



*Parco della Maremma, dove la terra incontra il mare*

*Guida Enrico Mencherini*

*Dal 20 al 22 Settembre 2024*

**Venerdì 20 Settembre: L'Abbazia di San Rabano e i Monti dell'Uccellina. Ritrovo all'agriturismo Il Duchesco alle ore 10:30. Partenza escursione ore 10:50.** Partiremo dall'agriturismo per inoltrarci nella bella campagna grossetana, percorrendo la direttrice dell'antica strada della "Regina" che collegava queste zone con la Via Consolare Aurelia e il mare. Attraversata l'area più boscosa del parco, saliremo gradualmente sul versante interno del Parco. Lo sguardo si aprirà a bellissimi scorci sull'entroterra maremmano e sui verdi colli di macchia mediterranea. Da lì potremo ammirare in tutta la sua severa bellezza, incastonata in una sella tra Poggio Lecci e il poggio dell'Uccellina, la romantica e silenziosa sagoma dei ruderi dell'antico Monastero di San Rabano. Qui sosteneremo per il pranzo e scopriremo la storia di una delle più potenti Abbazie della Maremma. Ci sposteremo poi di poche centinaia di metri per arrivare al Belvedere da dove è possibile godere della vista sullo splendido litorale del Parco e sull'arcipelago Toscano.

**Sabato 21 Settembre Cala di Forno e le torri Medicee. Partenza ore 9:00.** L'escursione di questa giornata inizierà dalla località Pinottolai circondati dal più autentico paesaggio della Maremma, il pino domestico, i vecchi steccati, il bestiame brado e i cavalli al pascolo. Ci addentreremo nel cuore del Parco camminando nell'imponente Pineta Granducale che, con i suoi colori e i suoi profumi, ci accompagnerà fino al canale dello scoglietto, regno delle piante acquatiche e delle testuggini d'acqua. Seguendo il bel sentiero che lo costeggia, arriveremo alla spiaggia di Collelungo dove ai nostri occhi si concederà la bellezza delle dune fossili a cui contorti rami e tronchi d'albero portati dalla corrente marina, conferiscono un aspro e selvaggio fascino. Sembrerà di attraversare uno scorcio di deserto incastonato tra il mare e la falesia, su cui si erge la rinascimentale Torre di Collelungo. Proseguiremo il nostro cammino a mezza costa tra distese di ginestre, cisti e rosmarini che si alternano a boschi di ginepri secolari e di lecci. L'incantevole paesaggio e la voce del mare saranno lo sfondo della nostra pausa pranzo a Cala di Forno, dove la fatica sarà ricompensata dalla tranquillità di questa preziosa oasi di silenzio. Lasciemo a malincuore questa meraviglia, ma a Castel Marino, la più antica delle torri di avvistamento, saremo nuovamente appagati dalla veduta sulla pineta granducale e su tutto il litorale.

Phlomis Tours di Filippetti Giulia  
P.I. 16719061000 - REA AR-212810 - C.F. FLPGLI81M45H501Q  
Sede: Via Francesco Folli 29, Arezzo  
info@phlomistours.com  
giuliafilippetti@pec.buffetti.it



**Domenica 22 Settembre: La foce dell'Ombrone e le "Maremme". Partenza ore 9:30.** Questo itinerario ci porterà a scoprire uno degli ambienti più particolari del Parco, la Foce del fiume Ombrone e delle "maremme", così un tempo venivano chiamate queste zone umide costiere, spesso considerate desolate e malsane a causa della malaria che in questi luoghi ha imperversato fino al secondo dopoguerra. Nonostante tutto, queste terre sono state per millenni meta delle greggi transumanti provenienti dall'Appennino e non solo. Il percorso è facile e rilassante, spazieremo dalla verde Pineta Granducale alle vaste aree palustri limitrofe, fino alla foce del fiume. Qui si trova l'osservatorio ornitologico dove è possibile conoscere quali specie di uccelli abitano l'area. L'escursione continuerà percorrendo l'argine che separa il mare dall'entroterra e si concluderà camminando sulla bella spiaggia di Marina di Alberese.

