



La via Francigena Italia in bicicletta: viaggio individuale da Pavia a Lucca

Un viaggio che parte dalla pianura agricola dominata dal Po, il grande fiume che potrete attraversare con un piccolo traghetto, come antichi pellegrini, fino giungere alle mura medievali di Lucca, passando per i litorali del Mar Tirreno. Partirete da Pavia, una delle più belle sorprese della Via Francigena, che custodisce la memoria stratificata di Romani e Longobardi, viaggiando in bicicletta attraverso la pianura agricola fino all'attraversamento del Po a Piacenza, che vi condurrà in Emilia. Siete pronti ad entrare in uno dei territori mitici dell'enogastronomia italiana, patria del Prosciutto di Parma, del culatello di Zibello, del Parmigiano Reggiano? Non mangiate troppo però, il viaggio vi riserva ancora delle belle sorprese, come l'abbazia cistercense di Chiaravalle della Colomba, e il duomo di Fidenza, i cui bassorilievi vi faranno ripercorrere la storia del pellegrinaggio.

Continuerete il viaggio tra le colline parmensi, antipasto dei rilievi toscani, fino alla discesa verso Pontremoli e l'attraversamento della Lunigiana, terra di castelli e borghi medievali. Infine Marina di Massa, dove potrete posare la bicicletta per concedervi un bel bagno, per concludere il viaggio a Lucca, con la sua pittoresca piazza ellittica.

1° giorno Arrivo individuale a Pavia

Città medievale dai molti tesori artistici: potrete scoprire le meraviglie di età Romana, ammirare l'altare scolpito della Basilica di San Pietro e passeggiare sotto le torri medievali. Ma l'antica bellezza di Pavia cela un'anima giovane, grazie alla prestigiosa università: il centro storico è sempre affollato di studenti, e Piazza della Vittoria è il luogo di incontro preferito per un aperitivo dopo le lezioni. Vi consigliamo di imitarli, rimanendo fino a tardi per godervi la piazza illuminata.

2° giorno Pavia - Piacenza 65 km

Oggi pedalerete nella pianura alluvionale del basso pavese fino al "Transitum Padi", dove i pellegrini a piedi sono trasportati dall'altro lato del fiume: l'itinerario ciclabile permette di pedalare lungo il fiume Po fino a Piacenza, la porta di ingresso all'Emilia Romagna, famosa per le sue delizie gastronomiche. Qui potrete assaggiare i deliziosi salumi locali, annaffiati da un bicchiere di Gutturino, e passare attraverso la Porta del Paradiso per scoprire l'interno della sua bella Basilica.

3° giorno Piacenza - Parma 62 km

La tappa di oggi, tranquilla e pianeggiante, vi condurrà fino a Parma: lungo la strada non potete perdervi una visita all'abbazia cistercense di Chiaravalle della Colomba, dove potrete raccogliervi per qualche istante nel silenzio del chiostro. Se vi piacciono le tradizioni popolari, fatevi recitare la filastrocca dedicata alla ciribiciaccola, il nome dialettale della torre dell'Abbazia.

Proseguendo attraverso le colline parmensi, un assaggio di quelle toscane, arriverete a Parma: questa provincia italiana vanta un gran numero di delizie gastronomiche con cui rifocillarvi.

4° giorno Parma - Berceto 51 km

Oggi vi attende una tappa impegnativa, ma ricca di bellezza: sulla vostra strada incontrerete i borghi di Bardone e Terenzo, dove potrete ammirare le antiche Pievi e alcuni bassorilievi custoditi al loro interno. Da qui affronterete una salita che vi condurrà verso Cassio, dove un breve tratto in discesa vi illuderà di essere arrivati alla meta. Purtroppo non è così: dovrete riprendere la salita fino a Berceto, un "piccolo gioiello di pietra", dove potrete rifocillarvi con i funghi locali e pattona, un dolce tipico a base di farina di castagne.

5° giorno Berceto - Aulla 54 km

Questa tappa non vi concederà riposo, ma riserverà nuove sorprese che ripagheranno i vostri sforzi. Dal Passo della Cisa scenderete in picchiata verso Pontremoli, la città dei ponti e delle statue stele, dove potrete concedervi una rilassante passeggiata serale tra i vicoli del centro storico.

