del ritorno, tra Sovana e Pitigliano, lasciatevi tentare da una digressione all'itinerario ciclistico percorrendo, a piedi la Via Cava di San Giuseppe. La via cava sfocia al ponte sul Lente proprio sotto Pitigliano, da dove si riprende agevolmente la traccia per l'ultimo tratto di percorso che conduce a Poggio Rota.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



FIAB
GROSSETO CICLABILE

DIFFICOLTÀ'



CICLO
TURISMO
in
MAREMMA

Vetulonia e la via dei sepolcri

SULLE TRACCE DEGLI ETRUSCHI

Attività: gravel

Punto di partenza: Grosseto

Durata dell'itinerario: 1 giorno

Difficoltà: impegnativo

Distanza: 60 km

Dislivello in salita: 521 m

Fondo pavimentato: 90%

Fondo sterrato: 10%



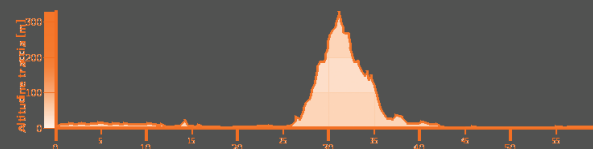
L'itinerario inizia dalla grande area verde del Parco Sandro Pertini a Grosseto, tra via della Repubblica, via Giotto e via Cimabue, si inoltra lungo strade di campagna a basso traffico e arriva fino ai limiti dell'Area Naturalistica della Diaccia Botrona. L'area protetta è tutto ciò che rimane dell'antico Lago Prile, vastissimo bacino lacustre che fu quasi interamente prosciugato dalle grandi opere di bonifica a opera dei Lorena nel Settecento. Lasciata la pianura, il percorso sale sulla collina di Vetulonia, fino a raggiungere gli scavi dell'antico abitato etrusco-romano, le imponenti tombe e il museo archeologico. Vetulonia faceva parte – insieme a Roselle – della cosiddetta Dodecapoli etrusca, alleanza economica, politica e artistica composta da dodici città-stato. Il poeta latino Silio Italico tramanda che fu proprio da Vetulonia che i Romani presero l'uso dei fasci, da cui il simbolo del fascio littorio, durante il regno di Tarquinio Prisco. Oggi Vetulonia ha l'aspetto di un suggestivo borgo medievale inerpicato sulla roccia, su cui domina un imponente torrione.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Dal Parco Sandro Pertini si attraversa via della Repubblica e si sale sulla pista ciclabile Grosseto EST che, come una grande circonvallazione ciclabile, in 4 km ci conduce fino alla zona nord della città. Si percorre via Senese e, superata l'area ospedaliera, si prende la seconda uscita alla rotatoria nei pressi della caserma Savoia. Seguendo le indicazioni per il centro commerciale Maremà, si lascia la zona urbana e ci si immette sul viale alberato della strada del Commendone. Percorsi questi primi 5,5 km, il traffico diventerà soltanto un ricordo. Le strade che percorreremo sono poco battute dalle automobili, ma comunque aperte al traffico: quindi fate attenzione! Il nostro viaggio alla scoperta degli Etruschi può cominciare. La traccia del GPS ci guida superando un primo cavalcavia della SS 1 Aurelia, per poi continuare tra le strade di campagna incrociando, al km 9, la SP 110 Aiali (attenzione all'incrocio a raso). Si prosegue sulla strada di Fonte Bianca e poi su Via dei Cipressi fino a incrociare, al km 13, la SP 41 Sbirro. Un secondo cavalcavia sull'Aurelia ci condurrà sulla SP 108 Polesine. Mentre attraversiamo l'area costituita un tempo dal Lago Prile, davanti a noi già si stagliano i colli di Vetulonia a destra, e di Buriano a sinistra. All'incrocio delle strade provinciali 72 e 43 (km 23,60 loc. Bozzone) troviamo una fontanella pubblica ed un bar: ottimo punto per riprendere fiato e ammirare il panorama. Ci troviamo al limitare della conca del Lago Prile e i borghi medievali di Montepescali e Giuncarico alle nostre spalle sembrano quasi due sentinelle. Davanti a noi sventa il torrione di Vetulonia, lo raggiungeremo tra poco meno di 7 km, superando 300 m di dislivello. Si prosegue in direzione nord per 1,6 km sempre seguendo la traccia che a un certo punto piega a sinistra sulla strada vicinale Badia Vecchia-Casette (km 25,4). Ci troviamo sulla cosiddetta "via dei Sepolcri", l'unico tratto sterrato dell'itinerario, così chiamata perché conduce a quattro tombe monumentali: la tomba della Fibula d'Oro, Diavolino II, Pietrera e Belvedere; inutile dire che una sosta è obbligatoria. Al km 27,2 ritroviamo l'asfalto e la strada continua a salire.

Al km 28, in loc. Scala Santa, potrete dissetarvi alla fontanella sul ciglio sinistro della strada. Rimangono da superare gli ultimi 3 km, una volta percorsi potrete godervi i tesori di Vetulonia: le Mura dell'Arce, gli scorci panoramici e il Museo "Isidoro Falchi", dove andare alla scoperta delle meraviglie etrusche. In rapida discesa torniamo sui nostri passi seguendo la strada comunale di Scala Santa fino al km 37,70 dove incroceremo di nuovo la SP 43. Si prosegue fino alla rotatoria (km 41) per prendere la seconda uscita e immettersi sulla SP 3 Padule. Poco meno di 2 km e si lascia la provinciale per immettersi nella Strada di Chiocciolaia. Si segue la Chiocciolaia fino al km 46,5. Seguendo la traccia, si esce sulla SP 80 Pollino, in loc. Casotto dei Pescatori (bar-ristoro). Si percorrono 500 m sulla SP 80 in direzione mare e poi si gira a sinistra sulla strada comunale di San Vincenzo d'Elba, facendo molta attenzione, nell'attraversamento, al traffico della provinciale. A questo punto ritroviamo l'aperta campagna e pedalare ritorna un piacere. Al km 51 la traccia gira a sinistra sulla Comunale di Strillaie e al km 54 incrocia la pista ciclabile Marina-Grosseto, che attraverseremo per gli ultimi 6 km dell'itinerario. Seguendo il tappeto rosso della ciclabile arriveremo al Parco Sandro Pertini. Una volta rientrati nell'area urbana occorre fare molta attenzione all'incrocio a raso della ciclabile con via della Repubblica. Al termine del percorso avremo pedalato per circa 60 km, percorso strade strappate alle acque e alla malaria, visto luoghi e pietre millenarie e scoperto qualcosa in più sul misterioso mondo dei nostri illustri antenati: gli Etruschi.

LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ



Scansano, tra la via Clodia e il Ghiaccio Forte

SULLE TRACCE DEGLI ETRUSCHI

Attività: gravel / mtb

Punto di partenza: Scansano

Durata dell'itinerario: 1 giorno

Difficoltà: impegnativo

Distanza: 59 km

Dislivello in salita: 1200 m

Fondo pavimentato: 76%

Fondo sterrato: 24%

Consigliato per e-bike



Oggi Scansano è noto soprattutto per il Morellino, il pregiato vino che qui si produce, ma nel suo territorio si trovano tracce di civiltà che ci riportano indietro nel tempo. Dagli Etruschi del Ghiaccio Forte ai castelli trecenteschi di Montepò e di Cotone, dalle miniere di cinabro di Cerreto Piano alle coltivazioni e ai pascoli della fattoria di Pomonte. Sul crocevia delle antiche dogane battute dai pastori transumanti all'altezza di Murci, proprio sotto alle grandi pale del parco eolico di Poggi Alti, si trovano tracce di una delle più misteriose vie consolari: la via Clodia. Questo itinerario vi condurrà in questi luoghi, attraverso un dedalo di strade provinciali e consortili. Fondamentale l'uso di un GPS. Per l'altimetria e l'alternarsi di fondi non omogenei con continui cambi di pendenza, il percorso richiede un discreto allenamento e l'uso di biciclette mountain bike o gravel in ottimo stato. In alternativa, si consiglia l'uso di una mountain bike a pedalata assistita.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Usciti da Scansano in direzione nord-est, si imbecca la SP 160 in direzione Monte Amiata / Roccalbegna. Si prosegue per 6 km attraversando l'abitato di Poggioferro (dove durante la seconda e la terza settimana di maggio si svolge la famosa sagra del tortello) e poi si continua, in leggera salita, per altri 5 km fino a Murci. La SP 160 si presenta in questo tratto molto invitante, per buona parte ombreggiata, sale leggera seguendo la linea di costa; a sinistra si aprono ampi scorci panoramici da cui è possibile ammirare la sagoma del Castello di Montepò e le inconfondibili torri del parco eolico di Poggi Alti.

Arrivati a Murci (km 13, 62) la traccia entra in paese per proseguire su via del Casalone che costeggia la chiesa. Poco prima, un cartello della sentieristica RET (Rete Escursionistica della Toscana) ci avvisa che siamo appena entrati sulla traccia della Via Clodia. Si prosegue sulla strada consortile di Mortelleto che, superate le case del paese, si tuffa nella valle dell'Albegna con una pendenza che sfiora il 6%. Il fondo si alterna tra asfalto e sterrato, alla prima biforcazione che trovate mantenete la destra, la discesa continua e nel tratto successivo raggiunge picchi del 16%: attenzione ai freni! Superato il torrente Fiascone si cambia fondo e si torna allo sterrato, seguite attentamente le indicazioni del GPS e i cartelli bianco/rossi della sentieristica RET per rimanere in traccia Clodia fino al km 23,50. Giunti nei pressi di Poggio alle Calle (Calla è un toponimo derivato dalla transumanza, sta per "conta", e indica i luoghi dove i pastori contavano il bestiame) si gira a destra e si entra nella valle dell'Albegna, tra Saturnia e Pomonte. Strade bianche sinuose, che si perdono tra i continui sali scendi come onde in un mare di terra, vi accompagneranno fino a incrociare la SP 159 al km 30,41. Dopo una pausa ristoro al bar del bivio di Pomonte (km 33,42), si procede sulla provinciale in direzione Scansano fino al km 36,00 e si gira a sinistra sulla Provinciale dell'Aquilaia, seguendo le indicazioni "Ghiaccio Forte – abitato

etrusco IV - INIZI III SECOLO A.C.". Dopo circa 4 km si raggiunge l'altopiano, a strapiombo sulla valle sottostante su cui un tempo sorgeva l'abitato fortificato eretto dagli etruschi della vicina Vulci a difesa della bassa valle dell'Albegna.

Ripercorrendo a ritroso gli ultimi 2 km si rientra sulla SP dell'Aquilaia e la si percorre fino ad incrociare la SP 103 Salaioli al km 46,00. Non tarderemo a scorgere, tra campi di grano e vigneti, ciò che resta della torre mineraria di Cerreto Piano, l'ultima miniera di cinabro della bassa maremma. Si prosegue lungo il falsopiano mantenendosi sulla SP 103 (fontanella al km 50) fino all'incrocio con la SP 121 Marciatoio. Da qui la strada si impenna per circa 3 km fino al borgo di Salaioli. Si continua percorrendo in salita gli ultimi 5km dalla SP 103 (altra fontanella nei pressi del km 54) fino ad incrociare la SP 160 e a raggiungere Scansano, punto di arrivo e di partenza di questo "viaggio nel tempo" lungo la terra del Morellino tra la Via Clodia e il Ghiaccio Forte.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



FIAB
GROSSETOCICLABILE

DIFFICOLTÀ



CICLO
TURISMO
MAREMMA

Pitigliano e Sorano – Viaggio nella civiltà del tufo SULLE TRACCE DEGLI ETRUSCHI

Attività: gravel / mtb

Punto di partenza: Pitigliano

Durata dell'itinerario: 1 giorno

Difficoltà: impegnativo

Distanza: 43 km

Dislivello in salita: 640 m

Fondo pavimentato: 85%

Fondo sterrato: 15%

Consigliato per e-bike



Ci sono luoghi ricchi di incredibili testimonianze del passato, è il caso di Pitigliano e Sorano. Il tufo è l'elemento che caratterizza questa area di confine tra Toscana e Lazio.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Pitigliano Sorano e Sovana sono due borghi arroccati su speroni di roccia tufacea che si innalzano su forre selvagge, scavate dall'acqua di torrenti millenari. Sono luoghi che narrano di civiltà arcaiche e di nobili famiglie comitali, dagli Aldobrandeschi agli Orsini, dai Medici ai Lorena. La roccia di tufo è l'elemento che caratterizza quest'area della maremma grossetana, terra di confine tra Toscana e Lazio. Attraversando la bella porta bugnata sormontata dallo stemma di "Gianfrancesco Orsino Conte di Pitigliano A.D. 1545", usciamo dal Centro Storico di Pitigliano lasciandoci alle spalle uno dei borghi più belli e contesi d'Italia, come testimoniano i numerosi palazzi storici racchiusi nell'antica cittadella, tra i quali spicca la Fortezza Orsini.

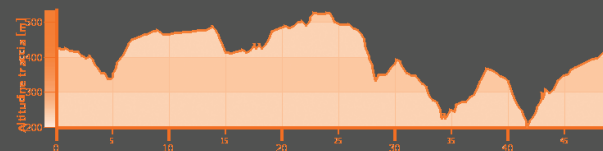
Seguendo la SR 74 in direzione sud, scendiamo un primo tornante scavato nel tufo. Al secondo tornante usciamo per la tangente, lasciando la 74 per la strada provinciale Pian della Madonna (SP 46) che prosegue, ancora in discesa, attraversando il fiume Lente. Una prima salita, che continua sulla Strada di Valle Morta S. Pietro, riscalda le nostre gambe prima di lasciar scorrere la bici sul pianoro che sovrasta la conca del fiume. In un alternarsi di brevi e a volte ripidi sali scendi, arriviamo sotto l'imponente roccia tufacea che sovrasta le rovine della Rocca Aldobrandesca di Sovana.

La successiva ascesa al borgo è una sorta di "salto" indietro nel tempo. Raggiungiamo Piazza del Pretorio, il Museo archeologico di San Mamiliano e la Chiesa di Santa Maria, che conserva al suo interno il celebre Ciborio di epoca preromanica. Tornati nuovamente in sella, lasciamo le antiche mura di Sovana per raggiungere l'area archeologica "Città del Tufo" con le monumentali sepolture etrusche, tra cui la famosa Tomba Ildebranda. Ci arriviamo compiendo un breve anello, tra la SP 145 di Montebuono e il sentiero R.E.T. 002, che ci permette di percorrere in bicicletta la via cava detta "il Cavone". Successivamente, si risale la SP 22 superando Sovana in direzione Sorano, fino all'incrocio con la SP 46 Pian della Madonna. Poco prima dell'incrocio, ai margini della carreggiata, un curioso masso con le sembianze di una grossa mano di pietra desta la nostra curiosità: "la mano di Orlando". La leggenda narra che Carlo Magno, re dei Franchi, chiese aiuto a Orlando per espugnare la città di Sovana. L'eroe arrivò con il suo cavallo bianco certo di vincere. La città, invece, contro ogni aspettativa riuscì a resistere: a nulla servirono gli attacchi del cavaliere francese che, preso dal dolore della sconfitta si inginocchiò davanti ad un masso e iniziò a pregare con così tanta enfasi da lasciare impressa nel tufo la forma della sua mano. All'incrocio con la SP 46 seguiamo le indicazioni R.E.T. 005 Sovana – Sorano. Ancora sali scendi, questa volta su fondo a ghiaia, si alternano tra pareti di

tufo a strapiombo sui fossi antichi. Ritrovato l'asfalto della SP 22 la seguiamo, ignorando sia l'incrocio con la SP 34 Selvena che il successivo con la SP 98 Casa Rocchi, fino a che la strada non inizia a scendere con decisione portandoci nella profonda valle del Lente. Una serie incredibile di tornanti scavati nel tufo ci conduce nel centro abitato di Sorano dominato dal Masso Leopoldino e dalla possente Fortezza Orsini. I vicoli secolari di Sorano meritano ben più di una sosta, dopo la quale ripartiamo seguendo la strada provinciale San Quirico (SP 12). Una volta abbandonata la SP 12, suggestive stradine a fondo sterrato solcano la campagna tra pascoli e antichi poderi dalle mura di pietra lavica, ne seguiamo le tracce fino ad incrociare la SP 4 Pitigliano – S. Fiora nelle vicinanze della Pieve di Santa Maria dell'Aquila. La chiesa, in stile romanico, sorge nei pressi di una sorgente termale oggi immersa nel complesso delle Terme di Sorano. Una volta sull'asfalto, seguiamo in leggera discesa la SP 4 fino a raggiungere Pitigliano.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



FIAB
GROSSETOCICLABILE

DIFFICOLTÀ'



