



Data Escursione: dal 29-10-2022 al 01-11-2022

**Tabella Tecnica**

Proposta da :	STARTREKK Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	1 m
Ore :	1 ore
Difficoltà :	T/E
Lunghezza :	1 km

**Descrizione** Approfittiamo di una delle più belle e riuscite feste della castagna, "Il Crastatone", per portarvi a conoscere una montagna poco conosciuta ai più ma straordinariamente ricca di natura, storia e bellissimi paesini medievali conservati quasi intatti; con le loro case, le chiese ed i castelli, risalenti al medioevo, mantenuti e preservati al trascorrere del tempo. Insieme a chiese e castelli si conservano in questi luoghi anche le più belle feste tradizionali, soprattutto quelle che rimandano ad antichi usi e costumi.

Il Monte Amiata è uno dei luoghi dove si coltivano ancora oggi le migliori specie di castagne, soprattutto marroni, utilizzati, non a caso, da molte grandi industrie dolciarie per la preparazione di dolci tipici e marron glaces.

Il nostro weekend sarà all'insegna del trekking, ma non ci faremo mancare, partecipando alla festa, l'assaggio di queste dolcissime e squisite castagne, una cena tradizionale presso una delle cantine aperte appositamente per la festa, dove le signore del paese cucineranno per i clienti le prelibatezze tipiche della tradizione amiatina, e naturalmente una bella passeggiata per il paese che sarà animato da stand gastronomici, mercatini dell'artigianato e dai tipici calderoni per la cottura delle "crastate" (caldarroste) direttamente sul fuoco

**PROGRAMMA****Sabato:**

Arrivo in mattinata ad Abbadia San Salvatore e check-in in albergo

Iniziamo subito il nostro weekend escursionistico/ludico/culinario con una escursione (piuttosto breve ma gratificante) lungo la vecchia strada che i minatori dell'epoca usavano per spostarsi, a piedi, da Piancastagnaio ad Abbadia SS. Durante la camminata approfitteremo per raccogliere un po' delle locali castagne che riporteremo a casa per gustarle con amici e parenti.

Lunghezza: 6 km

Dislivello: 300 mt

Difficoltà: T/E

Arrivati a Piancastagnaio il pranzo sarà libero, potremo approfittare degli stand gastronomici preparati per la festa o di uno dei localini sparsi del paese

Dopo pranzo potremo visitare la Rocca Aldobrandesca di Piancastagnaio e fare un giro turistico del paese già immerso nei festeggiamenti

Nel tardo pomeriggio recupereremo le auto, che avremo lasciato appositamente a Piancastagnaio, e torneremo ad Abbadia SS.

Cena in albergo

**Domenica**

Escursione fino alla vetta del Monte Amiata con partenza da Abbadia San Salvatore. Si inizia attraversando il bellissimo bosco di castagni fino intorno ai 900-1000 metri, per immergerci poi nella fantastica faggeta fino a giungere alla gigantesca croce sulla cima dell'Amiata a 1738mt. Si torna seguendo un percorso ad anello

Lunghezza: 15km

Dislivello: 900mt

Difficoltà: EDurata: 7h

Dopo la doccia torniamo a Piancastagnaio (stavolta in auto) dove ceneremo in una tipica cantina di una delle contrade del paese allestite appositamente per la festa.

Sarà l'occasione per provare i piatti tipici della zona cucinati dalle sapienti mani delle mamme e nonne di Piancastagnaio

Dopo cena ci sarà tempo per un altro giro nel paese, ricco di festeggiamenti per poi tornare in albergo

**Lunedì**

Dopo la colazione ci spostiamo in auto verso un altro tipico paesino dell'Amiata, il Vivo d'Orcia, dove inizieremo la nostra escursione verso il secondo rifugio Amiatino che ci accoglierà per il meritato pranzo. Il bosco che attraverseremo vi stupirà per la bellezza e la tranquillità

