



Fondato nel 1923

"ad excelsa tendo"

GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

SOTTOSEZIONE C.A.I. MILANO

Via C.G. Merlo, 3
20122 Milano
tel.02.799.178
email:gam.milano0@gmail.com
sito:www.gam.milano.it

ESCURSIONISMO TURISTICO

24 APRILE – 29 APRILE 2024

ARGENTARIO E MAREMMA: ESCURSIONISMO NELLE TERRE DEI MACCHIAOLI

...La **Maremma**, lungo tratto di costa affacciato sul mar **Tirreno**, che da Follonica arriva fino alla **Laguna di Orbetello** sita nella provincia di Grosseto, un luogo magico che merita passeggiate in tutte le stagioni. Furono gli antichi Etruschi, i primi ad abitare le paludi maremmane, seguiti dai Romani, ma dopo il crollo dell'Impero la zona fu disabitata fino al XVIII secolo. Nonostante le terre bonificate siano coltivate, la Maremma conserva il suo aspetto naturale e selvaggio, come doveva apparire ai navigatori di qualche secolo fa grazie all'istituzione nel 1975 del "**Parco Naturale della Maremma**", conosciuto anche come "**Parco dell' Uccellina**" secondo parco regionale in Italia. Un grande



patrimonio di biodiversità ,fauna come cicinghiaali, caprioli, uccelli di palude, e flora come lecci, corbezzolo e sughera. Un itinerario che ci farà ammirare spiagge di sabbia fine su cui sveltano antiche torri spagnole, dune, fazzoletti di terra protetti da scogli a strapiombo e fondali di fauna marina tra le più varie del Tirreno. Saranno percorsi nella macchia mediterranea, tra animali

Programma di massima:

Merc- 24 Aprile: viaggio con AUTO PROPRIE

24 apr: **LAGO dell'ACCESA** : Percorso: Autostrada del Sole, direzione Bologna, svincolo Parma/La Spezia A15, seguire per Firenze/Livorno, con A 12 fino a Follonica Est, poi seguire le indicazioni per Massa Marittima, in direzione di Gavorrano, fino alla località **LA PESTA** dove è sito ampio parcheggio. Il lago dell'ACCESA è un bacino naturale d'acqua dolce(ca 30 mt di profondità a nord di Grosseto),circondato da colline. L'escursione unisce interessi naturalistici e archeologici, infatti sono stati rinvenuti resti di edifici etruschi del VII-VI a.c. Il lago occupa una depressione carsica formatasi al seguito del crollo di una antica grotta ed è alimentato da sorgenti subacquee. Costeggiando boschi e prati si arriva ad una serie di cascatelle a 4 salti alimentati dalle acque del Bruna. Continuando il cammino si giunge alla **GROTTA VERDE** con stalattiti che pendono copiose dal soffitto.(costo visita **GROTTA € 7,00**)

Caratteristiche percorso: Impegno MEDIO (E). Trattati in salita , nelle stagioni umide il terreno è fangoso. Portare scarpe da trek NO SUOLA LISCIA. Dislivello : mt 250/300 . Ore tot. Intero

pomeriggio. La guida si riserva di articolare il percorso in considerazione dell'arrivo da Milano. Tendenzialmente ad anello. Rientro in hotel cena e pernottamento.

Giov-25-Aprile. Abbazia S. RABANO-TORRE dell'UCCELLINA. Itinerario tra i più suggestivi del parco. Il ritrovo

È al **Centro visite di Alberese**, se in funzione, la navetta del parco ci porterà presso la **Casetta dei Pinottolai**, in alternativa la raggiungeremo con le auto. Si percorre l'**itinerario A1** che conduce ai resti dell'Abbazia di San

Rabano. Il percorso inizia con delle rampe rocciose, proseguendo in cresta, e su una panoramica lecceta si

intravedono le pietre biancastre dell'Abbazia e del Monastero di S. Rabano, l'antica **Sancta Maria in Alborensi**, fondata dai Benedettini nel XI sec. Restano i ruderi della chiesa romanica, la cupola ottagonale e la torre campanaria, Torre dell'Uccellina, eretta intorno all'inizio del XIV se. Per allertare la popolazione costiera dell'arrivo dei Saraceni, per volere di Cosimo de'Medici. Al termine della prima parte si scende all'Uliveto Collelungo in direzione del Promontorio Collelungo, con l'omonima Torre di avvistamento.

Si termina l'escursione tornando a Pinottolai. Con un po' fortuna attraverso la macchia mediterranea si possono avvistare daini e caprioli.

Caratteristiche del percorso: Difficoltà: Media. Durata: ore tot 6.00. Dislivello. Mt. 500. Lunghezza tot. Km 14

Ven-26-Aprile: Punta del Corvo. Cespugli bassi e radi di ginestre, timo e altre piante aromatiche, caratterizzano

questo itinerario che permette di raggiungere il **Crinale di Punta del Corvo**. L'itinerario parte dal parcheggio delle **Cisterne Romane**, raggiungibile dalla Aurelia a circa 1 KM da Talamone. Si prende il sentiero **T1** e si supera una recinzione e iniziamo a salire tra tratti ripidi e più comodi. Si cammina tra lecceti e spezie con panorami sulla costa e sulle isole. Si incontrano anche delle piazzole usate in passato per fare il carbone. Raggiunto il crinale roccioso del Semaforo ove ci sono alcuni edifici militari in rovina, il percorso si addolcisce e una deviazione permette di arrivare all'affaccio panoramico di Punta del Corvo. Seguendo le indicazioni per Poggio Tondo una discesa ci porterà all'incrocio per l'insenatura le **"Tre Cannelle"**. Ove se previsto si farà la sosta pranzo. Per questa deviazione occorreranno circa 45 minuti tra andata e ritorno. Si risale con il sentiero T2

Ritorno per lo stesso percorso. Rientro in albergo, cena, pernottamento.