**CICLO
TURISMO**
MAREMA

Semproniano e Saturnia tra terme e leggende

SULLE TRACCE DEGLI ETRUSCHI

Attività: gravel / mtb

Punto di partenza: Semproniano

Durata dell'itinerario: 1 giorno

Difficoltà: impegnativo

Distanza: 30 km

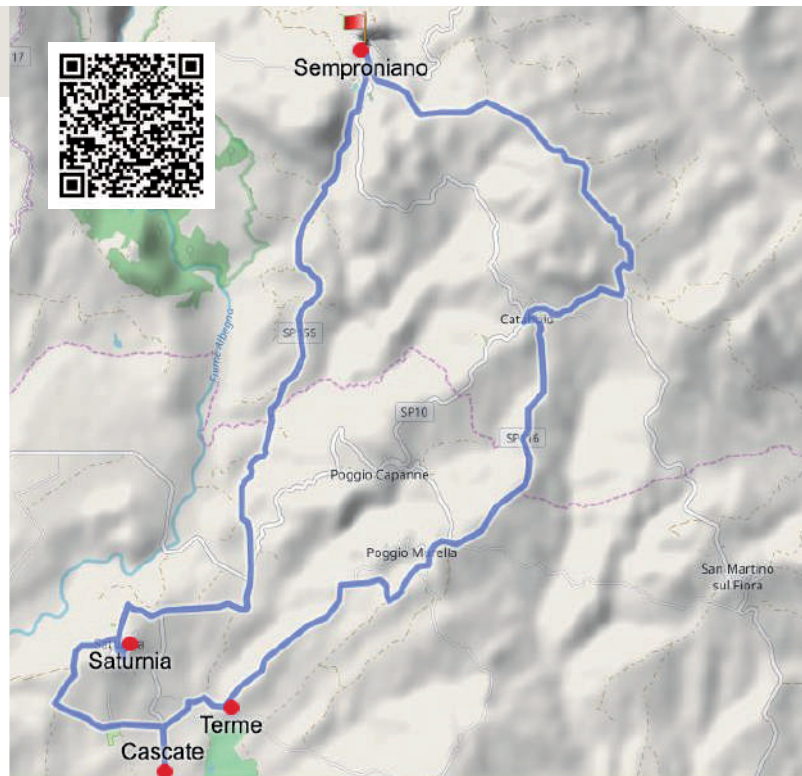
Dislivello in salita: 830 m

Fondo pavimentato: 84%

Fondo sterrato: 16%

Consigliato per e-bike

Un altro anello cicloturistico d'indescrivibile bellezza, dal punto di vista naturalistico, che si snoda tra le valli dei fiumi Albegna e Fiora sulle tracce di antiche vie romane e medievali. Lungo il percorso s'incrociano pievi, castelli, borghi antichi e sorgenti d'acqua termale che affondano le loro origini in leggende millenarie. Da Semproniano, borgo medievale edificato prima dell'anno mille, dove ancora svetta la maestosa Rocca Aldobrandesca, si raggiunge il borgo di Saturnia, dalle antiche mura e la leggendaria porta romana che si apre sulla Via Clodia, per poi godersi il meritato ristoro nelle mitiche acque termali nate da un fulmine di Zeus, e trasferite nel luogo dove si trovano adesso dal prode paladino Orlando "a sanare i cristiani dalla rogna". Si risale a Catabbio passando da Poggio Murella, per scollinare infine nei pressi dell'antico borgo di Casa Scalabrelli. Panorami immensi, che si aprono sull'alta valle del Fiora, il Monte Amiata e la Riserva Naturale del Monte Penna, ci accompagneranno fino al punto di arrivo di Semproniano.



Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Ci lasciamo alle spalle Semproniano seguendo le indicazioni stradali Manciano – Scansano, poste all'incrocio che troviamo all'uscita del paese. Duecento metri dopo, nella biforcazione, si tiene la destra immettendosi in discesa sulla SP 155 di Fibbonello. Appena fuori il paese troviamo la Chiesa della Madonna delle Grazie, risalente al XVI secolo. Il nostro itinerario prosegue sulla destra della chiesa, subito dopo la strada inizia a serpeggiare tra gli olivi con una pendenza che va aumentando fino a raggiungere, in alcuni tratti, il 14%. Ben presto si apre anche il panorama, che ora ci offre una superba vista su Saturnia e la valle dell'Albegna. All'orizzonte, in alto davanti a noi, la sagoma inconfondibile della torre di Manciano "la spia della maremma".

Si prosegue, pedalando in aperta campagna, fino al km 7,100 per poi immettersi nella SP 10 Follonata, che seguiremo fino al km 8,700 dove si gira a destra in direzione Saturnia. Raggiunta la piazza principale dell'abitato possiamo lasciare la bici, percorrendo due passi per goderci le ricchezze storiche (e culinarie) che il piccolo borgo racchiude. La superba Porta Romana, reca ancora il basolato romano della Via Clodia, e proprio sotto l'arco delle antiche mura non possiamo non vedere, in una delle pietre del selciato, una strana forma; la leggenda narra che sia l'impronta di uno zoccolo del cavallo del paladino Orlando, che giunse a Saturnia al seguito di Carlo Magno. Il giro turistico continua, anche una volta risaliti in bicicletta, la traccia gira attorno alle antiche mura, ed esce dal centro storico puntando in direzione ovest. Proprio sotto il paese troviamo le vestigia delle antiche fonti di epoca romana. Il fondo è diventato adesso sterrato e poco dopo (km 11,8) si tiene la sinistra su una deviazione che, a destra, ci porterebbe sul tracciato della R.E.T. via Clodia. La nostra meta sono le Terme, che raggiungiamo, al km 14 del nostro itinerario, aggirando il colle su cui sorge Saturnia. Inutile dire che una volta giunti allo stabilimento (o in alternativa alle

cascatelle del Mulino) ed esserci rilassati nel caldo abbraccio delle acque termali, la ripartenza sarà dura e rimandata più volte.

Se abbiamo una bici a pedalata assistita, è adesso il momento buono per approfittare dell'agevolazione offertaci dal motore elettronico. La nostra nuova meta è Catabbio, e per raggiungerla dovremo superare il tratto più impegnativo del percorso che, su fondo cementato e a tratti sterrato, risale decisamente verso Poggio Murella. (3,6 km pendenza media 8,2% massima 15%). Per il tratto Terme di Saturnia – Poggio Murella, segnaliamo la possibile alternativa rappresentata dalla SP 10 Follonata, che va percorsa in direzione Monte Amiata per 7,5 km fino in località Poggio Capanne. Si lascia poi la SP 10, girando a destra sulla SP 116, incrociando nuovamente la traccia dell'itinerario dopo 2 km, nei pressi di Poggio Murella.

Raggiunto Catabbio (km 23,3) si segue la SP di Sovana per circa un km per poi girare a sinistra su una strada secondaria, seguendo le indicazioni Catabbiaccio – Scalabrelli. Noto il punto panoramico con panchine posto nelle vicinanze dell'incrocio. Raggiunto il piccolo centro di case sparse Scarabrelli (km 25,2), il panorama muta ancora. Stiamo pedalando al di sotto del crinale spartiacque tra i fiumi Albegna e Fiora, la vista sulla nostra destra si apre sulla sottostante valle del Fiora. Al di là della valle, la Riserva Naturale del Monte Penna, le vestigia della Rocca Silvana, antico possedimento dell'Abbazia di San Salvatore al Monte Amiata costruita nel corso del IX secolo presso Selvena, il Convento della Santissima Trinità nella Selva di Monte Calvo, risalente al XI secolo conserva una pala di terracotta robbiana e una teca con il teschio di un "serpente" o di un drago, come narra una nota leggenda del luogo. Il panorama ci distrae dalla strada, che sale fino al km 27,8, per poi discendere gradualmente, negli ultimi 2 km, quasi a planare come in un volo di uccello, regalandoci il piacere di atterrare dolcemente alle porte di Semproniano.

LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ



Attività: gravel
Punto di partenza: Grosseto
Durata dell'itinerario: 1 giorno
Difficoltà: medio
Distanza: 53 km

Dislivello in salita: 150 m
Fondo pavimentato: 88%
Fondo sterrato: 12%

Da Grosseto a Castiglione della Pescaia, tra la Ciclopista Tirrenica e la Riserva Naturale della Diaccia Botrona, una delle zone umide più suggestive del litorale tirrenico.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

La grande bonifica idraulica e sanitaria della Maremma, che sottrasse alla palude migliaia di ettari trasformandoli in terreno fertile e produttivo, fu avviata dagli Asburgo-Lorena nel Settecento, proseguita per tutto l'Ottocento e definitivamente conclusa a metà del Novecento. Questo itinerario realizza un anello che congiunge Grosseto a Castiglione della Pescaia percorrendo parte delle strade poderali che si addentrano nella pianura bonificata, richiudendosi attraverso un lungo tratto della Ciclopista Tirrenica.

Dal Velodromo Guido Montanelli presso il Parco Sandro Pertini a Grosseto, raggiungiamo la pista Ciclopedonale Grosseto-Marina, in via Arcidosso, utilizzando l'uscita che immette su via Cimabue. Sufficientemente larga e



pavimentata per poter accogliere ciclisti, pedoni e pattinatori, la pista ciclabile corre parallela alla strada provinciale Collacchie (SP 158). Seguiamo la ciclabile fino a intersecare la Strada Comunale delle Strillaie; successivamente, continuiamo sul reticolo formato dalle strade poderali della bonifica, in larga parte asfaltate, fino ad incrociare la strada provinciale del Pollino (SP 80) in località Casotto dei Pescatori (Bar, Ristorante, chiesa). Attraversata con attenzione la SP 80, entriamo nella vasta zona agricola di Squadre Basse. Ci troviamo, adesso, al centro della grande area bonificata per colmata dalle piene del fiume Ombrone, che giungevano fino a qui grazie ad un canale Diversivo di cui ancora si intravedono tratti degli argini. Proseguiamo sulla strada vicinale Squadre: un lungo rettilineo che sembra perdersi all'orizzonte nell'immensa pianura assoluta. Alla nostra destra, i monti boscosi di Tirli degradano verso il mare, dove si scorge il borgo di Castiglione della Pescaia. Continuiamo fino ad assistere ad un singolare cambiamento del percorso: il fondo cambia e da asfaltato diventa sterrato; cambia anche il nome della via, che diventa strada del Padule Aperto. Ci troviamo al centro dell'area che etruschi e romani chiamavano lago Prile. Il Granduca di Toscana Pietro Leopoldo di Lorena affidò le opere di bonifica della Maremma al gesuita, astronomo e ingegnere Leonardo Ximenes (1716-86). A partire dal 1815 si unirono ai lavori gli ingegneri Vittorio Fossombroni e Alessandro Manetti, che continuarono la bonifica utilizzando i fanghi trasportati in sospensione dai fiumi Ombrone e Bruna per innalzare il terreno e colmare la palude. Le vestigia dell'Abbazia di San Pancrazio al fango, eretta in epoca altomedievale sulla sommità di un'isoletta dell'antico lago, ci avvisano che stiamo per arrivare ad un altro punto cruciale del nostro itinerario: il fiume Bruna in località Ponti di Badia, dove incroceremo la SP 3 Padule. Puntando verso l'interno, attraversiamo la SP 3 seguendo la provinciale delle Strette (SP 23) nei successivi mille metri, fino ad incrociare il sentiero N° 119 Montoto, della rete

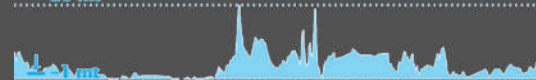
escursionistica Sentieri Castiglionesi. Le poche centinaia di metri di facile pista sterrata ci consentiranno di guadagnare nuovamente quota regalandoci una vista panoramica che abbraccia la costa e la riserva naturale. Ancora pochi chilometri di comoda e scorrevole strada comunale asfaltata ci condurrà a Castiglione della Pescaia. Alla ripartenza, in direzione sud, percorriamo un ombreggiato e lungo tratto di Ciclopista Tirrenica che corre tra la pineta granducale e la SP 158 fino al Canale Leopoldo. Poche decine di metri e si gira a destra su via delle Colonie seguendo le indicazioni per Marina di Grosseto, che attraversiamo pedalando sulla passeggiata lungomare che termina presso l'area del porto turistico. Prima di ritrovare la pista ciclabile che ritorna a Grosseto, immancabile una sosta presso l'antico forte di San Rocco, il complesso fortificato fatto costruire dai Lorena nella seconda metà del Settecento nel luogo in cui sorgeva una preesistente struttura con funzioni di avvistamento.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it

Lunghezza itinerario: 53.1 KM

26 mt



FIAB
 GROSSETOCICLABILE

DIFFICOLTÀ



CICLO
 TURISMO
 MAREMMA

Il Parco della Maremma in bicicletta

LA BONIFICA, LE COLLINE E I PARCHI DELLA MAREMMA

Attività: gravel / mtb

Punto di partenza: Alberese

Durata dell'itinerario: 1 giorno

Difficoltà: facile

Distanza: 25 km

Dislivello in salita: 175 m

Fondo pavimentato: 68%

Fondo sterrato: 32%



Affacci sul mare, spiagge e profumi della natura: il Parco della Maremma in bicicletta è un'esperienza che risveglia il piacere di sentirsi in un paradiso ritrovato.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

L'itinerario inizia dal Centro Visite di Alberese da dove, una volta acquistato il biglietto d'ingresso, partiamo alla scoperta del Parco della Maremma percorrendo il primo tratto della pista ciclabile che conduce a Marina di Alberese. Percorsi poche centinaia di metri si lascia la ciclabile per svoltare sulla Strada degli Ulivi, che percorriamo fino al cancello di Vergheria, porta d'ingresso all'area recintata del parco. Superato il cancello entriamo nel cuore dell'area protetta. Da ora in poi, incontri "particolari" saranno la normalità: qui la Natura è di casa. Se siamo fortunati non mancheranno gli avvistamenti, anche ravvicinati, degli ungulati residenti nel parco: daini, caprioli e cinghiali possono fare in ogni momento la loro comparsa tra le

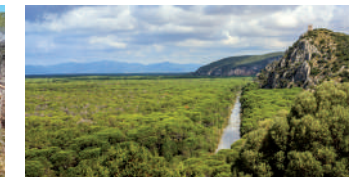
pietraie degli oliveti.

Scorrevole e pavimentata, la strada sale dolcemente addentrandosi tra la macchia mediterranea fino all'area di sosta di Pratini. Proseguendo, la macchia si dirada e l'orizzonte si apre sulla costa, con vista dell'incantevole Cala di Forno. Più avanti, un cancello in legno con un passo d'uomo laterale, ci apre la strada in un oliveto secolare fino ai piedi della cinquecentesca Torre di Collelungo. Proseguendo fino alla retroduna seguendo la segnaletica di percorso, lasciamo le bici alle rastrelliere in legno per incamminarci verso la spiaggia, una delle più suggestive del litorale tirrenico.

Dal retroduna dove abbiamo parcheggiato le biciclette, è possibile risalire un ripido sentiero che conduce alla torre di Collelungo (alla biglietteria comunicare, al momento dell'acquisto, l'intenzione di andare a piedi fino alla torre). Occorrono scarpe adatte, ma la fatica sarà ripagata dallo splendido panorama sulla costa e sulla lussureggiante pineta della Serrata dei Cavalleggeri.

Riprese le bici dopo la sosta panoramica, percorriamo la pista a fondo naturale che si snoda attraverso il tombolo della Pinastrellaia, fino ad uscire dall'area regolamentata nelle vicinanze del Centro Servizi di Marina di Alberese. Qui arrivano i bus navetta che collegano Alberese alla sua Marina, ed ha inizio la pista ciclabile che torna al Centro Visite. Rimandiamo ancora un po' l'appuntamento con la ciclabile, per attraversare la strada ed entrare nel secondo percorso che compone questo itinerario: l'A7-Foce Ombrone. Pedaliamo con il vento in faccia, sull'alzaia del grande argine costruito a difesa della costa, immersi in un paesaggio incontaminato. Nei pressi della foce del fiume incontriamo la grande idrovora di San Paolo, le porte vinciane che regolano il deflusso delle acque salmastre, sostiamo in silenzio all'interno del capanno di avvistamento dell'avifauna. Tornati sulla pista ciclabile in direzione Alberese, non mancheranno altri suggestivi incontri, a tenerci compagnia ci penseranno i cavalli e le vacche

maremmane dell'allevamento di selezione della Tenuta di Alberese, l'azienda agricola dell'ente Terre Regionali Toscane, che ha il suo centro presso l'antico granaio lorenese di Spergolaia. Proprio a Spergolaia, il nostro itinerario si interseca con quello proveniente da Grosseto. La pista ciclabile tra Spergolaia e Alberese accomuna i due itinerari, ed è parte integrante dell'itinerario cicloturistico a lunga percorrenza Ciclopista Tirrenica (Bicitalia 19)2 che corre da Ventimiglia a Roma. Il Parco della Maremma è stato istituito nel 1975 ed è il secondo Parco Regionale in Italia. Nel 1992 è stato insignito del Diploma Europeo, speciale riconoscimento dal punto di vista conservazionistico conferito dal Consiglio d'Europa, che viene rinnovato ogni anno e che riguarda solo altre 6 aree protette italiane. All'interno del Parco esistono altri itinerari da percorrere in bicicletta, soprattutto mountain-bike, per diversi gradi di allenamento e abilità; tutte le informazioni sono sul portale ufficiale dell'Ente Parco Regionale della Maremma.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it

Lunghezza itinerario: 24.5 km



DIFFICOLTÀ

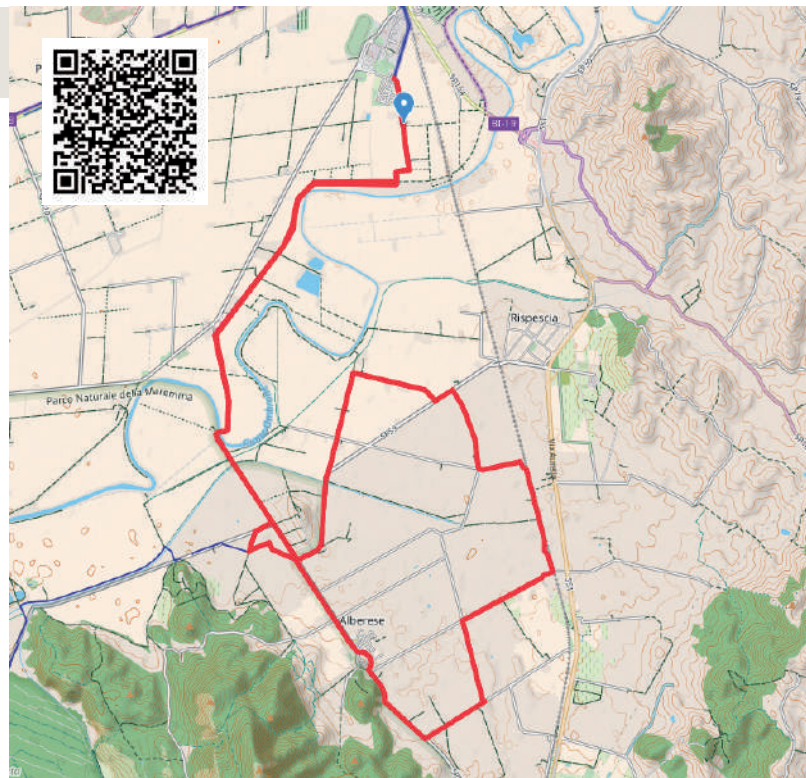


Alberese, il Parco della Maremma e il ponte di Gigi della barca

LA BONIFICA, LE COLLINE E I PARCHI DELLA MAREMMA

Attività: gravel
Punto di partenza: Grosseto
Durata dell'itinerario: 1 giorno
Difficoltà: facile
Distanza: 34 km

Dislivello in salita: 50 m
Fondo pavimentato: 85%
Fondo sterrato: 15%



Da Grosseto ad Alberese in bicicletta, attraversando l'Ombrone sul ponte ciclabile intitolato a Eugenio Luigi Bellucci, lo storico traghettatore soprannominato "Gigi della barca".