**1° GIORNO Venerdì 20 Settembre. L' abbazia di San Rabano e i Monti dell'Uccellina**

Difficoltà: Media (E=Escursionistico)

Lunghezza: 14 km

Durata: 6 ore

Dislivello: 350 mt

**2° GIORNO Sabato 21 Settembre. Cala di Forno e le torri Medicee**

Difficoltà: Media (E=Escursionistico)

Lunghezza: 17,5 km

Durata: 7/ 7h e 30 minuti

Dislivello: 300 mt

Partenza ore 9:00 e spostamento in località Pinottolai, breve sosta al Centro visite del Parco per comunicare il numero di targa dell'auto prima di accedere.

**3° GIORNO Domenica 22 Settembre. La foce dell'Ombrone e le Maremme**

Difficoltà: Facile (T-E=Turistico/Escursionistico)

Lunghezza: 5 km

Durata: 2h e 30 minuti

Dislivello: 10 mt

Check out e ritrovo alle ore 9:30 per spostamento in loc. Marina di Alberese, breve sosta al Centro visite del Parco per comunicare il numero di targa dell'auto prima di accedere.



## INFORMAZIONI UTILI

L'escursione verrà confermata con un minimo di 8 partecipanti per un massimo di 20. Per prenotazioni oltre la data prevista per il saldo del tour, si prega di contattarci per verificare le disponibilità. In fase di iscrizione vi chiediamo cortesemente di volerci indicare eventuali esigenze, necessità, intolleranze alimentari. Potete contattarci tramite mail all'indirizzo: [info@phlomistours.com](mailto:info@phlomistours.com), telefonicamente o tramite WhatsApp al +39 3348413739

**Equipaggiamento:** scarponi da trekking alti alla caviglia con suola scolpita (tipo Vibram), abbigliamento adatto alla stagione, bastoncini da trekking facoltativi, lampada frontale, almeno 1 litro di acqua e pranzi al sacco.

### SOGGIORNO

Soggiogneremo presso l'Agriturismo il Duchesco. È possibile pernottare in camera doppia matrimoniale o twin, Per la stanza singola è richiesto un supplemento di 40€ (per persona per due notti) sulla quota di partecipazione. Possibilità di condivisione della camera doppia, scriveteci per segnalare vostre necessità e disponibilità. L'Agriturismo dispone di una piccola spa di cui si può usufruire ad un costo di 20€, su prenotazione per un minimo di 4 persone fino ad un massimo di 10. Se interessati, potrete prenotare direttamente presso la struttura. Vi segnaliamo inoltre che il Ristorante dell'Agriturismo Il Duchesco è specializzato per pasti senza glutine e nella selezione di prodotti locali e biologici.

### QUOTA

La quota individuale di partecipazione è di 280€. Acconto 80€ alla prenotazione, saldo entro il 10 Settembre 2024 tramite bonifico bancario intestato a Phlomis Tours di Filippetti Giulia Iban IT29V0306903215100000012809 Causale: Nome e Cognome Saldo escursione Parco della Maremma.

### LA QUOTA COMPRENDE

Guida ambientale escursionista abilitata per tutta la durata del tour, Polizza Allianz Globy Gruppi, Sistemazione in mezza pensione (cena del 20/09, colazione e cena del 21/09, colazione del 22/09) presso l'Agriturismo il Duchesco in Strada Provinciale Alberese, 29, 58100 Alberese Scalo GR. Le cene saranno composte da antipasto, primo secondo, contorno, dolce e acqua.