Ad Aulla posate la bicicletta e visitate l'abbazia di San Caprasio, e non perdetevi una passeggiata lungo le mura antiche della Fortezza della Brunella, improvvisandovi sentinelle medievali, prima di una passeggiata nel centro storico. Se l'appetito si fa sentire, niente di meglio delle gustose focaccette locali, da gustare ancora calde accompagnate da salumi e formaggi.

6° giorno Aulla - Marina di Massa 47 km

Da Aulla percorrerete un primo tratto in salita impegnativo ma gratificante: giunti alla cima avvisterete per la prima volta il mare. Lungo il percorso attraverserete paesaggi verdissimi e borghi medievali. A Sarzana vi stupirete per gli interni barocchi della Cattedrale di Santa Maria Assunta, e ammirerete la facciata gotica della Pieve di Sant'Andrea, l'edificio più antico della città. Scoprirete il gusto della "torta scema", e potrete scoprire il significato del suo nome dagli abitanti locali.

Vi aspetta poi un tratto pianeggiante, sulle orme degli antichi pellegrini che dal porto romano di Luni si imbarcavano verso Santiago de Compostela. Non perdetevi la visita all'area archeologica, con l'antico



anfiteatro e il museo che conserva uno splendido mosaico del Dio Nettuno. Raggiungerete infine Marina di Massa, dove potrete concedervi il primo bagno del vostro viaggio.

7° giorno Marina di Massa - Lucca 52 km

Una bella ciclopista lungo il mare vi accompagnerà da Marina di Massa verso Pietrasanta. Prima di curiosare tra gallerie d'arte e botteghe artigiane vi consigliamo una visita al Duomo della città, per camminare tra le colonne marmoree ed ammirare le volte affrescate. Da Camaiore si prosegue in saliscendi tra le colline fino a Lucca, meta del vostro viaggio: varcate le mura e immergetevi nel centro storico, dove vi attendono moltissime attrattive. Potrete ammirare la facciata decorata di San Frediano, girare le botteghe della piazza dell'Anfiteatro per acquistare farro e biscotti locali, conquistare la torre Guinigi e ammirare la città dall'alto del suo giardino pensile.

8° giorno Lucca; termine del viaggio dopo colazione

Caratteristiche

Tipo di viaggio individuale

Partenze minimo due persone; ogni giorno dal 1/4 al 31/10

Durata del viaggio 8 giorni/7 notti

Livello di difficoltà medio

Il tour percorre piccole piste ciclabili e strade di campagna; il terreno è prevalentemente collinare.

Km totali 331

Tipo di bici city bike o da turismo

Trasporto bagagli si

Incontro informativo/briefing nel primo hotel no

Solo noleggio bici no

Solo trasporto bagagli no

Personalizzazione del viaggio si

Quota 2023 a persona in camera doppia

Quota di partecipazione € 1127.--

La quota comprende

Pernottamenti in hotel ***, b&b e agriturismi con prima colazione
Trasporto bagagli da una struttura all'altra (1 solo bagaglio a testa max 20 kg)
App con descrizione dell'itinerario
Assicurazione medico/bagaglio 24 ore su 24
Supporto telefonico d'emergenza
Quota d'iscrizione

La quota non comprende

Il viaggio per raggiungere le località di ritrovo e ritorno
Pranzi e cene
Le visite e gli ingressi
Le mance
Gli extra in genere di carattere personale
Tutto quanto non specificato sotto la voce "la quota comprende"



Supplementi a persona

Camera singola	€ 223.--
Singolo viaggiatore	€ 704.-- (incluso supplemento singola)
Noleggio bicicletta	€ 135.--
Noleggio bicicletta elettrica	€ 230.--
Noleggio casco	€ 25.--

A richiesta

Assicurazione annullamento viaggio: 5% del costo del viaggio

Notti aggiuntive

Preventivi per gruppi precostituiti (CRAL – associazioni – amici - scuole)

Prenotazioni

Per prenotare compilare e spedire il modulo di iscrizione qui a fianco; versare il 25% della quota di partecipazione; versare il saldo circa un mese prima della partenza.