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Il ponte ciclopeditonale intitolato a Eugenio Luigi Bellucci, soprannominato "Gigi della barca", consente di attraversare l'Ombrone nello stesso luogo dove correva l'antica via Aurelia. Grazie al ponte, e alla pista ciclopeditonale che corre in sommità d'argine sulla destra orografica del fiume, si raggiungono facilmente in bicicletta Alberese e il Parco Regionale della Maremma. Un percorso ciclopeditonale urbano, collega la stazione ferroviaria al punto di partenza dell'itinerario, che inizia da via Magenta, quartiere San Lorenzo, periferia sud della città. Raggiunta la sommità arginale pedaliamo lasciandoci cullare dalla brezza marina, che sale dalla costa poco distante, per i successivi 4 km. Seguendo i cartelli indicatori arriveremo al ponte

ciclopeditonale. Oltrepassato il fiume, entriamo nell'area del parco in zona Spergolaia, l'antico granaio lorenese della Tenuta di Alberese, gestita dall'Ente Terre Regionali Toscane. Qui potremo avere un primo contatto con la cultura e la tradizione maremmana incontrando i cavalli al pascolo, le vacche dalle grandi corna e, se siamo fortunati, uno dei personaggi che appartiene all'immaginario collettivo della Maremma: il buttero. L'allevamento di animali allo stato brado rende insostituibile, ancora oggi, il lavoro del buttero, un antico mestiere tutelato della Regione Toscana. A Spergolaia, troviamo la bella pista ciclabile che proviene dal Centro Visite di Alberese e conduce, percorrendola in direzione mare, fino alla spiaggia di Marina di Alberese attraverso l'area protetta a traffico regimentato del Parco (ingresso gratuito per le biciclette). Percorrendo la ciclabile in direzione opposta arriveremo in Piazza del Combattente, la piazza principale di Alberese. Il borgo rurale si sviluppa attorno al grande edificio della Fattoria Granducale. La fattoria è stata possesso degli Asburgo – Lorena fino alla Prima guerra mondiale, allorché il governo italiano espropriò l'Alberese e, nel 1923 assegnò l'azienda all'Opera Nazionale Combattenti. L'azione congiunta dell'Opera e del Genio Civile nella bonifica del territorio consentì un forte incremento demografico e, con l'immigrazione di famiglie venete e friulane, venne a formarsi l'odierno centro abitato. Poco più di un km dall'abitato, si stacca sulla nostra sinistra la Strada di Valle Giardino costeggiata da grandi pini marittimi che ci ripareranno, a seconda della stagione, dal vento o dalla calura estiva. Si pedala fino ad arrivare ad un sottopasso ferroviario. È la linea ferroviaria tirrenica che ci lasceremo sulla destra, girando a sinistra sulla Strada del Barbicato. In posizione leggermente rialzata rispetto alla piana di Alberese, netta è la percezione dei grandi spazi agricoli, che il lavoro paziente degli operai hanno reso fertili e produttivi per le più diverse coltivazioni ortofrutticole e cerealicole. Un breve tratto sulla Strada Provinciale in direzione Alberese anticipa l'immissione su Strada della Dogana.

Il toponimo ci riporta ai secoli della transumanza quando, a settembre di ogni anno arrivavano in questi luoghi migliaia di capi di bestiame, provenienti dai pascoli dell'appennino, guidati dai pastori romagnoli e casentinesi. La Maremma era ancora amara e qualcuno di quegli uomini forse, non avrebbe intrapreso, a maggio dell'anno dopo, la strada del ritorno. Le ruote della nostra bicicletta corrono veloci su via della Dogana, che dopo circa 3 km sfocia nuovamente sulla strada provinciale. La percorreremo per un breve tratto, con attenzione per il possibile traffico presente, ritrovando la vecchia Aurelia nei pressi di Spergolaia. Tra poco saremo nuovamente in vista del ponte e della ciclabile che ci riporterà in città. Lasciandoci alle spalle Alberese, con le sue storie di butteri e migranti, avremo la certezza di aver vissuto uno spaccato di vita della Maremma, quella autentica, che rimarrà nel nostro cuore.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it

Lunghezza itinerario: 33.2 km

27 m



DIFFICOLTÀ



Attività: strada / gravel**Punto di partenza:** Istia d'Ombrone**Durata dell'itinerario:** 1 giorno**Difficoltà:** medio**Distanza:** 43 km**Dislivello in salita:** 615 m**Fondo pavimentato:** 100%**Fondo sterrato:** 0%

Itinerario ad anello che da Istia d'Ombrone attraversa il fiume e si inoltra nell'entroterra attraversando i territori facenti parte dei comuni di Scansano e di Magliano in Toscana, zone di produzione del Morellino, il pregiato vino D.O.C.G. Strade asfaltate e silenziose si susseguono in continui sali scendi tra l'azzurro del cielo e il verde delle colline coltivate a vite. Ampi orizzonti si aprono sulla costa della Maremma nei pressi di Montiano. Le dolci salite, mai troppo impegnative, rendono questo percorso adatto anche a chi è alle prime esperienze in bici. L'itinerario è ideale per bici da corsa o bike a pedalata assistita, ma è percorribile con qualsiasi tipo di bici.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

L'itinerario inizia da Istia d'Ombrone, insediamento fortificato che si erge su un colle sopra la riva destra del fiume Ombrone e che fu feudo degli Aldobrandeschi. Le mura del IX secolo – conservate in parte – servivano a proteggere il borgo da attacchi esterni: l'importanza strategica data dalla

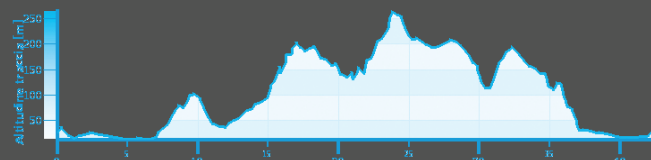
posizione sul fiume faceva gola a molti. I principali punti d'interesse di questo antico borgo sono la Porta Principale (Porta Grossetana), la chiesa romanica di San Salvatore, all'interno della quale sono conservate alcune interessanti opere del XV secolo, e la Portaccia. Il km 0 di questo itinerario si trova all'incrocio che dalla SP 159 Scansanese porta a Istia d'Ombrone, nei pressi di un piccolo impianto sportivo polivalente (i Campini). Attraversato il fiume si gira subito a destra sulla SP30 Sante Mariae, strada che corre parallela all'Ombrone, la si segue fino al km 5,800 e poi si gira prima a sinistra sulla SP 79 di Poggio la Mozza e poi, oltrepassata una fontanella con acqua proveniente direttamente dalle sorgenti del Monte Amiata, a destra sulla strada comunale Grillese 1 (km 6,50). Superata una prima salita di circa 3 km, con pendenza tra il 3 e 5%, si scollina al km 9,68 proseguendo in veloce discesa fino a incrociare la SP 16 Montiano (km 11,2): sono iniziati i primi di una lunga serie di piacevoli sali scendi incorniciati da splendidi vigneti. Si torna a pedalare in leggera salita sulla provinciale, il traffico non è preoccupante per numero, ma le auto vanno veloci, si raccomanda prudenza soprattutto sulle curve coperte della successiva salita, dove – giocoforza – si procederà molto lentamente. Dal km 14,5 al km 16,8 le pendenze infatti aumentano e sulla famosa “salita dell'Apparita” si passa dal 5 al 9%. Superata l'Apparita si procede in falso piano verso Montiano. La traccia a questo punto piega a sinistra in direzione Scansano (km 19) sulla SP 3 dell'Aione.

Trovate un po' di tempo per una puntatina al centro storico di Montiano: il borgo, anch'esso feudo aldobrandesco, risale alla fine del XIII secolo. Oltre al panorama mozzafiato, che permette all'occhio di estendersi fino alla laguna di Orbetello e all'Isola del Giglio, segnaliamo la Torre dell'Orologio, centro del potere degli Aldobrandeschi. Tornati sulla traccia, al bivio del km 19 si procede sulla SP 9 per

5 km, dove ritroviamo la SP 79 di Poggio la Mozza nei pressi del Podere Corso. La traccia GPS lascia poi la SP 9 per la SP 79. Prima di proseguire vale la pena voltarsi verso l'orizzonte per ammirare le profumate colline coltivate a vite, che al tramonto si tingono d'oro. La SP79 continua in un incessante saliscendi fino a transitare, al km 33, da Maiano Lavacchio. La località è tristemente legata alla nostra storia contemporanea: il 22 marzo del 1944, nei locali di una scuola di campagna, 11 giovani di Istia d'Ombrone vennero uccisi dai fascisti per essersi resi renitenti alla leva. Prima di essere fucilato, uno dei ragazzi scrisse su una lavagnetta (custodita nelle sale del Comune di Grosseto) l'ultimo saluto alla madre. Il 24 giugno 2016 l'Istituto Storico Grossetano della Resistenza (ISGREC), in collaborazione con FIAB Grosseto Ciclabile, ha inaugurato “Il Sentiero della Memoria dei Martiri d'Istia”, che segue la strada che il parroco e i compaesani percorsero per riportare a casa le salme dei ragazzi. Nel nostro itinerario Maiano Lavacchio rappresenta l'ultima delle salite. Da ora in avanti si inizia a scendere sulla SP 79 fino al km 34, 500 per poi continuare, sempre in discesa (anche ripida), nella strada comunale di Piagge del Maiano. Al km 37 si gira a sinistra seguendo il corso del torrente Maiano che scorre alla nostra destra. Al Km 41 ritroviamo la SP 159 Scansanese e, dopo poco più di 1 km, attraversiamo di nuovo l'Ombrone per a Istia.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ



Attività: strada / gravel

Punto di partenza: Scansano

Durata dell'itinerario: 1 giorno

Difficoltà: impegnativo

Distanza: 40 km

Dislivello in salita: 670 m

Fondo pavimentato: 100%

Fondo sterrato: 0%

Un anello cicloturistico nelle terre del Morellino, tra Scansano e Magliano in Toscana, da percorrere con lentezza alla ricerca di gusti e paesaggi autentici.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Partiamo da piazza Garibaldi a Scansano; una volta superato il breve tratto in salita – che scollina nei pressi della Cantina Cooperativa Vignaioli del Morellino di Scansano – percorriamo la lunga discesa che attraversa la SP 159 e continua sulla SP 9 Aione. Tra distese di vigne, scendiamo di quota oltrepassando loc. Mandorlaie per poi puntare su Magliano dalla strada consortile Capitana. Tra Magliano in Toscana e Scansano, le ruote delle nostre biciclette avanzano su una lunga salita pedalabile, assorbite in un paesaggio dominato da olivi e vigneti: ci addentriamo, pedalata dopo pedalata, nella terra di un grande vino, il Morellino di Scansano.

Le direttrici principali che si incontrano a Scansano sono due: la SP 159



“Scansanese”, che da Grosseto congiunge la costa con l'entroterra, e la SP 160 “Amiatina” (ex SS 323) che dalla Costa d'Argento s'inerpica sulle colline per poi proseguire sempre più all'interno fino a raggiungere la Val d'Orcia, congiungendo le antiche consolari Aurelia e Cassia da Orbetello a Castiglione d'Orcia. Strada strategica “l'Amiatina”, tanto che già nel 1300 la Repubblica di Siena l'aveva dotata di due importanti avamposti militari appollaiati su altrettanti speroni rocciosi: Pereta, con la sua torre di 29 metri che dal centro del borgo guarda verso il mare, e Castiglione d'Orcia – spostata un centinaio di chilometri verso l'interno – con l'imponente Rocca del Tentennano posta a guardia della traversa Amiatina alla sua confluenza con la Via Cassia e la Via Francigena. La strada provinciale Aione (SP 9) e la strada consorziale della Capitana, affascinante e antica dogana che sembra srotolarsi sotto le nostre ruote, chiudono il poligono disegnato sul terreno da questo itinerario.

Strade che affondano le origini nel passato e toponimi evocativi come “Impostino”, “Fontana Lucchese” e financo “Poggio Bestiale”, riportano alla memoria carovane di uomini e donne che giungevano qui ogni autunno dalle più diverse montagne toscane, al seguito di greggi e armenti transumanti. Strade, che oggi attraversano paesaggi diventati la culla degli intensi “Ori di Maremma”: il verde dell'olio EVO e il rosso del Morellino di Scansano, regalandoci orizzonti che spaziano sulla costa tirrenica tra il Monte Argentario e le isole dell'Arcipelago toscano. Terreno affascinante la Maremma del sud, attraversato da strade a ridotto traffico veicolare ideali per il cicloturismo; strade in cui si alternano tratti veloci, dove lasciare correre le ruote, e tratti impegnativi, dove è importante gestire al meglio lo sforzo fisico per non arrivare esausti al successivo scollinamento. Il dislivello complessivo conta 670 m, con il punto più alto che si raggiunge a Scansano ai 557 m slm.

Da non perdere:

Senz'altro la visita ai borghi di Pereta, Magliano in Toscana e Scansano. Luoghi dove è facile lasciarsi sedurre dalle botteghe che offrono assaggi e degustazioni dalle loro insegne affacciate sui vicoli antichi. A Scansano, imperdibile una passeggiata nel “dentro”, la parte vecchia del paese, e la visita al Museo archeologico della Vite e del Vino. A Magliano, impensabile lasciare il borgo senza aver fatto il cammino di ronda delle mura medievali e ammirato il paesaggio dei colli sovrastanti dalla Porta San Martino. Poco distante da Magliano, da non perdere una visita alle rovine della misteriosa Abbazia di San Bruzio, l'edificio fu costruito dai monaci camaldolesi nell'anno Mille, ne rimane solo l'abside che esce dalle pareti del transetto orientale, alcuni archi da cui si sviluppa una imponente cupola ottagonale, e bellissimi capitelli ricchi di simbologia.