Caratteristiche dell'itinerario: Difficoltà: E; sentiero da fare con le guide per la presenza di deviazioni in mezzo alla macchia, in alcuni tratti potrebbe essere un po' sconnesso ma senza pericoli.

Durata: ore 5.30 Tot. Dislivello ca mt 450. Lunghezza tot Km 8.

Sab-27-Aprile: Capo d'Uomo-Argentario. L'Argentario è un promontorio di forma ellittica, anticamente isola fu saldata al continente per accumulo di sabbia, formando dapprima l'istmo su cui sorge **Orbetello** e successivamente si formarono i due tomboli delle **Giannella e di Feniglia**. Faremo una tranquilla escursione che inizierà alle spalle di Porto S. Stefano, fino all'antica **Torre di Capo d'Uomo**, situata su una impressionante scogliera a picco sul mare con vista sull'arcipelago Toscano. Il sentiero è agevole e piacevole, attraverso i vivaci colori primaverili e profumi come il mirto, ginepro e tanti altri e si alterna con parti un po' polverose e rocciose fino all'ultima parte in salita in cima alla scogliera a picco sul mare. a 350 mt sul mare. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

Caratteristiche dell'itinerario; Difficoltà: E. Dislivello: 400 mt ca. Ore tot: 5. Lunghezza Km 10



Dom-28-Aprile: Salto del Cervo: Punto di partenza Tenuta dell'Uccellina a sud di Alberese, tra Alberese e Talamone vicino al podere Giulia. Questo percorso attraversa i Monti dell'Uccellina con una escursione che va da est verso ovest e consente di ammirare il **Parco della Maremma** da diverse angolature e punti di osservazione. Dal parcheggio ci si inoltra in un bel campo di ulivi e si arriva **alla**

Torre Bassa, costruzione medioevale della famiglia degli Aldobrandeschi. Da qui parte un sentiero che con una salita porta al punto più alto dell'escursione, ovvero alla struttura in legno di **Poggio delle Sugherine**, punto panoramico in cui lo sguardo abbraccia quasi nella sua interezza il Parco e il tratto di costa sottostante. Si prosegue attraverso la macchia mediterranea tra grandi piante di salvia, fino ad una strada sterrata ed un "ripido" sentiero che terminando con degli scalini termina (da qui l'appellativo Salto del Cervo) termina in una caletta solitaria per il meritato pranzo. Il ritorno seguirà per il percorso inverso. Rientro in hotel cena e pernottamento.

Caratteristiche dell'Itinerario: Difficoltà: E. Dislivello: 500 mt ca. Tot ore 6. Lunghezza 11 Km. Il percorso odierno presenta alcuni tratti in salita ripidi. Ma senza difficoltà tecniche.

Lun-29-Aprile: Monte Argentario: I Forti Spagnoli. Escursione a sud del Promontorio che raggiunge **la Rocca di Porto Ercole, Forte Stella e Forte Filippo**. Questo ultimo trek si sviluppa in parte nella macchia mediterranea e in parte nel centro abitato: il percorso offre panorami spettacolari sulla Laguna di Orbetello e sulle isole.

Accesso interno di **Forte Stella** dopo pranzo. I Forti sono stati per secoli i baluardi difensivi del piccolo porto. Un percorso che sarà una simbiosi di monumenti storiche naturali di questa terra selvaggia. Fine delle attività rientro a Milano.

Caratteristiche itinerario: T/E. Percorso cittadino-collinare. Dislivello: 250 mt. Lunghezza km 10/11. Tot. Ore 4

Dati Tecnici : saremo ospiti **dell'AGRITURISMO MAGNABOSCHI** Str. Del Barbicato 86.

Alberese(Gr). A 3 Km ca dal paese di Alberese, situato nell'area contigua al Parco Naturale della Maremma.

Un casolare ristrutturato a diretto contatto con la natura.

PARTECIPANTI: min. 12 max. 20 –

QUOTE:

- sistemazione in stanza doppia soci GAM € 490 + € 23 tessera GAM 2024; Soci CAI € 500
 - sistemazione in stanza tripla Soci GAM 440 + € 23 tessera GAM 2024 - Soci CAI 450
 - Stanza singola supplemento € 75 per tutto il periodo.
- Acconto € 300 entro 1-3 24 - saldo entro 1-4-24

Le quote comprendono

- Trattamento mezza pensione in hotel 3 stelle, bevande incluse con 1/4 di vino e acqua.
- Colazione: servita al tavolo con dolci, pane e marmellate fatte in casa, yogurt, bevande a scelta
- Cena: menù fisso di 3 portate (antipasto, primo e contorno, oppure antipasto, secondo e contorno oppure primo, secondo e contorno) + dolce, acqua, vino sfuso; le pietanze sono ricette casalinghe a base di prodotti aziendali o di aziende limitrofe e di stagione; sono esclusi dal prezzo caffè, amari, liquori o grappe.
- Accompagnatore e guida per tutto il periodo. **COOP. "LE ORME"**

Le quote non comprendono

- Tassa di soggiorno
- Pasti non inclusi nel pacchetto,
- Ingressi non previsti dal programma,
- Viaggio di andate e ritorno
- Tutto quanto non indicato alla voce "la quota comprende"

Il tracciato è stato realizzato cercando di offrire all'escursionista una varietà di ambienti di valenza storica, naturale e vegetazionale e punti panoramici di suggestiva bellezza, recuperando, per quanto possibile, i sentieri esistenti caduti da lungo tempo in disuso.