

BicistaffettaFIAB 2011

dal 3 al 7 settembre

Ciclovia Tirrenica Bicalia n.°16

Ti-Bre_dolce

(Km.350)

Verona-Mantova-Sabbioneta-Casalmaggiore-Colorno-Parma-SalaBaganza-Calestano-Berceto-
-Passo della Cisa-Pontremoli-Sarzana-Marina di Massa-Versilia-Pisa-Livorno
(Veneto - Lombardia - Emilia - Liguria - Toscana)

PROGRAMMA

Venerdì 2 Settembre

Verona, ore 18: presentazione del percorso e rinfresco di benvenuto.

Pernottamento presso il Centro Carraro Lungadige Attiraglio, 45 37100 Verona Tel +39 045 915877

Sabato 3 Settembre

1^ tappa

VERONA-MANTOVA-SABBIONETA (km.93)

7,45 ritrovo sul Ponte di Castel Vecchio, sull'Adige a Verona,

8 partenza per Villafranca – Grezzano – Tormine – confine prov.Vr/Mn – Pedaloco – Canedole – Grasso – San Giorgio sponda nord del Lago di Mantova, campo canoe, con vista sul Palazzo Ducale, km.45,6;

12-13 sosta pranzo con i prodotti del mercato contadino a Mantova, Loggia di Giulio Romano via Pescheria;

13,30 salute ufficiale delle autorità e partenza, inaugurazione "Percorso Unesco"

<http://www.mantovasabbioneta-unesco.it/>, (km..47,8 : Mantova–San Silvestro–Buscoldo–Torre d'Oglio–S.Matteo delle Chiaviche–Sabbioni–Bocca Chiaviche–Commessaggio–Sabbioneta): il percorso si snoda su strade a basso traffico, attraverso le zone umide del Parco Oglio Sud, consentendo di scoprire ambienti altrimenti inesplorati e apprezzare al meglio le caratteristiche paesaggistico culturali del territorio.

17,30 circa arrivo a Sabbioneta, città voluta dal Principe Vespasiano Gonzaga Colonna 1554-1556, circondata da possenti mura, testimonianza eccezionale di realizzazione urbana, architettonica e artistica del Rinascimento, nel 2008 dichiarata insieme con la città di Mantova patrimonio mondiale dell'umanità e iscritta nell'elenco dei siti Unesco; sistemazione in albergo; ore 18,30 visita guidata alla Galleria Gonzaga e al Teatro; brindisi e incontro pubblico con le autorità locali, centro Unesco - Palazzo Forti; ore 20,30 cena; pernottamento: parte del gruppo pernotta in Sabbioneta, parte pernotta a Casalmaggiore (7km) con trasferimento in pullman provvisto di carrello portabici.

Domenica 4 Settembre

2^ tappa

SABBIONETA – CASALMAGGIORE – APPRODO DI SACCA SUL PO – COLORNO – PARMA – SALA BAGANZA (km. 56,8)

7,45 ritrovo 8 partenza da Sabbioneta centro;

9,00 Casalmaggiore (Prov.incia di Cremona, Regione Lombardia), incontro con gli amministratori locali; 9,15 imbarco sulla motonave per la traghettazione del Po da Casalmaggiore all'approdo di Sacca di Colorno (Prov.incia di Parma, Regione Emilia-Romagna).

Difficile immaginare l'Emilia-Romagna senza il Po. Il Po è il fiume che ha dato vita alla Pianura Padana, che vede scorrere fiumi e affluenti fino alle Valli di Comacchio, che vede affacciarsi l'arte e la cultura delle città e i paesaggi pianeggianti e collinari dell'Appennino (<http://www.visitporiver.com/>).

Sbarco a Sacca 10,15 , inizio "Percorso delle tre Residenze Ducali di Parma" (Reggia di Colorno, Pilotta e Giardino Ducale di Parma, Casino dei Boschi di Sala Baganza); 10,45-11,30 sosta a Colorno con visita alla Reggia e al Parco Ducale (1^Residenza Ducale).