Lunghezza itinerario: 39,4 km

556 mt

73 mt

LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ



Attività: strada / City bike

Punto di partenza: Grosseto

Punto di arrivo: Principina Mare

Durata dell'itinerario: 1 giorno

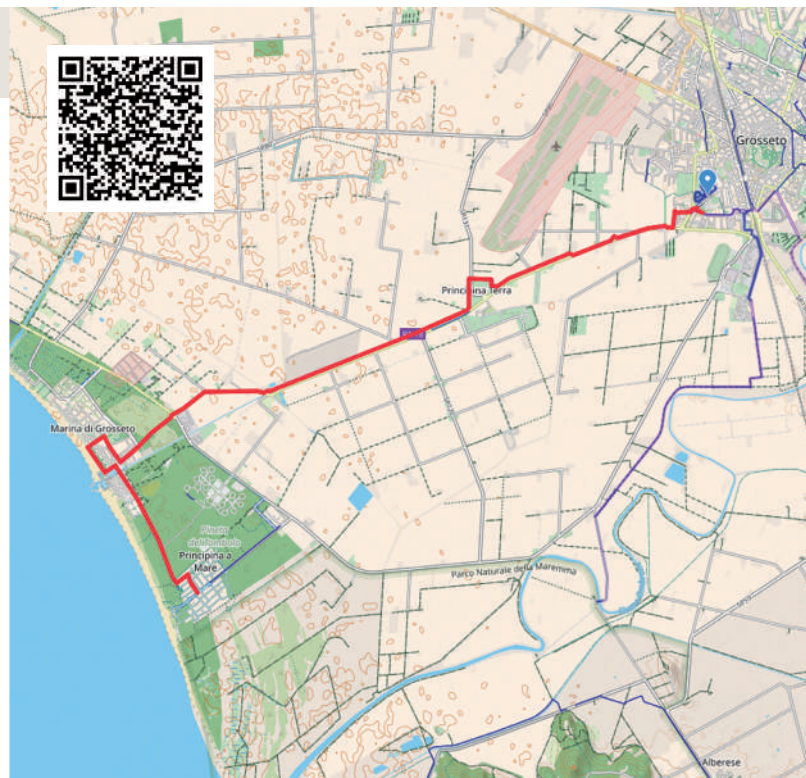
Difficoltà: molto facile

Distanza: 15 km

Dislivello in salita: 70 m

Fondo pavimentato: 100%

Fondo sterrato: 0%



Un itinerario cicloturistico, in larga parte su pista ciclabile protetta, che da Grosseto raggiunge il litorale e le spiagge di Marina e Principina Mare.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Le spiagge estese, l'acqua trasparente, i tramonti eccezionali su un orizzonte in cui si stagliano le maggiori isole dell'arcipelago toscano fanno di Marina di Grosseto e di Principina Mare due dei più gettonati centri balneari della costa maremmana. Premiato con il riconoscimento Bandiera Blu della FEEE, il litorale grossetano offre vari spunti storici e naturalistici, che scopriremo pedalando lungo questo itinerario.

L'itinerario parte dal Parco Sandro Pertini, nel quartiere Gorarella di Grosseto. In via Arcidosso si trova l'inizio della pista ciclo pedonale che ci condurrà fino a Marina di Grosseto in poco meno di 10 km. Nel percorrerla si raccomanda di prestare particolare attenzione all'intersezione a raso con

la strada provinciale del Poggiale (SP 131), a circa cinque km da Grosseto. Oltrepassata la rotatoria all'incrocio con la strada provinciale Collacchie (SP 158), proseguiamo fino alla porte di Marina, su una bella pista ciclabile che si snoda sinuosa all'ombra del grande ombrello offerto dai pini marittimi. Da qui l'itinerario prosegue su viabilità ordinaria nel centro abitato della frazione, per poi percorrere un tratto della passeggiata sul lungomare Leopoldo II di Lorena. Siamo nei pressi del porto turistico e già dalla passeggiata si può apprezzare l'ampiezza della spiaggia che ci separa del mare.

Una sosta rilassante in uno dei numerosi stabilimenti balneari anticipa la ripartenza verso Principina Mare e, risalendo via Grossetana entriamo su Via del Tombolo e imbocchiamo il ponte sull'Emissario San Rocco.

Nei pressi del ponte, sulla sponda destra del canale troviamo il Forte di San Rocco. Il complesso fortificato venne fatto costruire dai Lorena nella seconda metà del Settecento, nel luogo in cui già sorgeva una struttura con funzioni di avvistamento. La fortezza svolse un ruolo importante nel controllo della costa e divenne, allo stesso tempo, una base logistica per le opere di bonifica idraulica dirette dall'ing. Leonardo Ximenes.

Percorriamo Via del Tombolo fino al termine, fino a trovare il percorso ciclo pedonale che congiunge Marina con Principina attraverso la pineta granducale. La pavimentazione in cubetti di cemento rende scorrevole l'avanzamento. Seguendo la pista e le indicazioni del tracciato arriviamo direttamente su Viale Tirreno, il viale principale di Principina Mare. Una doppia bike-line ai lati del viale, e l'estensione della zona con limite 30 km/h in tutto il centro abitato, rendono agevole e sicura la percorrenza del viale anche nei mesi estivi. Il percorso ciclabile si estende fino all'incrocio con la SP 40 della Trappola.



Lunghezza itinerario: 15.7 KM



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



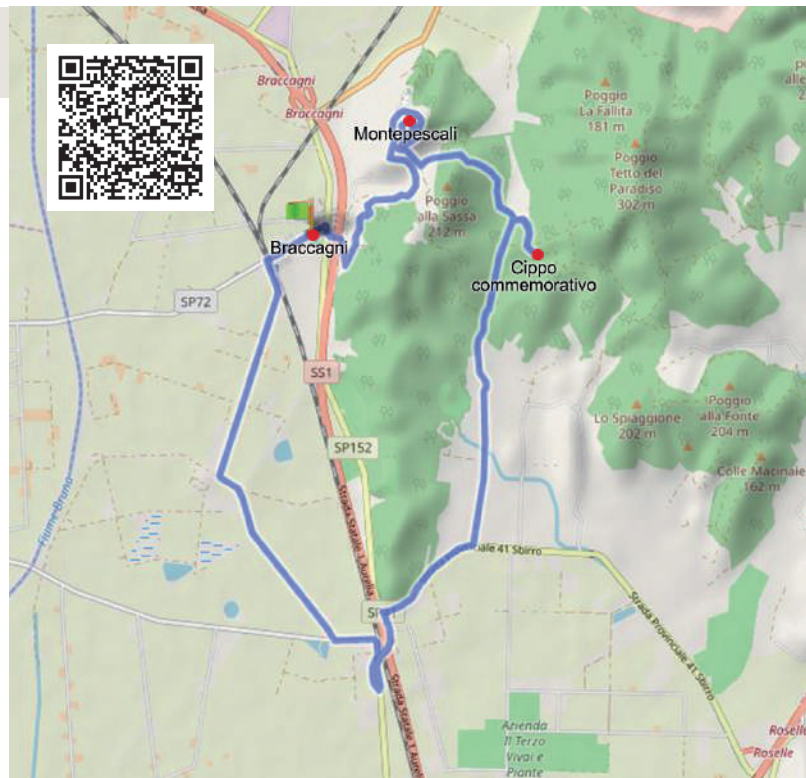
DIFFICOLTÀ



Attività: mtb
Punto di partenza: Grosseto
Durata dell'itinerario: 1 giorno
Difficoltà: medio
Distanza: 20 km

Dislivello in salita: 250 m
Fondo pavimentato: 73%
Fondo sterrato: 27%

La mattina del 16 giugno 1821, in Montepescali, una banda di briganti faceva strage della famiglia Tacchia. Alla ricostruzione dei fatti, ed al processo che ne seguì, lo storico maremmano Giotto Minucci dedicò il libro "L'ultima ghigliottina di Maremma", pubblicato nel 1986 da Lucio Pugliese Editore, ed oggi reperibile presso la Biblioteca Chelliana di Grosseto. L'itinerario che proponiamo in questa scheda ripercorre, in bicicletta, le strade che nel corso del XIX secolo furono teatro delle scorribande della Banda dei Barbieri, i briganti che perpetuarono il delitto ai danni della famiglia Tacchia, e che imperversarono nell'antica e amara maremma dei Granduca di Toscana. Il percorso è stato realizzato da FIAB Grosseto nell'ambito di "Montepescali in Giallo", Festival della letteratura noir e poliziesca organizzato dalla Biblioteca Chelliana il 25 e 26 agosto 2018.



Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

L'itinerario si sviluppa per circa 18 km, con partenza e arrivo dalla chiesa di Braccagni in via dei Garibaldini (ampio parcheggio a disposizione). È proprio a Braccagni, antica fattoria e stazione di posta sulla via Aurelia, che la banda dei Barbieri avevano istituito il proprio rifugio, presso l'osteria di Tondi Carlo. Superato il passaggio a livello della ferrovia, si gira immediatamente a sinistra immettendosi sull'ombreggiata Strada delle Gerlette. Al km 5 si incrocia la SP 102 del Polesine, si supera il cavalcavia della nuova Aurelia per girare a destra sulla SP 41 dello Sbirro e, al km 7,200 si lascia la provinciale per la strada comunale di Poggio Pelato. Dopo circa un chilometro il fondo diventa sterrato e la traccia si inoltra nella macchia mediterranea, andando a ricongiungersi con l'antica strada medievale che collegava Montepescali e Batignano. Giunti nei pressi di un ampio quadrivio, (km 10,700) riconoscibile anche per la presenza di un grande capanno di caccia, si gira a destra proseguendo sull'antica dogana per altri cinquecento metri. Dietro una curva, ai bordi dell'antico sentiero, dopo circa 11 km dalla partenza, troveremo sulla nostra sinistra il cippo con tre croci posto nel 1979 da Giotto Minucci, l'autore del libro "L'ultima ghigliottina di Maremma", a ricordo dell'efferato delitto compiuto dai briganti della banda dei Barbieri ai danni della famiglia Tacchia. La sosta presso il cippo commemorativo ci permetterà di riprendere fiato, e allo stesso tempo godere della natura incontaminata in cui ci troviamo immersi. L'antico sentiero svanisce davanti a noi, seguirlo oggi fino a Batignano, il borgo medievale che si trova all'altro estremo, sarebbe cosa ardua, poiché la macchia mediterranea se ne è ripresa possesso e dell'antica traccia rimangono solo poche pietre, smosse dal tempo e consumate dalla pioggia. La strada per Montepescali è invece percorribile, ed è proprio il borgo, con la bella Piazza Castello e la torre dell'orologio, la meta del nostro itinerario.

Ritornati al quadrivio da dove siamo venuti, si piega a destra seguendo la vecchia dogana, che presto s'impenna risalendo l'erta che porta in paese. Qui, dove anche muli e cavalli iniziavano a sbuffare, le nostre ruote perderanno aderenza per via del fondo acciottolato e solo una buona dose di pazienza, unitamente ad un po' di tecnica, ci permetteranno di salire pedalando. Il tratto impegnativo è comunque breve, anche se la salita continuerà fino al paese, con un ultimo strappo sotto le mura in prossimità dei vecchi lavatoi. La successiva sosta e la visita del borgo medievale, ci ripagheranno ampiamente della fatica appena affrontata. Il superbo panorama sulla maremma che ci offre Montepescali dalle sue antiche terrazze, rimarrà impresso nei nostri ricordi. Il nostro giro si chiude in bellezza percorrendo la sinuosa discesa della strada provinciale che da Montepescali riporta a Braccagni superando, in un agile sottopasso, la nuova statale Aurelia a quattro corsie prima di entrare in paese.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



FIAB
 GROSSETOCICLABILE

DIFFICOLTÀ



CICLO
 TURISMO

 MAREMMA

In bicicletta tra Campagnatico e la bassa valle dell'Ombrone

MAREMMA TRA BORGHİ, OASI E CASTELLI

Attività: gravel
Punto di partenza: Campagnatico
Durata dell'itinerario: 1 giorno
Difficoltà: impegnativo
Distanza: 45 km

Dislivello in salita: 650 m
Fondo pavimentato: 90%
Fondo sterrato: 10%
Consigliato per e-bike



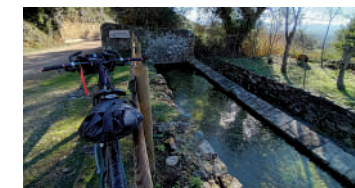
Campagnatico e i borghi medievali della bassa valle dell'Ombrone in bicicletta. Un itinerario che unisce storia tradizioni e paesaggio, trovando il senso della Toscana autentica.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Edificato dalla nobile famiglia degli Aldobrandeschi intorno all'anno Mille, Campagnatico sorge a strapiombo sulla valle del fiume Ombrone. Resti di epoca romana ne testimoniano l'antichità e Dante lo rese celebre nella Divina Commedia narrando la storia degli Aldobrandeschi. Inizia dalla bella piazzetta di Campagnatico questo itinerario in bicicletta che ci porta a scoprire luoghi e paesaggi delle Maremma grossetana. Il fondo asfaltato ed una altimetria variabile e nervosa, costellata di brevi ma impegnativi saliscendi, rende l'itinerario un percorso ideale sia per l'utente sportivo con bici gravel o strada, sia per il cicloturista che sceglie la bike a pedalata assistita per godersi il bello e il buono che questo territorio sa offrire. Partiamo in discesa

da Campagnatico, percorrendo l'omonima strada provinciale (SP 18) fino a raggiungere e superare la E 878 – SS 223. Si pedala in direzione Montorsaio, sul falsopiano della vecchia strada senese, oggi complanare alla E 78. Al successivo svincolo procediamo ancora in direzione Montorsaio - Case Migliorini, ignorando l'indicazione per Grosseto. Superato Casa Migliorini e giunti ad un secondo svincolo con rotatoria, seguiamo l'indicazione Batignano. La strada complanare (SP153) si distanzia dalla grande via di comunicazione e, quasi ritrovando una propria dignità, inizia a serpeggiare risalendo una prima rampa, breve ma intensa, che in circa mille metri supera il colle di Poggio Petriccio con una pendenza che tocca l'11%. Proprio allo scolletto di Poggio Petriccio, si stacca sulla destra la SP 125 che sale a Montorsaio, altro antico borgo fortificato, meta di un altro itinerario dedicato. Proseguendo sulla SP 153, le nostre ruote scendono veloci verso Batignano, meraviglioso borgo medievale che si affaccia sulla pianura grossetana con l'orizzonte che spazia fino al mare. Incantevole per la struttura architettonica e gli stretti vicoli che si rincorrono su piani diversi, Batignano ci riserva una bella vista e un buon ristoro presso i negozietti che si affacciano su Via di Mezzo, l'unica percorribile in bicicletta, che si apre tra le antiche porte Senese e Grossetana. Sempre in leggera discesa attraversiamo la valle di Nomadelfia fino a raggiungere la bella pista ciclopeditone che corre sulla Strada dei Ruderì. Stiamo transitando proprio sotto il colle dove gli etruschi prima e i romani poi, edificarono Roselle. L'imponente area archeologica è una delle visite da non perdere nel corso di un soggiorno in zona Grosseto. Percorrendo la ciclabile arriviamo alla nuova Roselle, dove spicca l'edificio delle antiche terme leopoldine. Nel successivo tratto aggiriamo il colle di Moscona, dove le profonde ferite causate dalle ex cave da cui è stato estratto il materiale da costruzione per la nuova Grosseto sono ancora ben visibili, e ci prepariamo a risalire il corso del fiume Ombrone lambendo un'altra delle città medievali erette nei secoli lungo il

suo corso: Istia d'Ombrone. Piccolissimo borgo medievale, Istia conserva alcune strutture di pregio storico tra le quali spicca la vecchia porta d'accesso esposta a oriente, che i grossetani chiamano "la portaccia". Pedalando in una rete di strade minori e affrontando alcune rampe anche impegnative, raggiungiamo borgo Marrucheti, piccola frazione di Campagnatico composta da quattro case e un bar intorno a una chiesa di campagna. In un continuo saliscendi risaliamo la valle dell'Ombrone percorrendo la strada provinciale delle Conce (SP 44), che seguiamo fin sotto il colle di Campagnatico, compiendo un'ultima deviazione nei pressi dell'incrocio con la SP 18 per entrare nell'antica strada di Fonte Pietri che ancora conserva due splendidi manufatti di altrettante fonti e lavatoi medievali. Il nostro giro sulla valle dell'Ombrone volge al termine, ma ci resta il tempo di godere del fresco delle piazzette di Campagnatico dove paesaggi si aprono di tanto in tanto tra i vicoli millenari come se fossero quadri d'autore.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it

Lunghezza itinerario: 44.6 KM

↑ 246 m

↓ 19 m



DIFFICOLTÀ



Attività: strada / gravel**Punto di partenza:** Paganico**Durata dell'itinerario:** 1 giorno**Difficoltà:** impegnativo**Distanza:** 45 km**Dislivello in salita:** 634 m**Fondo pavimentato:** 100%**Fondo sterrato:** 0%**Consigliato per e-bike**

Borghi, pievi e castelli trecenteschi della media valle dell'Ombrone, in bicicletta tra storia e archeologia risalendo l'antica strada Leopoldina da Paganico a Civitella Marittima.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

A monte di una stretta ansa dell'Ombrone, in posizione strategica per il controllo delle dogane che attraversavano le terre di maremma durante i secoli della transumanza, sorge il borgo fortificato di Paganico. Edificato alla fine del XIII secolo dal Comune di Siena, costituiva un vero e proprio porto franco: da una parte adempiva a funzioni doganali incentivando il libero scambio, dall'altra era attrezzato per la difesa della bassa valle del fiume Ombrone. Il fiume, che scorre poco oltre le antiche mura, è ben visibile dalla passeggiata a cui si accede da Piazza della Vittoria. L'itinerario cicloturistico inizia da questa bella piazza medievale, prosegue su Corso Fagarè, per uscire dalla cinta muraria da Porta Senese. In sella alle nostre biciclette

attraverseremo il torrente Gretano, su una passerella in legno lamellare, entrando in un percorso ciclabile che ci condurrà fino agli impianti sportivi dove, girando a destra dovremo impegnare, per un breve tratto, la strada provinciale Cipressino (SP 64). Attraversando il sottopasso di un ponte ferroviario della linea Grosseto – Siena, seguiremo le indicazioni per Monte Antico iniziando a pedalare sui primi salì scendi della SP 140 Leopoldina, fino ad incontrare la stazione ferroviaria ai piedi dell'omonimo castello. Per chi arriva in treno da Siena, anche la stazione di Monte Antico può rappresentare un ottimo punto di partenza di questo itinerario. Nei locali della stazione, che si trova sull'itinerario a lunga percorrenza Bicalia 18, è stato inaugurato a giugno 2022 un punto informazioni turistiche con annesso una Bicistazione, che diverrà anche punto noleggio e-bike.