### LA QUOTA NON COMPRENDE

Mezzo di trasporto per raggiungere il punto di incontro, eventuale tassa di soggiorno da pagare in

Phlomis Tours di Filippetti Giulia  
P.I. 16719061000 - REA AR-212810 - C.F. FLPGLI81M45H501Q  
Sede: Via Francesco Folli 29, Arezzo  
[info@phlomistours.com](mailto:info@phlomistours.com)  
[giuliafilippetti@pec.buffetti.it](mailto:giuliafilippetti@pec.buffetti.it)



loco, vino e bevande extra ai pasti, pranzo al sacco, biglietto di ingresso al Parco della Maremma: 7€ per il 20 e il 21/09 e 3,50 per il 22/09 che potrà essere acquistato all'arrivo. Ingresso alla Spa. Tutto quanto non incluso nella voce "la quota comprende".

### MODALITA' DI PAGAMENTO

Potrete prenotare comodamente attraverso il nostro sito internet. Al momento del pagamento è indispensabile la compilazione dei campi relativi ai vostri dati personali. È fondamentale che prendiate visione delle Condizioni di Viaggio, della privacy policy, della polizza assicurativa, del modulo informativo standard, del modulo relativo alle informazioni precontrattuali. Successivamente al pagamento dell'acconto vi invieremo tramite mail tutta la documentazione di cui sopra. La copia di cortesia della fattura elettronica sarà inviata all'indirizzo mail fornito in fase di iscrizione.

### PENALI DI RECESSO

- a) 20% della quota di partecipazione sino a 30 gg. prima della partenza
- b) 35% della quota di partecipazione da 29 a 16 gg. prima della partenza
- c) 50% della quota di partecipazione da 15 a 9 gg. prima della partenza
- d) 75% della quota di partecipazione da 8 a 3 gg. prima della partenza
- e) 100% della quota di partecipazione a meno di 3 gg. prima della partenza

### CLASSIFICAZIONE DEL LIVELLO DI DIFFICOLTÀ

Riportiamo di seguito la classificazione dei livelli di difficoltà elaborata dal Club Alpino Italiano a cui facciamo riferimento per i percorsi:

#### **Difficoltà T, sentiero turistico**

Itinerario su stradine, mulattiere o larghi sentieri, con percorsi non lunghi ben evidenti e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono di solito sotto i 2.000 metri di quota. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

#### **Difficoltà E, sentiero escursionistico**

Itinerari che si svolgono su sentieri di ogni genere oppure su evidenti tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, petraie), di solito con segnalazioni; possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua dove, in caso di caduta, la scivolata si arresta in breve spazio e senza pericoli. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi, dove tuttavia i tratti esposti sono in genere protetti o assicurati (cavi). Possono avere singoli passaggi, o tratti brevi su roccia, non esposti, non faticosi né impegnativi, grazie alla presenza di attrezzature (scalette, pioli, cavi) che però non necessitano dell'utilizzo di equipaggiamento specifico (imbragatura, moschettoni, ecc.). Richiedono un certo senso dell'orientamento, come pure una certa

Phlomis Tours di Filippetti Giulia  
P.I. 16719061000 - REA AR-212810 - C.F. FLPGLI81M45H501Q  
Sede: Via Francesco Folli 29, Arezzo  
info@phlomistours.com  
giuliafilippetti@pec.buffetti.it



esperienza e conoscenza dell'ambiente alpino, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati. È il tipo di sentiero maggiormente presente sul territorio e più frequentato e rappresenta il 75% degli itinerari dell'intera rete sentieristica organizzata.

### **Difficoltà EE, sentiero per escursionisti esperti**

Si tratta di itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi su terreni particolari: sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, o misti di rocce ed erba, o di roccia e detriti); - terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc.); - tratti rocciosi, con brevi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate fra quelle di minore impegno). Rimangono invece esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci. Necessitano: esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguate. Per i percorsi attrezzati è inoltre necessario conoscere l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (moschettoni, dissipatore, imbracatura, corda).

Phlomis Tours di Filippetti Giulia  
P.I. 16719061000 - REA AR-212810 - C.F. FLPGLI81M45H501Q  
Sede: Via Francesco Folli 29, Arezzo  
info@phlomistours.com  
giuliafilippetti@pec.buffetti.it