12,30 arrivo a **Parma**, visita guidata alla Pilotta (Teatro Farnese), alla Villa e al Giardino (2^ Residenza Ducale);
13,30 buffet eco-bio km.0 **Antiche Serre di Petitot** (Giardino Ducale),,
15.00 Palazzetto Eucherio Sanvitale (Giardino Ducale), visita mostra **“Tutela e valorizzazione dei Torrenti Parma e Baganza, una greenway attraversa la città”**, incontro pubblico con gli amministratori: presentazione **progetto Ti-Bre_dolce**, Ciclovía Tirrenica Bicitalia n.° 16, presente l'On. Carmen Motta - Intergruppo Parlamentare Amici della Bicicletta.
16.30 partenza per Sala Baganza (Parma, 15 km), cui si arriva percorrendo Strada Farnese, strada comunale a basso traffico, l'antica via delle cacce ducali, lungo la sponda sinistra del Torrente Baganza.
17.30 arrivo a **Sala Baganza**, sistemazione in albergo; **18,00** inizio visita guidata alla **Rocca di Sala**, al **Parco monumentale** e alla **villa neoclassica Casino dei Boschi**, già residenza di Maria Luigia d'Austria, duchessa di Parma (3^ Residenza Ducale) – **Parco Regionale Boschi di Carrega**, primo parco regionale in ordine cronologico in Emilia-Romagna, istituito nel 1982); **20,30** cena nei Boschi, cucina tipica parmigiana; pernottamento a Sala Baganza (162 m. s.l.d.m.).

Lunedì 5 Settembre

3^ tappa

SALA BAGANZA – CALESTANO – BERCEO – PASSO DELLA CISA - PONTREMOLI **(km. 65,7)**

7,45 **caricamento delle borse su pulmino**, per coloro che, nel tratto appenninico, desiderino alleggerire le proprie bici in vista della salita a Berceto (808 m. s.l.d.m.) e al Passo della Cisa (1040 m. s.l.d.m.);

8 **partenza da Sala Baganza**, inizio **tratto appennico** in dolce pendenza verso **San Vitale** (rinomato luogo di stagionatura del prosciutto di Parma doc), e **Marzolaro**, lungo l'ombrosa strada a basso traffico che costeggia l'ampio sassoso greto del Baganza, fiancheggiata da antiche corti agricole collinari, mulini ad acqua, vigneti a piantata padana, e prati stabili per la fienagione (alcuni interessanti elementi residui dello storico paesaggio agrario collinare parmense, zona di produzione tipica del “grana parmigiano-reggiano”); breve sosta a **Calestano** con saluto del sindaco;

10,30 breve sosta ristoro in trattoria tipica nella verde ombrosa medio-alta Val Baganza, a **Ravarano**, sulla provinciale a basso traffico, con suggestive viste dall'alto del selvaggio corso del torrente inciso fra scoscesi speroni di arenaria, dalle complesse geomorfologie (“Denti del Diavolo”);

13,30 **sosta pranzo** buffet a **Berceto** (prov di Parma, m. 808 s.l.m.), **tappa “d’obbligo” dell’antica via dei pellegrinaggi, la romea Francigena Cantherbury-Roma**, attuale storica strada statale n.°62 (sgravata dal traffico pesante, ora tutto dirottato sulla A15) punteggiata dalle caratteristiche case cantoniere della prima metà del XIX sec., incontro pubblico con gli amministratori locali, visita al borgo medievale e al Duomo romanico di San Moderanno (francese Vescovo di Rennes), nato come chiesa del monastero che Liutprando, re dei Longobardi, fonda nel **719** presso il valico appenninico (attuale Passo della Cisa) della strada di Monte Bardone, principale collegamento tra Emilia e Toscana e tra nord e sud d'Europa; **ripartenza ore 15,30-16;**

17 breve sosta al **Passo della Cisa** (a 9 km, m. 1040 s.l.m.), poi stupenda discesa (frenata) a Pontremoli (m. 236 s.l.m.) Val Magra, Lunigiana (Provincia di Massa-Carrar, Regione Toscana), per la storica strada napoleonica (voluta da Napoleone I col suo editto del 1808, e costruita da Maria Luigia d'Austria, duchessa di Parma), attuale ss. n.°62 (Verona-Parma-La Spezia), all'ombra dei castagni;

17,40 arrivo previsto a **Pontremoli**, sistemazione in albergo; visita dell'antico importante centro appennico, sede del premio letterario Bancarella (nella prima edizione, 1953, assegnato ad Ernest Hemingway, “Il vecchio e il mare”), ubicato, alla confluenza del Torrente Verde con il Fiume Magra (i due bei ponti di pietra a schiena d'asino da percorrere a piedi per osservare il borgo dall'esterno e lo scorrere dei due poetici corsi d'acqua appenninici), su uno dei più antichi percorsi che collegano la Valle Padana con la Liguria e la Toscana, percorso dai pellegrini della Via Francigena (XXXI tappa di Sigerico) ed ancora oggi incrocio di importanti infrastrutture viarie come appunto la statale n.° 62, l'autostrada A15 e la linea ferroviaria Pontremolese, che collegano direttamente Parma e la Valle del Po con La Spezia, e il nord Europa col porto di Livorno; degustazione delle specialità dolciarie locali in antica pasticceria tipica; cena, cucina tipica lunigianese; pernottamento.