Superata la stazione, la strada inizia a salire lungo tornanti costellati di cipressi su cui sventa il castello di Monte Antico. Si prosegue pedalando per lunghi tratti ombreggiati, con affacci sulla valle dell'Ombrone che si susseguono ad ogni curva, seguendo le indicazioni per Casal di Pari fino a località Fercole (km 38). Tra i numerosi punti panoramici lungo la via Leopoldina segnaliamo il passaggio dal Castello di Casenovole dove si trova segnalata anche un'area archeologica di epoca ellenistica. Giunti in località Fercole, antica stazione di posta sulla strada di dogana, consigliamo di raggiungere il borgo di Casal di Pari, un borgo dalle origini antiche, divenuto noto per aver dato i natali al famoso fumettista Aurelio Galleppini (Galep) autore del popolare personaggio di Tex Willer dove, organizzandoci per una sosta più lunga, potremo gustare l'ottima cucina casalinga del locale ristorante.

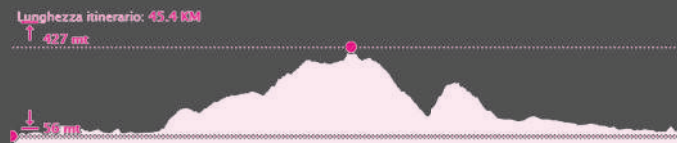
Ripartiti in discesa da Casal di Pari supereremo l'innesto con la SP 140 Leopoldina, affrontando un breve strappo in salita per scollinare il poggio di Fercole, prima di lasciare andare la bici a ruota libera seguendo le indicazioni Civitella Marittima. La strada scende ora in picchiata verso la valle del Lanzo

e la suggestiva Badia Ardenghesca. Oltrepassato il fiume inizia l'ultima salita dell'itinerario che, con pendenza media del 7%, ci accompagnerà a Civitella Marittima oltrepassando la strada di grande comunicazione E78 Grosseto – Fano. Poco prima dello scollinamento, non potremo non notare le antiche fonti medievali.

In posizione dominante sulle pianure sottostanti, a metà strada tra Siena e Grosseto, si erge su un colle il borgo di Civitella Marittima, che ancora oggi mantiene intatto l'impianto medievale con il borgo, a cui si accede dalle due porte orientate da levante a ponente dell'antica cinta muraria, e un maestoso panorama che si apre sulla maremma e sul monte Amiata. Da Civitella proseguiremo in discesa in direzione Roccastrada sulla provinciale del Terzo (SP21), per seguire successivamente le indicazioni Aratrice. Seguiremo, in leggera discesa, la bella strada di campagna (via del Quadrone) fino a incrociare la SP 48 Tollerò nei pressi di un passaggio a livello della ferrovia Grosseto - Siena. La SP 48 ci accompagnerà in leggero falsopiano fino all'ingresso del borgo di Paganico.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ



Attività: gravel / city bike**Dislivello in salita:** 0 m**Punto di partenza:** Orbetello Scalo**Fondo pavimentato:** 70%**Durata dell'itinerario:** 1 giorno**Fondo sterrato:** 30%**Difficoltà:** molto facile**Distanza:** 20 km

L'anello della laguna di Orbetello in bicicletta, un itinerario di grande valore paesaggistico tra storia e natura attraversando una delle più belle green way dell'Italia centrale.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

L'anello che abbraccia la laguna di Orbetello è un percorso ciclabile, in larga parte separato dal traffico veicolare, che unisce la bellezza selvaggia della duna di Feniglia allo spettacolo di una delle più importanti Oasi WWF dell'intero bacino del mediterraneo. Partiamo dalla stazione di Orbetello Scalo per immettersi nella pista ciclopeditone sulla nostra destra, tra lo specchio d'acqua della laguna ed il moderno quartiere di via dei Macchiaioli. Pochi metri e, incrociando Lungolago Pescatori, giriamo a sinistra (sottopasso della Strada Provinciale 161) per poi entrare su Via Aurelia Antica. Ci dirigiamo a est, per poi lasciare via Aurelia Antica ed entrare su via di Cameretta, stretta via secondaria delimitata da caratteristici muretti a secco, percorrendola



fino a incrociare un cancello di sbarramento. Un passo d'uomo ai lati del cancello ci consente di entrare in una strada ciclabile che si protende tra il rialzato della ferrovia e la laguna di levante e già, nel successivo tratto, aironi cenerini e garzette si leveranno in volo al nostro passaggio. Nei pressi di un sottopasso ferroviario, arriviamo alla base del colle di Ansedonia, sulla cui sommità si ergono le mura ciclopiche della città etrusco romana di Cosa, oggi Museo Archeologico Nazionale. Il nostro programma ha un'altra meta e, una volta usciti dal cancello della strada ciclabile, seguiamo sulla destra fino ad oltrepassare il Taglio di Ansedonia, uno dei due canali artificiali che collegano la laguna con il mare aperto, l'altro è quello di S. Liberata sul tombolo di Giannella. Siamo giunti ai cancelli della Riserva della Duna di Feniglia, le sensazioni di benessere e di bellezza che proveremo pedalando i successivi sei chilometri, vale da sé il viaggio. Feniglia è attraversata da due sentieri, il primo si affaccia su Orbetello, mantiene il fondo naturale ed è percorribile solo parzialmente in bicicletta. Il secondo sentiero è lo stradone che stiamo percorrendo, da questo si diramano le traverse che raggiungono la spiaggia affacciata sul mare aperto, utilizziamo quella segnalata al terzo chilometro per arrivare ad ammirare lo splendido paesaggio che ci offre la natura. Più avanti, in una piccola radura, una stele di marmo bianco si erge dal sottobosco a memoria di uno dei più grandi pittori della storia dell'arte, Michelangelo Merisi detto il Caravaggio, che su questa spiaggia giunse moribondo nel 1610, per spengersi poco tempo dopo a Porto Ercole. Usciti dall'area protetta, entriamo nel tratto di itinerario che corre ai piedi del Monte Argentario. Poco dopo incontriamo la pista ciclabile in fregio alla Strada Provinciale Orbetellana. Girando a sinistra, la ciclabile risale Poggio Pertuso raggiungendo Porto Ercole. Noi manteniamo la destra impegnando con attenzione, per il possibile traffico veicolare, la diramazione della ciclabile che ritorna ad Orbetello. Lo specchio d'acqua della laguna si apre a pochi metri

da noi, accompagnandoci fino ad incrociare la diga artificiale che congiunge l'Argentario con la penisola di Orbetello. Costruita nel 1841 da Leopoldo II di Lorena, la diga divide la laguna in due specchi d'acqua, Levante e Ponente, fino al 1944 vi passava la ferrovia che collegava Orbetello Scalo a Porto Santo Stefano. Pedaliamo tra le due acque sotto lo sguardo dell'antico mulino a vento di epoca senese, una delle costruzioni simbolo della città lagunare, per proseguire fino alla grande piazza dove si affaccia la Cattedrale di Santa Maria Assunta e concederci una sosta passeggiando tra le viuzze del centro storico. Ritrovata la ciclabile, che adesso ripercorre il sedime dell'antica ferrovia, assaporiamo il piacere delle ultime pedalate che ci separano dal punto di partenza, affascinati dai mille scintillii della laguna, mentre striduli richiami degli acquatici in volo sembrano lanciarci il loro ultimo saluto.



Lunghezza itinerario: 20.0 km

T 13 m



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it

FIAB
 GROSSETOCICLABILE

DIFFICOLTÀ



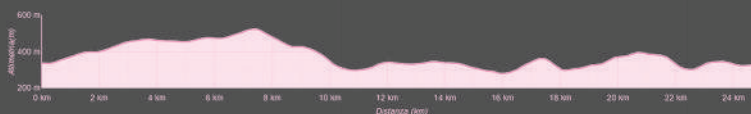
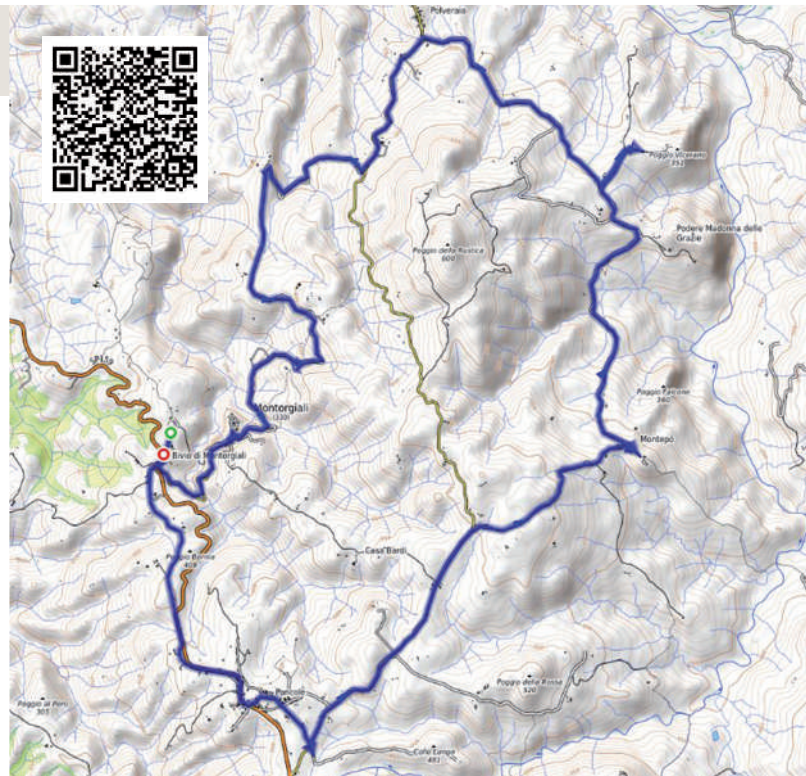
CICLO
 TURISMO
 in
 MAREMMA

Attività: gravel / mtb**Punto di partenza:** Bivio di Montorgiali**Durata dell'itinerario:** 1 giorno**Difficoltà:** medio**Distanza:** 25 km**Dislivello in salita:** 530 m**Fondo pavimentato:** 42%**Fondo sterrato:** 58%**Consigliato per e-bike**

In bicicletta sulle tracce del tempo sulle colline grossetane, Montorgiali e il castello di Montepò, San Giorgio il fosso inferno e il ponte romano sulla via Clodia.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Montorgiali, borgo medievale attestato su di un costone a strapiombo sul fosso Inferno, si trova sulla direttrice che da Grosseto risale le colline verso Scansano e Saturnia. Possedimento della Repubblica di Siena tra il XIV e il XVI secolo, notizie dell'abitato di Mont'Orgiali risalgono al 1118 (Repetti - Dizionario Geografico Fisico e Storico della Toscana). Situato di fronte al borgo di Montorgiali, il santuario di San Giorgio sorge su un pianoro isolato rispetto al paese, ed è costituito da una piccola chiesa sul cui altare è posta la statua di San Giorgio con il drago, caratteristico esempio di cultura popolare. Il 23 aprile di ogni anno, in occasione della festa del Santo, il borgo si veste a festa per la "Cavalcata di San Giorgio", coccarde e drappi gialli e



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it

rossi sventolano dai davanzali delle finestre, addobbano cavalli e cavalieri. Canti di primavera ravvivano la campagna in una suggestiva festa popolare, che fa da cornice alle celebrazioni religiose presso il santuario.

Con il nostro itinerario partiamo dalla borgata di Bivio di Montorgiali. Posto a meno di 2 km dal paese, il "Bivio" si trova sulla SP 159 Scansanese, all'incrocio tra due dogane di epoca medievale e l'antica Via Clodia di cui rimane, testimone indomito, il ponte romano sul fosso Inferno, raggiungibile con un breve sentiero che dall'attuale cimitero di Montorgiali sale al Bivio nei pressi del campetto sportivo polivalente.

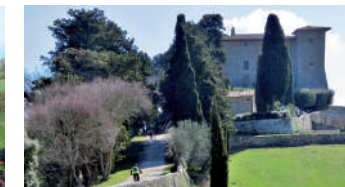
Dal Bivio si procede in direzione Scansano percorrendo una vecchia dogana a fondo sterrato, quasi parallela alla SP 159, che termina nei pressi dell'abitato di Pancole. Attraversiamo il piccolo borgo, degni di nota il pozzo cisterna nella piazzetta più alta del paese e la sorgente degli antichi lavatoi appena fuori dal paese, per immettersi sulla SP 39 di Polveraia. Si percorre la provinciale fino alle colonne che segnavano il vecchio confine delle proprietà del Castello di Montepò. Entriamo nel secondo settore a ghiaia, che presenta discrete pendenze in discesa e alcuni tratti cementati, con l'imponente sagoma del Castello di Montepò che ci accompagna fino a scomparire dietro il Poggio della Rustica, nei pressi di Polveraia. Sul crinale antistante il castello, si affacciano le dieci torri del Parco Eolico di Poggi Alti, le grandi pale che ruotano silenziose ad ogni refo di vento, sono in grado di produrre energia pulita per il fabbisogno di circa 20.000 famiglie.

Poco sotto il castello di Montepò, evidenti rovine di opere murarie sulla sommità di un poggetto a strapiombo sul torrente Senna, ci riportano al basso medioevo, quando qui sorgeva la città di Cotone, dal nome della nobile famiglia senese Cotoni - de' Maggi, che queste terre possedeva fin dal secolo XIII con Monte Pò e Mont'Orgiali.

Siamo ormai all'abitato di Polveraia, dopo una sosta ristoratrice alla fontanella all'ingresso del paese, riprendiamo a risalire la SP 39 per proseguire sulla strada consortile che si stacca a destra della provinciale nei pressi del chilometro 7. Dal poggetto di Colle fagiano, il panorama si apre sulla costa con ampi affacci, il successivo passaggio dall'agriturismo Perucci di sopra, anticipa l'arrivo al pianoro dove sorge il santuario di San Giorgio.

Il ponte romano sulla via Clodia

Le informazioni sull'esistenza di una appendice della Via Clodia tra Saturnia e Roselle, non sono sempre concordi e il possibile tracciato si perde nel reticolato di stradelli e dogane che solcano la campagna. La Regione Toscana ha tuttavia fatto proprio un itinerario che trova in Montorgiali un punto di sicuro passaggio, e nell'antico ponte che scavalca il fosso Inferno, il monumento più significativo. Ed è così che seguendo la segnaletica Via Clodia, percorriamo a piedi lo stradello che scende al ponte romano ad una sola arcata, che sembra sfidare lo scorrere dei secoli forte dei perfetti incastri delle sue pietre. Dato l'alto valore storico del manufatto, si prega il visitatore di non salire sul ponte e attraversare il fosso dal guado sottostante. Dall'altro lato, lo stradello della antica Via Clodia prosegue fino al Bivio Montorgiali.



Attività: gravel / mtb

Punto di partenza: Semproniano

Durata dell'itinerario: 1 giorno

Difficoltà: impegnativo

Distanza: 39 km

Dislivello in salita: 830 m

Fondo pavimentato: 83%

Fondo sterrato: 17%

Consigliato per e-bike



Semproniano, borgo medievale che si erge tra l'Amiata e il mare, è il punto di partenza dell'itinerario che si snoda in uno dei paesaggi più selvaggi della Maremma, l'alta valle dell'Albegna.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

L'itinerario inizia da Semproniano, antico feudo fortificato possedimento della famiglia Aldobrandeschi, seguendo la strada provinciale Follonata (SP 10) in direzione Monte Amiata procediamo fino a località Marruchina. Il quadrivio disegnato dall'incrocio della SP 10 con la strada provinciale Cellena (SP 86) nei pressi del minuscolo centro di casa sparse, è il punto di svolta per il nostro itinerario. Ignorando le due strade provinciali, si gira a sinistra entrando in una solitaria strada di campagna dal fondo sterrato seguendo l'indicazione Strada Terra Madre, titolo dato da Slow Food al circuito di vie poderali che si snodano tra i borghi rurali della Valle dell'Albegna nel comune di Semproniano.

Ritrovato l'asfalto della SP 10 al termine di una breve, ma ripida salita nei pressi della frazione di Petricci, si prosegue seguendo la strada provinciale, che adesso corre sul crinale spartiacque dei fiumi Albegna e Fiora, fino ad un imponente quadrivio presidiato dall'imponente Castello della Triana. Da qui, il panorama si apre verso sud fino all'Argentario e alle isole dell'arcipelago toscano Giglio e Montecristo. Roccalbegna, centro medievale duecentesco famoso per la rocca edificata sulla sommità dell'imponente "sasso" che sovrasta il borgo, è la successiva tappa del nostro itinerario. Lo raggiungiamo pedalando immersi in un paesaggio unico e affascinante, dove storia e geologia sembrano fare a gara per regalarci scorci unici.

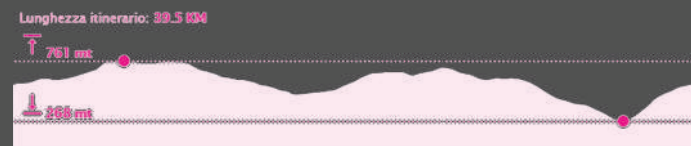
Absolutamente da non perdere, un assaggio dei pregiati formaggi prodotti nei caseifici locali, unitamente al tradizionale biscotto salato, oggi presidio slow food, famoso anche per il particolare intreccio della forma che ricorda un abbraccio. Usciamo da Roccalbegna dall'antica Porta di Maremma seguendo l'ampio sentiero sterrato dei Rocconi, che scende tra le antiche abitazioni fuori dalle mura. Tenendo la destra al successivo incrocio, ritroviamo la SP 160 nei pressi della frazione di Santa Caterina. Dal fondo a volte sconnesso e con qualche strappo decisamente impegnativo, all'occorrenza possiamo evitare il sentiero dei Rocconi seguendo semplicemente la SP 160 in uscita da Roccalbegna.

Da Santa Caterina si prosegue in falsopiano, per poi iniziare un lungo tratto in discesa. In località Cancellone, si abbandona la SP 160 seguendo, prima le indicazioni USI (SP 11) e successivamente l'indicazione Rocchette di Fazio, entrando in una strada secondaria che scende nelle gole dell'Albegna a lambire la Riserva Naturale Bosco dei Rocconi. Oltrepassato il fiume inizia un tratto di salita impegnativa che in circa tre km ci conduce a Rocchette di Fazio. Arroccato su uno sperone di roccia a strapiombo sulle gole dell'Albegna, tra le viuzze del borgo, oggi perfettamente restaurato, si respira un'aria che ha sapore di mistero.

Il borgo deve il suo nome a Bonifacio Cacciaconti, detto Fazio, nobile rampollo della famiglia Aldobrandeschi e signore di Rocchette. Del castello duecentesco restano imponenti rovine, ma l'edificio che più incuriosisce è l'Ospedaletto appartenuto all'ordine dei Cavalieri Templari. Edificato fuori dalle mura, riporta incisi sulla facciata alcuni elementi riconducibili ai templari: la croce, l'Agnus Dei e un bassorilievo con l'effigie di Bafometto. Altro edificio templare, è la Pieve di santa Cristina dove è ben visibile la croce templare posta sopra il portale. Una leggenda racconta che nella cripta della Pieve, sia sepolto un cavaliere con l'armatura e il suo cavallo, e che il suo spirito stia di guardia ad un tesoro, sepolto da qualche parte nel borgo. L'itinerario continua, in leggera salita, fino a richiudersi a Semproniano.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ



Attività: strada / gravel

Punto di partenza: Cinigiano

Durata dell'itinerario: 1 giorno

Difficoltà: impegnativo

Distanza: 40 km

Dislivello in salita: 710 m

Fondo pavimentato: 90%

Fondo sterrato: 10%

Consigliato per e-bike

Spettacolare anello con panorami mozzafiato nelle terre della DOC Montecucco, una zona aspra e selvaggia che conserva, tra le pieghe del terreno, la storia millenaria dei Sapiens.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Il centro abitato di Cinigiano sorge in un territorio risalente al Miocene superiore, sull'allineamento Montalcino-Monte Amiata-Monte Labbro, adagiato su uno dei più alti crinali del Bacino neogenico Cinigiano-Baccinello. A pochi chilometri da Cinigiano si trova Baccinello, il borgo minerario divenuto famoso nel 1958 per il ritrovamento di un reperto fossile eccezionale: lo scheletro di una scimmia antropomorfa della specie *Oreopithecus bambolii*. Dalla piazza di Cinigiano inizia lo stupefacente itinerario cicloturistico che ci condurrà alla scoperta di questo affascinante territorio percorrendo, in parte, la Via dei Biozzi, un antico itinerario di transumanza che collegava l'Alta Valtiberina alla Maremma. Oggi il paesaggio è arricchito dagli immensi



vigneti di una DOC che prende il nome dal colle in cui sorge una delle fattorie più antiche del luogo: Montecucco.

L'utilizzo di una bike a pedalata assistita ci permetterà di superare agevolmente le ripide impennate che la storia geologica ha disseminato su questo territorio, godendo degli spettacolari affacci che si susseguono lungo l'itinerario.

Lasciamo che la nostra bicicletta scorra rapida lungo i primi 8 km in discesa della strada provinciale Voltina (SP 17), per poi alzare l'attenzione sull'ulteriore tratto in discesa della SP 114 Poggi del Sasso, strada a bassissimo traffico che seguiamo fino al piccolo centro agricolo di Pian Taverna. Il fiume Ombrone scorre alla nostra sinistra, abbiamo raggiunto la quota di 40 m slm, il punto più basso del nostro itinerario. Attraversato il ponte di un piccolo torrente, seguiamo ancora la SP 114, che adesso cambia pendenza iniziando a salire. Una lunga e panoramica salita si inerpica sul versante occidentale del Monte Cucco, con punte che sfiorano il 15%, fino a guadagnarne la cima ai 289 m slm. Il successivo tratto che conduce al centro abitato di Poggi del Sasso ci regala suggestivi panorami e segna uno spartiacque paesaggistico e territoriale: a sinistra la valle dell'Ombrone, che si apre sulla campagna dominata dal colle su cui si erge il borgo medievale di Campagnatico; a destra il susseguirsi dei "poggi" coltivati a vigna sui quali domina il possente castello di Colle Massari, con l'orizzonte che spazia fino alle faggete del Monte Amiata.

Dal centro agricolo di Poggi del Sasso, con la sua piazzetta e la bella chiesa di campagna, scendiamo ancora fino all'innesto con la strada provinciale Cinigianese (SP 7), che seguiamo a sinistra per giungere al borgo di Sasso d'Ombrone, antica Grancia dello Spedale di Santa Maria della Scala di Siena, posta a guardia del ponte sul fiume Ombrone fin da prima dell'anno 1000.

Quasi a rimarcare la specificità di questo territorio, ricco di ripide pendenze altalenanti simili allo spirito inquieto dell'essere umano, a mezza strada tra Poggi

e Sasso d'Ombrone si trova la comunità di monaci benedettini del Monastero di Siloe. Oltre ai membri stabili, il monastero ospita spesso persone che trascorrono qui dei periodi più o meno lunghi, condividendo la vita della Comunità.

Sasso d'Ombrone segna anche il giro di boa di questo itinerario. Lasciata la SP 7 si cambia direzione scendendo ai piani dell'Ombrone fino ad incrociare, a destra, la strada consortile di Piaggiano. Ora le pendenze si addolciscono e, come navigando in un mare di terra, avanziamo in aperta campagna per i successivi 4 km di questa strada rurale dal fondo in ghiaia bianca, tipica della toscana senese e grossetana. Poco dopo la Tenuta Pianirosi troviamo l'asfalto della SP 139, l'atmosfera non cambia e, quasi in assoluto silenzio, raggiungiamo il borgo fortificato di Castel Porrona.

Le rampe della SP 151 Porrona ci accompagneranno a ritrovare le case e la quiete del borgo di Cinigiano, dove i rintocchi dell'orologio, posto sulla Torre civica, continuano a scandire le ore del passare, lento, del tempo.



Lunghezza itinerario: 38,4 KM

↑ 335 mt



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ



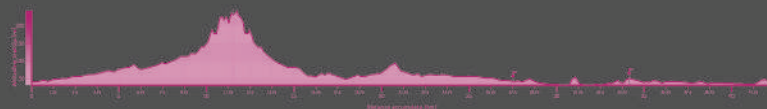
Attività: gravel
Punto di partenza: Sticciano Scalo
Durata dell'itinerario: 1 giorno
Difficoltà: medio
Distanza: 42,7 km

Dislivello in salita: 352 m
Fondo pavimentato: 86%
Fondo sterrato: 14%

Un reticolo di strade a basso traffico attraversa un territorio lievemente ondulato dove paesi, borghi e rocche medievali raccontando la storia di una terra dura, fatta di lavoro, lotte e storia millenaria. L'itinerario si sviluppa per circa 42 km, quasi totalmente in pianura. Il castello di Montemassi è quello raffigurato nel famoso affresco di Simone Martini custodito nel palazzo pubblico di Siena e intitolato Guidoriccio da Fogliano all'assedio di Montemassi. Ribolla è una delle Porte del Parco Nazionale delle Colline Metallifere Grossetane, lì esiste ancora una struttura per la cernita del materiale estratto, come pure un ex cinema, già di proprietà della Società Montecatini, che ospita ora il centro di documentazione. Le vestigia della rocca di Castel di Pietra raccontano la storia della contessa Pia de Tolomei, la nobil donna senese citata da Dante nel quinto canto del Purgatorio: "Siena mi fé, disfecemi Maremma".



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Il percorso parte dalla stazione di Sticciano Scalo. A circa 30 km da Grosseto, Sticciano si trova sulla direttrice ferroviaria Grosseto-Siena, dove in tutti i convogli è possibile la formula Treno + Bici. Si inizia a pedalare sulla SP 157 di Roccastrada e dopo soli 600 mt si gira a sinistra sulla SP 137 Lattaia. La strada, leggermente ondulata, si srotola sotto le nostre ruote addentrandosi nella campagna per circa 7 km, fino ad incrociare la SP 19. Alla grande rotatoria con la SP 21 si prosegue in direzione Montemassi. Inizia ora il tratto più impegnativo dell'intero itinerario che, in leggera salita (pendenza media 4,5%), ci porterà ai piedi della rocca Aldobrandesca di Montemassi. Situata a 260 mt, la rocca offre un panorama a dir poco spettacolare, non a caso il castello aveva, in epoca medievale, una grande importanza strategica. Si riparte percorrendo a ritroso gli ultimi 3 km per poi girare a destra in direzione Ribolla all'incrocio con la SP 31. Nei pressi della grande rotatoria si incontra la stele dedicata alla memoria di quattro giovani partigiani che il 17 Giugno 1944 persero la vita in uno scontro a fuoco contro i soldati tedeschi. Giunti a Ribolla si segue la traccia GPS per una sosta in Piazza della Libertà, presso la Porta del Parco Tecnologico e Archeologico delle Colline Metallifere. Un progetto quello del Parco che mira al recupero – a scopo didattico e culturale – di edifici, pozzi e quant'altro era servito all'estrazione e alla lavorazione dei metalli.

La storia e la cultura della Maremma è legata indissolubilmente a quella delle miniere di lignite di Ribolla: attive fino agli anni '50, furono chiuse il 4 maggio del 1954 a causa del gravissimo incendio che provocò la morte di 43 minatori. La tragica vicenda fu ripresa nel 1962 dallo scrittore grossetano Luciano Bianciardi nel suo libro La vita agra. Al romanzo è ispirato l'omonimo film con Ugo Tognazzi del regista Carlo Lizzani. Ma torniamo su due ruote: si riparte da Ribolla seguendo ancora per alcuni chilometri la SP 31 Collacchia. Oltrepassato

l'incrocio con la Strada Provinciale di Perolla (km 25 dell'itinerario) la traccia gira a sinistra in direzione "fattoria di pietra". Una lunga fila di cipressi, tipici del paesaggio toscano, ci accompagneranno per circa 4 km. A circa metà percorso, in questo luogo così affascinante, ebbe il suo castello Nello d'Inghiramo dei Pannocchieschi, podestà di Volterra nel 1277 e di Lucca nel 1313, capitano della Taglia Guelfa in Toscana nel 1284. Nello, famoso per il suo temperamento violento, ordinò proprio in questo luogo l'assassinio della moglie Pia dei Tolomei (che Dante nomina nel Purgatorio), per sposare Margherita Aldobrandeschi, di cui si era invaghito. Al km 31,42, nei pressi della cava di pietrisco della Bartolina, si incrocia la SP 20 di Castellaccia. Si segue per soli 400 mt e poi di gira a destra sulla SP 91 di Pian del Bichi. Al km 34,15 si gira a destra nei pressi dell'Azienda Vitivinicola Rocca di Montemassi dove è allestito un originale Museo della Civiltà Rurale (visita e degustazione su prenotazione). L'itinerario prosegue serpeggiando tra le stradine di campagna lungo cui è obbligatorio seguire con attenzione la traccia GPS fino all'incrocio con la SP 19 di Montemassi al km 38,900. Sarà infine la SP 90 che accompagnerà le nostre ruote lungo i 4 km fino alla stazione di Sticciano Scalo: il nostro punto di partenza e di arrivo.



Attività: mtb
Punto di partenza: Manciano
Durata dell'itinerario: 1 giorno
Difficoltà: impegnativo
Distanza: 30 km

Dislivello in salita: 830 m
Fondo pavimentato: 54%
Fondo sterrato: 46%
Consigliato per e-bike



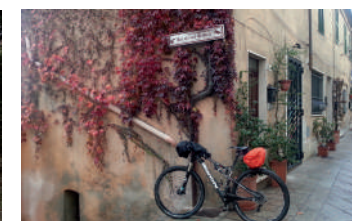
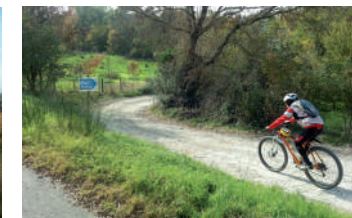
Terra di confine, dove la Maremma toscana cede il passo alla Tuscia laziale, tra folte macchie e speroni tufacei, a Manciano “il vento tira da ogni direzione, così come in ogni direzione è possibile volgere lo sguardo, dall’Amiata all’Argentario, fino alle isole dell’Arcipelago”. Tratte dal portale del turismo di Toscana Promozione, queste ultime parole danno la misura dei panorami che il viaggiatore in bicicletta incontrerà, nel suo incedere lento, in questi luoghi.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

L'itinerario inizia in località La Sgrilla, a 7 km da Manciano, sulla SR 74 – Maremmana. Ci dirigiamo in direzione Orbetello per poi girare a destra, dopo soli trecento metri, su di una strada vicinale contraddistinta da due colonne in laterizio, sovrastate da capitelli in travertino, riportanti la scritta “Tenuta Cavallini”. Lasciandosi prendere dall’alternanza dei saliscendi che caratterizzano questo primo tratto, l’orizzonte si apre sulla media valle del fiume Albegna. Lo sguardo spazia fino al monte Amiata e ben si riconosce il

pianoro su cui sorge l’area archeologica del Ghiaccio Forte. La strada è asfaltata, ma la percorrenza dei mezzi agricoli e i terreni argillosi, rendono instabile il fondo e sono frequenti tratti sconnessi o brevi connessioni sterrate. La nostra prossima meta è Montemerano. Raggiungeremo il paese percorrendo una vecchia dogana ormai abbandonata. Dalla sede stradale, ora in forte salita, emergono – sconnessi e scoperti come denti di un vecchio pastore – i sassi dell’antica massicciata. Un segnale bianco e rosso ci indica che stiamo percorrendo il sentiero N°9 della direttrice Montemerano – Marsiliana. La strada sterrata termina nei pressi di quello che resta della vecchia Fonte Leopoldina. Una rampa in asfalto (pendenza 12%) ci catapulta alle porte del paese sulla strada provinciale 159 (ex statale 322). Successivamente alla visita del borgo di Montemerano, riprendiamo la traccia percorrendo in direzione Manciano la SP 159 per 300 mt. Si lascia la provinciale entrando su una strada sterrata sulla nostra sinistra. Anche questa (a prima vista) anonima stradina, è in effetti la primitiva dogana che collegava Montemerano a Manciano fino ai primi anni del secolo scorso. La sede stradale è oggi appena accennata, ma è ancora visibile la vecchia massicciata. Questo tratto, come buona parte dell’itinerario che percorreremo da ora in avanti, è parte integrante della traccia del “Vetta Mare”, un cammino a lunga percorrenza che unisce la vetta del Monte Amiata alle spiagge di Capalbio. Attraversando il piccolo agglomerato di case sparse dei Poderi di Montemerano raggiungiamo il centro storico di Manciano, dove potremo gustarci una buona sosta ristoratrice. Si esce dal paese in direzione sud-ovest impegnando Via Circonvallazione sud e la successiva, ripida, Via delle Fonti. Ora la strada scende con decisione, l’asfalto lascia ben presto posto ad uno scorrevole sterrato che ci accompagnerà nei prossimi chilometri, tra alternanti sali scendi. Nella veloce discesa si lambisce Lago Scuro, uno specchio d’acqua naturale che, nell’immaginario collettivo della gente di maremma, affonda le origini in una delle numerose leggende a sfondo

religioso. Se ne trova traccia nella descrizione di Alfio Cavoli nel suo “Leggende della Maremma e della Tuscia”. Dopo l’ultimo strappo all’8%, che segue il guado del Fosso Ripiglio (Km 26,400), raggiungiamo la SP 101 della Sgrilla. Lasciata la traccia del Vetta Mare, che punta su Capalbio, transitiamo da località Vallerana e, superato il fiume Elsa, si piega a destra al successivo bivio (km 32,20). La strada scorre adesso liscia sotto le nostre ruote. Al km 35,400 incrociamo sulla destra l’insegna del Caseificio Sociale di Manciano, un’azienda leader del settore caseario che da decenni trasforma in prodotti d’eccellenza il latte delle greggi che abbiamo visto sui pascoli appena attraversati. La nostra meta è ormai in vista e al km 37,5 percorriamo l’ultima curva di questo entusiasmante itinerario attraverso la bassa maremma.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



FIAB
 GROSSETOCICLABILE

DIFFICOLTÀ



CICLO
 TURISMO

 MAREMMA

Attività: gravel / mtb

Punto di partenza: Semproniano

Durata dell'itinerario: 2 giorni

Difficoltà: medio

Distanza: 66 km

Dislivello in salita: 880 m

Fondo pavimentato: 86%

Fondo sterrato: 14%

Consigliato per e-bike



In bicicletta tra i pascoli maremmani della bassa valle dell’Albegna, colline, borghi e pievi millenarie.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Si sviluppa nell'immediato entroterra della Costa d'Argento, questo itinerario tra Magliano in Toscana e Montiano, borghi antichi che si ergono, come silenziose sentinelle, sul territorio che si estende tra il Parco della Maremma e la bassa valle del fiume Albegna. Coltivati già dagli etruschi e controllati in epoca medievale dalla Repubblica di Siena, lo sfruttamento dell'economia pastorale di questi luoghi, rese possibile lo sviluppo della banca più antica del mondo, il Monte dei Paschi di Siena. L'itinerario si sviluppa in due percorsi giornalieri che, idealmente, trovano il fulcro nel borgo di Magliano in Toscana.