Martedì 6 Settembre

4^ tappa

PONTREMOLI – SARZANA – FIUMARETTA – MARINA DI MASSA **(km. 61)**

8 partenza da Pontremoli centro;

breve sosta sul Fiume Magra (<http://www.terredilunigiana.com/natura/fiumemagra.php>);

13 sosta pranzo buffet a **Sarzana** (prov. di La Spezia), nel **Loggiato di Gemmi**, storico caffè-pasticceria-ristorante nei locali di un antico convento del Cinquecento, cui accederemo entrati da Porta Parma, e da cui usciremo per Porta Romana, dopo aver attraversato longitudinalmente tutto il caratteristico bel centro

storico della città luogo d'origine della famiglia Bonaparte (Casa Torre, via Mazzini), da cui discese Napoleone I ; **Luni**, l'antico centro e porto romano, oggi interrato, da cui partì Catone con la sua flotta contro Cartagine per la prima guerra punica (264-241 A.C.); **sosta con prima vista del mare Ligure-Tirreno**, spiaggia di **Fiumaretta, foce del Fiume Magra**, di fronte Monte Marcello e sullo sfondo est le Alpi Appuane, a sud le gialle gru del porto marmifero di Marina di Carrara; **18,30** arrivo a **Marina di Massa** (prov. Massa-Carrara), sistemazione nella bianca architettura razionalista anni 30 ora confortevole **ostello sul mare**, ex colonia città di Torino; cena; **dopocena conversazione con lo scrittore Michele Marziani "Letteratura e Paesaggio"**, invitati gli amministratori e il pubblico locali; pernottamento.

Mercoledì 7 settembre

5^ tappa

MARINA DI MASSA –VERSILIA – PISA – LIVORNO **(km.60)**

8 partenza

Lasciandoci alle spalle l'eco dell'aria "Dai monti di Sarzana", <http://www.vocidimezzo.it/repertorio/canti-della-resistenza/dai-monti-di-sarzana/>, entriamo in Versilia con in mente Sant'Anna di Stazzema (in Comune di Pietrarsa) <http://www.santannadistazzema.org/sezioni/LA%20MEMORIA/>. Percorriamo il lungomare a perdita d'occhio, ammirando la lunga spiaggia accompagnati dal profilo delle Alpi Apuane. Qualcuno ricorderà i fasti degli anni '60 passando davanti alla Capannina di Forte dei Marmi o alla mitica Bussola. Per chi ama la musica classica, il passaggio da Torre del Lago di Giacomo Puccini e la conclusione nella Livorno di Mascagni. I letterati preferiranno a Viareggio la spiaggia al di là del molo descritta da Mario Tobino, a Pisa nacque Rustichello, che scrisse "il Milione" sotto dettatura di Marco Polo, mentre Livorno è terra natale dello scrittore risorgimentale Francesco Domenico Guerrazzi. Se invece si vuol esser lieti, il museo della satira a Forte dei Marmi, il Carnevale di Viareggio e il Vernacoliere di Livorno garantiscono la giusta dose di risate e riflessione. La natura farà da cornice a tutto il viaggio, con il panorama delle Apuane prima e il Parco Naturale di Migliarino che attraverseremo fino a raggiungere **Bocca di Serchio**, la foce del fiume che fa da confine fra le provincie di Lucca e Pisa. Da qui continueremo per **Pisa**, attraversando speditamente il suo centro storico e **l'Arno sul Ponte di Mezzo**.

12,30-13,30 sosta pranzo leggero rinfrescante e svelto presso uno chalet tipico a **San Piero a Grado**, con vista della **chiesa romanica**: In epoca medievale, prima dell'inesorabile avanzata della linea di costa, la località si trovava ai margini delle scalo portuale marittimo di Pisa. Secondo la tradizione qui approdò l'apostolo Pietro nell'anno 44 d.C., proprio nel luogo in cui oggi si erge la grande basilica.

15 circa arrivo a **Livorno** in tempo per partecipare all'apertura, prevista per quell'ora, dell'incontro-convegno pubblico conclusivo "muoversi in bicicletta", su **Ti-Bre_dolce** e la nuova **Ciclovia Tirrenica Bicalia n.° 16**, con la partecipazione degli amministratori locali: saranno presenti fra gli altri il Sen. Paolo Giaretta Intergruppo Parlamentare Amici della Bicicletta, Laura Schiff – Servizio Turismo Regione Emilia Romagna (Progetto interregionale Visit Po River, <http://www.visitporiver.com/>), **Claudio Pedroni** responsabile progetto FIAB Bicalia e **Jens Erik Larsen** della Commissione EuroVelo, proveniente da Copenhagen appositamente per pedalare con noi lungo la Ti-Bre_dolce da Verona a Livorno.

Da Verona a Livorno in totale percorsi circa 350 km.