Prima tappa: Colle di Lupo e la valle dell’Albegna

Sviluppo 25 km, dislivello 300 m

Partiamo da Piazza Marconi, impegnando la strada consortile di Colle di Lupo. Oltrepassato il torrente Patrignone, la strada inizia a salire verso la necropoli etrusca di Santa Maria in Borraccia. In una serie di curve e saliscendi, ci addentriamo nella campagna per risalire un tratto discretamente impegnativo fino a scollinare nei pressi di Colle di Lupo, dove si incrocia la strada consortile che sale a Pereta. Dal punto panoramico appena raggiunto, intravediamo i resti della vecchia miniera di cinabro di Cerreto Piano e, poco più oltre, l'ampio pianoro dell'abitato etrusco del Ghiaccio Forte. Una veloce discesa, costellata da lunghi filari di cipressi, ci permette di godere un bel panorama sulla valle del fiume Albegna. Impegniamo la SP Aquilaia in direzione sud, fino ad incrociare una seconda strada consortile (indicazioni allevamento bufalino) che ci conduce fino a scollinare nei pressi del sito archeologico etrusco del Cancellone sulla SP Sant'Andrea, che percorriamo fino a scorgere nuovamente l'abitato di Magliano. Immersa nella campagna, svetta l'imponente sagoma di San Bruzio. Le vestigia dell'Abbazia di S. Bruzio sono uno degli esempi più belli dello stile architettonico romanico in Maremma, l'edificio fu costruito dai monaci camaldolesi nell'anno Mille, ne rimane solo l'abside e alcuni archi, da cui si sviluppa un'imponente cupola ottagonale con capitelli e bassorilievi, ricchi di simbologia attribuibile ai Cavalieri Templari.

Seconda tappa: San Donato e il borgo di Montiano

Sviluppo 42 km, dislivello 500 m

Partiamo dalla piazzetta antistante la Chiesa della Santissima Annunziata appena fuori le mura di Magliano. La chiesa ha origini antichissime e conserva al suo interno una pregevole tavola raffigurante la Madonna che allatta il Bambino. Nell'oliveto secolare che circonda la chiesa, troviamo l'Olivio della Strega, una

pianta monumentale tra le più vecchie d'Italia, con un'età stimata intorno ai 3000 anni. Percorriamo la S.P. 160 in direzione Scansano per poche centinaia di metri, prima di immettersi sulla S.P. 16 Montiano. Nei pressi dell'incrocio, il segnavia "Scansano" con il simbolo della bici stilizzata, ci ricorda che da qui passa l'itinerario cicloturistico a lunga percorrenza "Grand Tour della Maremma". Percorriamo la SP 16 fino al cartello del km 19, per deviare sulla Strada Consortile La Carla, che si apre alla nostra sinistra. Pedaliamo ora in aperta campagna, tra le colline coltivate a frumento, olivo, vite e costellata da numerose costruzioni rurali e poderi nati con l'Ente Maremma, la riforma agraria del 1951 che avviò la più importante trasformazione territoriale e socio culturale vissuta in questi territori nel secolo scorso. Anche il piccolo centro di San Donato, con la sua bella chiesa di campagna, è figlio della stessa riforma, così come la fitta rete viaria consortile, sulla quale pedaliamo oggi fin sotto il borgo medievale di Montiano. L'itinerario compie adesso un largo giro, altalenando sulle colline, prima di tornare a Magliano da una delle più antiche dogane a fondo sterrato esistenti in quest'area. La prendiamo da una diramazione dalla Strada Consortile "La Capitana" seguendo le indicazioni "Il Quinto". Superata l'omonima fattoria, il fondo stradale restituisce le pietre del vecchio selciato, mettendo a dura prova le sospensioni delle nostre mtb, particolare attenzione nel percorrere questo tratto con bici gravel. Nel caso, lo sterrato si può evitare percorrendo la S.C. Capitana fino all'incrocio con la SP 160, alle porte di Magliano.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ



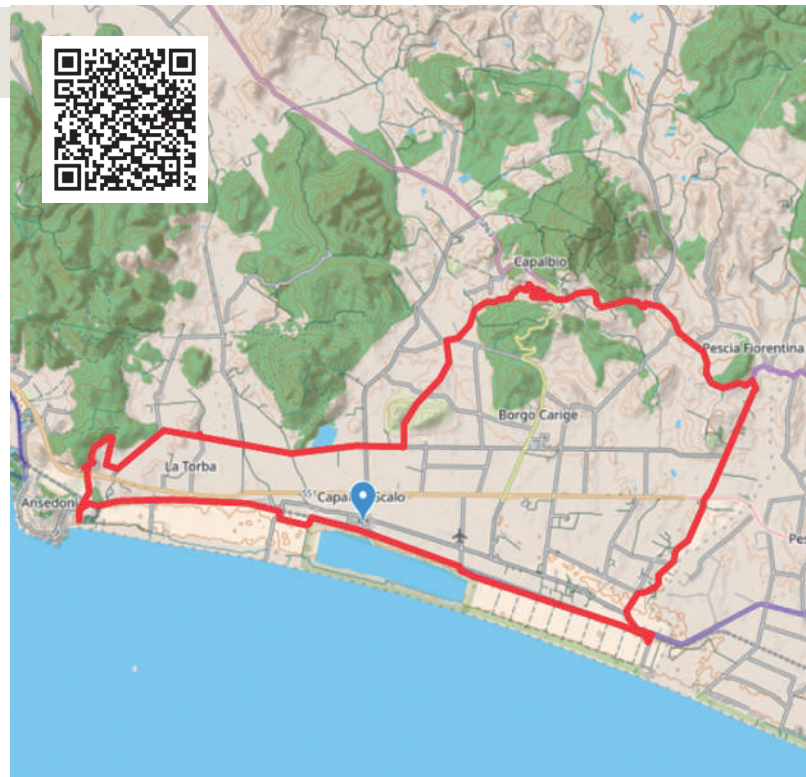
Attività: gravel
Punto di partenza: Capalbio Scalo
Durata dell'itinerario: 1 giorno
Difficoltà: medio
Distanza: 40 km

Dislivello in salita: 270 m
Fondo pavimentato: 90%
Fondo sterrato: 10%
Consigliato per e-bike

Posto all'estremo sud della Maremma, Capalbio è uno di più ricercati borghi più belli d'Italia, qui storia e leggenda si intrecciano, narrando di una terra autentica e selvaggia.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Partiamo dalla stazione di Capalbio Scalo immettendoci sulla strada provinciale Litoranea (SP 68) tramite il sottopasso della ferrovia. Da questa strada a bassissimo traffico, che corre tra la costa e la ferrovia, iniziamo a pedalare alla scoperta dei tesori della Costa d'Argento. Alla nostra sinistra potremo ammirare lo specchio d'acqua salata dell'Oasi WWF del Lago di Burano, con la torre costiera di Buranaccio, l'avamposto difensivo cinquecentesco più a sud della Toscana. Tralasciando il successivo svincolo, valutiamo una puntatina a Macchiatonda, bellissima spiaggia di sabbia nera con un mare profondo e pulito. Riprendiamo poi la Litoranea per 4 km fino all'incrocio per Ansedonia. Non saliamo sul colle, lo aggiriamo parzialmente



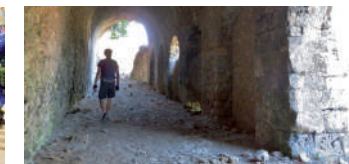
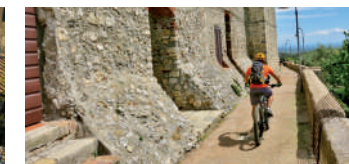
lato mare per giungere alla spiaggia su cui si affaccia la Torre della Tagliata. La torre prende il nome dalla Tagliata Etrusca, un'opera di ingegneria idraulica realizzata dai romani per ottimizzare il riflusso delle acque del piccolo porto. Sulla parete rocciosa alla base del canale si trova il misterioso Spacco della Regina: una fenditura naturale che ha dato origine a numerose leggende.

Ritornati all'incrocio di Ansedonia seguiamo la SP 68 impegnando il sottopasso della ferrovia e ci fermiamo nei pressi del cippo che segna lo svincolo della provinciale con la SS 1 Aurelia. La statale non è però la nostra meta, lo è invece una stradina secondaria, in parte sterrata, che aggira il colle di Malabarba accompagnandoci sulla strada provinciale Pedemontana (SP 93). La deviazione è utilizzata anche dall'itinerario mtb/gravel "Vetta Mare", indicata nella segnaletica (freccie di direzione rosse su fondo bianco). Seguiamo la SP 68 per circa 2 km prima di trovarci, sulla sinistra, ai piedi del colle dove i romani costruirono Villa Settefinestre. Edificata nel primo secolo a.C., la villa è caratterizzata da estesi criptoportici seminterrati, che all'epoca funzionavano da corridoi di servizio non esposti alla vista. L'area archeologica aperta al pubblico è oggi parte di uno scenografico giardino di proprietà privata.

Immersi nei grandi spazi della campagna maremmana, procediamo per circa 5 km per poi piegare a sinistra sulla Strada dell'Oliveto, un tratto sterrato di circa 2,5 km che si snoda tra due basse colline coltivate a olivo e vite. Incrociando la Strada dei Poggetti ritroviamo l'asfalto, proseguiamo su via di Cannetello in leggera salita. Dopo un incrocio, la strada s'impenna, siamo giunti ai piedi del colle su cui svetta la Rocca Aldobrandesca di Capalbio. Il meritato riposo da questa "cavalcata" maremmana, ce lo dobbiamo conquistare in questi 800 m di erta che ci separano dalle porte dell'antico borgo medievale. È arrivato il momento di ricaricare le energie: godiamoci il panorama dal camminamento di ronda, fermiamoci a gustare un piatto della cucina tipica in uno dei locali fuori o

dentro le secolari mura merlate; qui la qualità enogastronomica è una certezza, non c'è che l'imbarazzo della scelta! In uscita da Capalbio, seguiamo la strada provinciale Pescia Fiorentina (SP 75).

Oltrepassato l'incrocio con la SP 101 Sgrilla, le nostre ruote scorrono ora veloci. In località Garavichio troviamo il Giardino dei Tarocchi, la fantasiosa creazione dell'artista Niki de Saint Phalle, con le grandi e coloratissime sculture che spuntano dalla macchia mediterranea. Ancora in discesa seguiamo la strada Pescia Fiorentina – Chiarone e, superato lo svincolo della SS1 Aurelia, puntiamo verso la costa. A Chiarone Scalo, un nuovo sottopasso ci permette di riprendere la strada provinciale Litoranea, 7 km ci separano dalla stazione di Capalbio. Godiamoci con lentezza questo ultimo tratto: l'ambiente e la natura che ci circonda emanano un fascino indescrivibile. Di nuovo in vista del Lago di Burano, la possente sagoma della torre spagnola ci avvisa dell'imminente conclusione del nostro viaggio, 43 km di bellezza tra natura, cultura e storia di una terra autentica e selvaggia: la Costa d'Argento.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it

Lunghezza itinerario: 43.7 km

192 m

192 m



DIFFICOLTÀ



Attività: mtb**Punto di partenza:** loc. Terra

Rossa (Monte Argentario)

Durata dell'itinerario: 1 giorno**Difficoltà:** impegnativo**Distanza:** 41 km**Dislivello in salita:** 880 m**Fondo pavimentato:** 85%**Fondo sterrato:** 15%**Consigliato per e-bike**

Il Monte Argentario, un promontorio sospeso tra terra e mare, ne percorriamo il periplo in un itinerario di notevole bellezza, dal punto di vista storico e naturalistico.

Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

L'itinerario inizia in località Terra Rossa, all'estremo della diga che congiunge il Monte Argentario con Orbetello. Seguendo le indicazioni per Porto Ercole, pedaliamo sulla pista ciclabile che corre affacciata alla laguna di ponente, in fregio alla strada provinciale di Porto Ercole (SP 2). Procediamo fino all'incrocio per Feniglia, superato il quale la ciclabile oltrepassa Poggio Pertuso, raggiungendo Cala Galera e le prime abitazioni di Porto Ercole. Terminata la pista ciclabile, entriamo in paese su viabilità ordinaria, concedendoci una sosta al grazioso porticciolo. Prima di affrontare il tornante che risale il colle sul quale, tra il XIII e XVI secolo, La Repubblica di Siena prima, e gli spagnoli in seguito, edificarono e ricostruirono la Fortezza,



troviamo la porta per il centro storico del borgo e la piazzetta con il Palazzo del Governatore. Con un breve strappo in salita, la strada provinciale Panoramica di Porto Ercole (SP 66) lascia il centro abitato, proseguendo a mezza costa tra pini e macchia mediterranea, con spettacolari affacci sul mare. Dopo circa 1,5 km, la possibile deviazione al Forte Stella, baluardo strategico del sistema di difesa spagnolo, costituito da un fortilizio esterno di forma quadrangolare, che racchiude un bastione interno con una caratteristica pianta stellata a sei punte. Maestoso, il panorama su tutta la Costa d'Argento, dal piazzale antistante il forte. Si prosegue, risalendo l'ultimo chilometro della SP Panoramica con strepitosi affacci sul mare. Terminata la provinciale, inizia un breve tratto in discesa a forte pendenza. L'itinerario prosegue su strade private di libero passaggio, che diventano sterrate per un tratto di circa 4 km aggirando Punta Avvoltore, fino a ritrovare la pavimentazione asfaltata in prossimità di Torre Ciana. La vista spazia sul mare aperto, con le isole di Giannutri e del Giglio in primo piano. Tra continui saliscendi, giungiamo al punto più basso dell'itinerario ai 40 m sul mare del sentiero pedonale che scende alla suggestiva spiaggia delle Cannelle. La strada torna adesso a salire con decisione per un tratto caratterizzato da ripidi e stretti tornanti. Si continua a salire, con ampie curve e alcuni strappi che assecondano le curve di livello, in un ambiente selvaggio dove la macchia mediterranea lascia spazio a oliveti e muretti a secco, fino a scollinare all'altezza di Capo D'Uomo. Si procede adesso in discesa imboccando, a sinistra al successivo incrocio, la strada panoramica di Porto Santo Stefano (SP 65). Una volta superato il tornante all'incrocio con la strada del Residence Cala Piccola, inizia una piacevolissima discesa.

Con nuovi panorami che si aprono ad ogni curva, superiamo i sentieri che si staccano dalla provinciale per le caratteristiche calette del versante occidentale dell'Argentario, Cala del Bove, Cala dei Gessi, Cala Moresca e Cala Grande.

All'ingresso di Porto Santo Stefano ci fermiamo per una sosta alla Fortezza Spagnola che domina il golfo della cittadina. Percorrendo le ultime curve della Panoramica, arriviamo sul porto dell'importante borgo marinaro, è da Santo Stefano, infatti, che partono i traghetti di linea per le isole di Giglio e Giannutri. Da Porto Santo Stefano, il nostro anello cicloturistico inizia a chiudersi, non prima aver attraversato un tratto di strada aperta solo ai mezzi pubblici, che utilizza due gallerie scavate nella roccia delle vecchia ferrovia Orbetello Scalo – Porto Santo Stefano, grazie alle quali raggiungiamo cala del Pozzarello per poi percorrere la SP 161 fino al ponte di Santa Liberata, all'inizio del tombolo di Giannella. Superato l'incrocio di Santa Liberata, prestiamo attenzione nell'affrontare il cambio di corsia che ci dà la possibilità di entrare in un percorso ciclopedonale che, costeggiando la laguna, ci accompagna fino alla diga di Orbetello.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ'



Attività: strada / gravel

Punto di partenza: Grosseto

Durata dell'itinerario: 6 giorni

Difficoltà: impegnativo

Distanza: 350 km

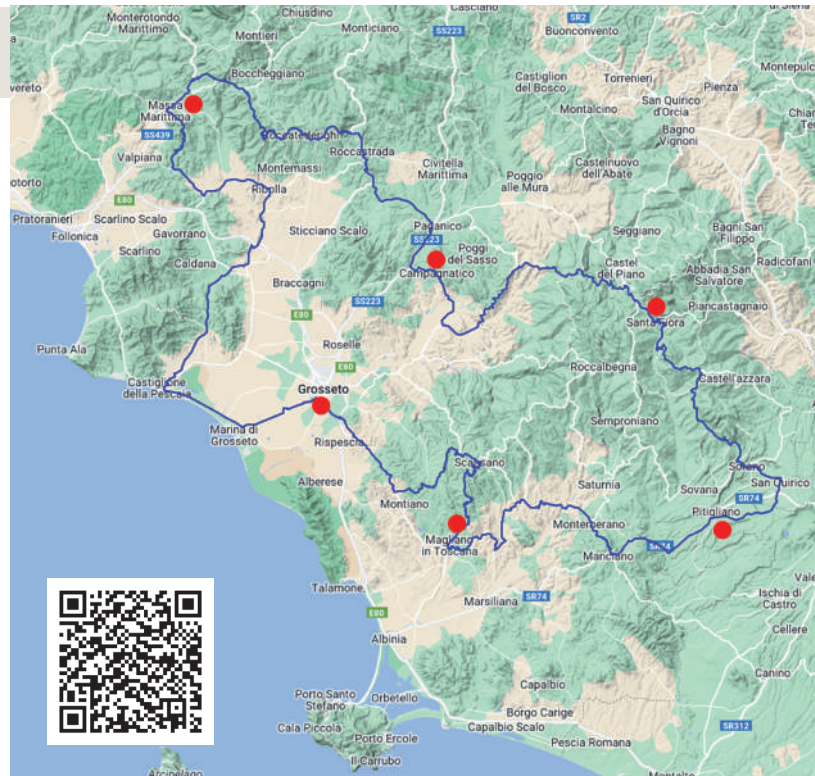
Dislivello in salita: 5040 m

Fondo pavimentato: 100%

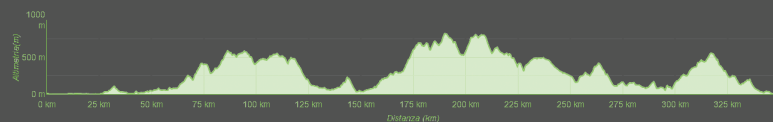
Fondo sterrato: 0%

Consigliato per e-bike

Un viaggio nella maremma grossetana; dalla costa alle colline metallifere, dai contrafforti dell'Amiata all'area del tufo alla costa d'Argento, tra riserve naturali e borghi antichi.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



Per saperne di più: dettagli sull'itinerario

Grand Tour della Maremma; un viaggio itinerante in bicicletta che racchiude, come in uno scrigno, natura, storia, cultura, tradizioni, enogastronomia della Maremma Grossetana. Partenza e arrivo di questo viaggio è la città di Grosseto tuttavia, trattandosi di un percorso ad anello, ogni cicloviatore potrà scegliere il punto di partenza da un punto intermedio dell'itinerario, anche in relazione al proprio luogo di provenienza. L'itinerario Grand Tour è segnalato sul territorio, in tutto il suo sviluppo, da appositi segnavia turistici dai classici caratteri di colore bianco su fondo marrone, riportanti il nome del centro abitato successivo ed il logo del progetto Cicloturismo in Maremma. La traccia GPS è scaricabile dai siti di riferimento. In ognuno dei percorsi giornalieri in cui è suddiviso l'itinerario, raggiungiamo luoghi simbolici per la storia della maremma e non solo; è il caso per esempio delle tappe che fanno capo a Massa Marittima, Campagnatico e Santa Fiora, tre borghi medievali tra i più belli d'Italia, legati a personaggi citati da Dante Alighieri nella Divina Commedia. Di storie antiche e gesta di scaltri condottieri non è certo avara la Maremma, ne troviamo testimonianza tra le pietre bruciate dal solleone, il torrido sole d'agosto, dei borghi che incontriamo nelle tappe del nostro cammino maremmano; a Sorano e Pitigliano, con le enigmatiche tombe monumentali etrusche, le vie Cave, la fortezza Orsini, il Ghetto e il più antico acquedotto della maremma. I vapori delle acque solfuree della vicina Saturnia ci riportano alla memoria atmosfere da girone dantesco mentre risaliamo i tornanti che portano a Manciano, il borgo medievale conosciuto come "la spia della maremma" per la sua posizione geografica, che domina la laguna di Orbetello e le pianure maremmane tra Toscana e Lazio. Stupore e meraviglia, destano in noi le maestose vestigia dell'Abbazia di San Bruzio, che si ergono secolari nella campagna di Magliano in Toscana, altro splendido esempio di città murata medievale, dove ancora si narrano leggende di streghe indemoniate che

danzano, attorno agli oliveti millenari, nelle notti di luna piena.

PRIMA TAPPA: GROSSETO – MASSA MARITTIMA

Dalla stazione FS di Grosseto, iniziamo a pedalare verso il mare delle spiagge grossetane, una pista ciclopedonale ci conduce nei pressi di Marina di Grosseto. All'ombra della Pineta del Tombolo pedaliamo sulla ciclabile in fregio alla SP 158, fino a Castiglione della Pescaia. Oltrepasato il ponte canale, troviamo il segnavia che riporta l'indicazione Grilli. Puntiamo verso l'interno, lambendo la Riserva Naturale della Diaccia Botrona, che ad oggi rappresenta ciò che rimane dell'antico Lago Prile. Le etrusche mura dell'Arce che si ergono sulla sommità del colle di Vetulonia, ci vedono transitare nella valle sottostante strada provinciale delle Strette, prima di immetterci sulla ex statale Aurelia (SP152) in località Grilli, qui troviamo il segnavia con direzione Ribolla. Importante centro minerario fino agli anni '50, Ribolla è Porta del Parco Tecnologico e Archeologico delle Colline Metallifere. I segnavia per La Pesta, ci conducono sulle rive del Lago dell'Accesa. Riprendiamo a pedalare in salita seguendo il segnavia Capanne, ex villaggio minerario che conserva ancora la villa del direttore della miniera e le abitazioni delle maestranze. Posto sul bivio all'ingresso del villaggio, troviamo il segnavia Massa Marittima, la gemma medievale della Maremma dove è presente BikeGarage&More, un'area dedicata al ristoro e alla ricarica delle e-bike, posizionata nei pressi della piazza principale.

SECONDA TAPPA: MASSA MARITTIMA – CAMPAGNATICO

Da Massa Marittima si imbecca la SP 162 in direzione Siena. Oltrepasata Ghirlanda, capolinea della vecchia ferrovia mineraria Follonica – Massa, in località Pian di Mucini si prosegue a sinistra per poi seguire le indicazioni per Niccioleto. Pedaliamo in leggera salita per circa 6 km ritrovando la SP 162 nei

pressi di Prata. Seguiamo ora il segnavia GT “Tatti” che raggiungeremo dalla SP 54 “Cerro Balestro”, una bellissima strada che si snoda in leggera salita tra i boschi di sughere e lecci. Dall’antico castellare di Tatti, la traccia piega a sinistra (segnavia Roccatederighi). Si transita per Sassofortino e si pedala sulla SP 8 raggiungendo Roccastrada. Si prosegue in discesa sulla S.P. 157 per circa 5 km fino ad un’evidente curva a destra dove si imbecca la S.P. 46 Tollerò seguendo la segnaletica GT che indica Paganico. L’attuale complanare alla E78 ci accompagna fino all’incrocio con la SP 18 per lo scollinamento a Campagnatico, antico castello degli Aldobrandeschi di Sovana, citato da Dante nell’XI canto del Purgatorio.

TERZA TAPPA: CAMPAGNATICO – SANTA FIORA

Dal centro di Campagnatico si torna sulla SP 18 verso la Valle dell’Ombrone, che si attraversa in località Pianetti. Al successivo incrocio con la SP 17 Voltina, seguiamo il segnavia GT “Granaione”. Si prosegue per circa 4 km in pianura, per poi iniziare a pedalare in salita direzione Cinigiano. Il percorso verso il Monte Amiata prosegue, pedalando in costante salita alla volta di Monticello Amiata e Arcidosso, uno dei più suggestivi e caratteristici paesi dell’Amiata per la presenza della Rocca Aldobrandesca, che svetta imponente in cima al borgo. Seguiamo le indicazioni per Santa Fiora, dove troveremo anche la possibilità di ricarica delle nostre e-bike, grazie ad una postazione pubblica nei pressi dell’Infopoint in piazza Garibaldi. Di sicuro interesse, la visita al Museo delle Miniere di Mercurio del Monte Amiata. Imperdibile e una passeggiata per i vicoli del centro storico fino al bellissimo Parco della Peschiera.

QUARTA TAPPA: SANTA FIORA - PITIGLIANO

Dal centro storico di Santa Fiora, si prosegue seguendo il segnavia “Selva”, imboccando la SP Pitigliano - Santa Fiora. Veloci tornanti in discesa ci

accompagnano sul tratto in falsopiano adiacente al fiume Fiora, per poi affrontare i tornanti che conducono al caseggiato di Selva e al Convento della Santissima Trinità, luogo ameno ricco di storia e leggende. Successivamente si raggiungono Selvena e le vestigia della Rocca Silvana di epoca Aldobrandesca. Evidenti le tracce dell’attività mineraria che ha contraddistinto quest’area che, iniziata in tempi remoti, si è protratta fino agli anni 70 del secolo scorso. Il segnavia “Elmo”, nei pressi del cimitero di Selvena, ci preannuncia l’ingresso in una zona dove geologia, storia e paesaggio sembrano fare a gara per offrirci nuove ed entusiasmanti esperienze. Siamo giunti alle porte delle Città del Tufo, che vede nei borghi di Sorano e Pitigliano la massima espressione architettonica di questa estesa area geografica al confine tra Toscana e Lazio. Nei pressi di San Quirico di Sorano, la città rupestre di Vitozza. Si entra in Pitigliano in località Madonna delle Grazie, con uno spettacolare affaccio sullo sperone tufaceo su cui sorge l’abitato.

QUINTA TAPPA: PITIGLIANO – MAGLIANO IN TOSCANA

Pitigliano e Manciano, due borghi separati dalla profonda valle scavata dalle acque del Fiora che spacca in due l’altopiano tufaceo, dove popoli antichi hanno lasciato segni del loro passaggio. Il tufo rimane, anche in questo caso, l’elemento che caratterizza il territorio e in alcuni tratti il nastro d’asfalto della SR 74 Maremmana entra in trincea, aprendosi un varco nella formazione tufacea. Il ponte sul fiume Fiora segna per noi il punto di cambio di pendenza, da ora in poi si sale in una serie di serpeggianti curve che ci accompagnano fino alla Rocca Aldobrandesca di Manciano. Conosciuta come “la spia della maremma” per la sua posizione geografica, la rocca domina pianure e coste maremmane tra Toscana e Lazio. Pedaliamo in scioltezza, sulle veloci curve disegnate sui colli dalla SP 159 (segnavia Scansano) che scendono a Montemerano. Oltrepassato

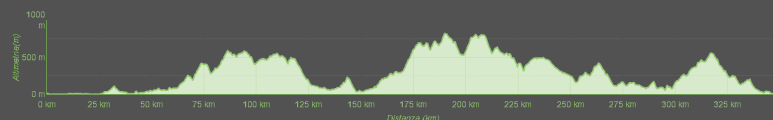
il piccolo borgo agricolo di Pomonte, si lascia la SP 159 per la SP 146 Aquilaia (segnavia Magliano in Toscana nei pressi del bivio) per raggiungere Magliano dalla strada consortile Colle di Lupo. Effetto scenico garantito, per i lunghi viali contornati di cipressi, che troviamo nei pressi della omonima fattoria.

SESTA TAPPA: MAGLIANO IN TOSCANA - GROSSETO

Visita obbligatoria per chi sosta a Magliano anche un solo giorno, le vestigia dell’Abbazia di S. Bruzio sono uno degli esempi più belli dello stile architettonico romanico in Maremma, l’edificio fu costruito dai monaci camaldolesi nell’anno Mille, ne rimane solo l’abside e alcuni archi da cui si sviluppa un’imponente cupola ottagonale, con bellissimi capitelli ricchi di simbologia attribuibile ai Cavalieri Templari. Partiamo da Magliano risalendo le colline in direzione Scansano. Lasciamoci sorprendere dalla torre medievale che svetta per 29 m dalla sommità dell’antico borgo di Pereta, è la sola e la più alta rimasta integra delle tante torri di avvistamento che esistevano in maremma. A Scansano, imperdibile una passeggiata nel “dentro”, la parte vecchia del borgo. Si prosegue in salita sulla SP 159 che attraversa il paese, (segnavia “Montiano” di fronte all’edificio comunale) scollina nei pressi del campo sportivo e prosegue in direzione Grosseto fino all’incrocio con la SP 9 “Aione” (segnavia Montiano). Ampi panorami sulle isole dell’arcipelago toscano si aprono davanti a noi, in questa lunga discesa che ci accompagna dalle colline alla piana grossetana. Nei pressi di Montiano, visita al borgo fortemente consigliata, l’itinerario prosegue in direzione Grosseto sulla SP 16. Poco prima dell’innesto della provinciale sulla SS1 Aurelia, si imbecca la strada comunale Grancia seguendo il segnavia “Grosseto”. Superato il ponte sull’Ombrone della SP 154 entriamo in città puntando sulla Stazione FS: punto di arrivo dell’itinerario.



LE TRACCE GPS DEGLI ITINERARI SONO DISPONIBILI SU:
www.visittuscany.com - www.quimaremmatoscana.it - www.fiabgrosseto.it



DIFFICOLTÀ





Sorano

CICLO TURISMO IN MAREMMA



UFFICI INFORMAZIONI TURISTICHE E ULTERIORI PUNTI DI INFORMAZIONE AMBITO MAREMMA TOSCANA SUD

Grosseto — Corso Carducci, 5 — 0564 488573/825 — info@grossetoturismo.it

Pitigliano — Piazza Garibaldi, 16 — 0564 617111 — iat@comune.pitigliano.gr.it

Sorano — Fortezza Orsini e Piazza Busatti — 0564 633099 — info@leviecave.it

Sovana — Piazza Pretorio — 0564 614074 — info@leviecave.it

Manciano — Via Cavour, 6 — 0564 620532 — mancianopromozione@gmail.com

Scansano — Piazza del Pretorio — 0564 509106 — musei@comune.scansano.gr.it

Capalbio — Via Collacchioni, 2 — 0564 896611 — ufficioturisticocapalbio@gmail.com

Porto S. Stefano — Piazzale del Valle, 11 — 0564 332075

turistico.pss@comune.monteargentario.gr.it

Porto Ercole — Lungomare Strozzi, 18 — 0564 833507 — turistico@comune.monteargentario.gr.it

[monteargentario.gr.it](mailto:turistico@comune.monteargentario.gr.it)

Isola del Giglio — Via Provinciale, 9 — Giglio Porto — 0564 860447

info@isoladelgiglio.it

Orbetello — Piazza della Repubblica — 0564 860447

orbitello@orbitelloturismo.it

Roccastrada — Corso Roma, 53 — 0564 563376 — iat@comune.roccastrada.gr.it

Civitella Paganico — 0564 900410 — turismo@civitellapaganico.info

*Gli orari degli uffici turistici dei Comuni possono subire delle variazioni durante l'anno.



CONTATTI

I.A.T. COMUNE DI GROSSETO

Tel. 0564 488573

0564 488825

0564 36306

info@grossetoturismo.it

www.quimaremmatoscana.it

Fiab Grosseto Ciclabile APS

info@fiabgrosseto.it

www.fiabgrosseto.it

Collaborazioni:

Servizio Turismo – Comune di Grosseto

Fiab Grosseto Ciclabile APS

Circolo Festambiente, Rispeccia – Grosseto

Parco Regionale della Maremma, Alberese – Grosseto

ASD Civitella Bike & Trekking – Civitella Marittima

Associazione Bicievento – Orbetello

UISP Grosseto – Delegazione di Orbetello

Gli itinerari 16-24 e 25 fanno riferimento ai percorsi del progetto
Cicloturismo in Maremma, edito nel 2009 dalla Provincia di Grosseto.

Sono disponibili su Visittuscany.com, il portale ufficiale della destinazione turistica della Toscana,
le tracce gpx degli itinerari: 1 – 3 – 5 – 7 – 8 – 9 – 11 – 12 – 14 – 15 – 16 – 18 – 19 – 24

Sono disponibili sul portale fiabgrosseto.it le tracce gpx degli itinerari: 2 – 3 – 4 – 6 – 10 – 13
– 17 – 20 – 21 – 22 – 25

Con il contributo dei Comuni di:

Grosseto, Civitella Paganico, Cinigiano, Campagnatico, Scansano, Semproniano, Magliano in
Toscana, Isola del Giglio, Manciano, Pitigliano, Sorano, Capalbio, Orbetello, Monte Argentario.



Sono inoltre presenti percorsi cicloturistici appartenenti ad altri ambiti turistici della
Provincia di Grosseto con riferimento ai Comuni di: Castiglione della Pescaia, Follonica, Gavorrano,
Massa Marittima, Roccastrada, Scarlino.

Foto: Mario Llorca @ tuscanycyclingseason.com

Foto: Daniele Ingrati per Fiab Grosseto Ciclabile

Testi e foto: Angelo Fedi per Fiab Grosseto Ciclabile

Revisione Testi: Valentina Fedi

Grafica e impaginazione: Internetfly Comunicazione

Finito di stampare a Giugno 2023

Tutti i diritti riservati © Copyright 2023 Comune di Grosseto



Pitigliano



Montemassi

AMBITO TERRITORIALE TURISTICO MAREMMA TOSCANA AREA SUD