Dopo pranzo, seguendo un percorso ad anello, torniamo verso il Vivo d'Orcia (tutto in discesa, tranquilli! :D), recuperiamo le auto e torniamo in albergo (possibilità di tornare a piedi per lo stesso percorso dell'andata)

Cena in albergo

**Martedì**

Dopo la colazione lasciamo l'albergo e facciamo una visita alla bellissima Abbazia di Abbadia San Salvatore. Chi fosse interessato (ve lo consiglio) potrà visitare l'interessante Parco Museo Minerario di Abbadia San Salvatore

<http://www.museominerario.it>, con gli altri potremo girare un po' per visitare il paese

Per il pranzo (libero) conviene spostarci nuovamente a Piancastagnaio, dove la festa sarà ancora nel vivo e dove sarà possibile

fare gli ultimi acquisti prima di ripartire per Roma (vi indicherò volentieri i prodotti tipici e genuini che, se siete golosi, dovrete per forza riportare a casa)

Partenza per Roma

**ACCOMPAGNATORI:**

AEV Danilo Rosati 335.1330303

**MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO**

Scarponcini da trekking, zaino, bastoncini, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), pile o maglione, giacca antivento/antipioggia (possibilmente in gore-tex), pantaloni comodi per camminare (lunghi), acqua (almeno 1,5lt), pranzo al sacco, cappello, guanti, occhiali da sole, crema solare. Abbigliamento comodo per la sera e per le passeggiate in paese

**COSTO:** 295€ a persona

La quota comprende:

Tre notti in hotel 3 stelle con sistemazione in camere doppie (supplemento singola 20€ al giorno)

Tre cene:

Cena del sabato in albergo (compresa acqua e vino)

Cena della domenica in una cantina tipica allestita per la festa della castagna

Cena del lunedì in albergo (compresa acqua e vino)

Un pranzo:

Pranzo del lunedì in rifugio

Tutte le escursioni

Il supporto di uno o più accompagnatori Startrekk per tutta la durata dell'evento

La quota non comprende:

Le spese di viaggio

I pranzi (tranne quello del lunedì al rifugio)

Tutto quanto non specificato alla voce "La quota comprende"

Sarà possibile partecipare anche soltanto ad alcune delle giornate, di seguito le possibili soluzioni ed i relativi costi:

Sabato e Domenica (2 giorni, una notte)

**COSTO:** 130€ a persona

La quota comprende:

Una notte in hotel 3 stelle con sistemazione in camera doppia (supplemento singola 20€ al giorno)

La cena del sabato in albergo (compresa acqua e vino)

Due escursioni

da Domenica a Martedì (3 giorni, due notti)

**COSTO** 225€ a persona

La quota comprende:

Due notti in hotel 3 stelle con sistemazione in camera doppia (supplemento singola 20€ al giorno)

Due cene:

Cena della domenica in una cantina tipica allestita per la festa della castagna

Cena del lunedì in albergo (compresa acqua e vino)

Un pranzo:

Pranzo del lunedì in rifugio

Tre escursioni

**PER INFORMAZIONI:**

Danilo Rosati 335.1330303

**PER PRENOTAZIONI:**

Direttamente sul nostro sito <https://www.startrekk.it/hike.php?id=1360> cliccando sul tasto "Mi prenoto".

E' richiesto il versamento di un acconto di € 100€ sull'iban: IT61Z0306967684510724312088 intestato a STARTREKK. Il saldo entro una settimana dalla partenza.

**APPUNTAMENTI:**

- 1° appuntamento ore 8:30 Viale America 250 (fermata metro Eur Palasport)

- 2° appuntamento ore 11.30 presso Hotel Adriana, Via Sardini, 76, Abbadia San Salvatore (SI)

Evento riservato ai soci in regola con in tesseramento. Tessera Federtrek 15,00 euro. Possibilità di farla il giorno della partenza

**Accompagnatore1:** AEV Rosati Danilo

**Cell:** 3351330303

**Accompagnatore2:**

**Cell:**

**Informazioni:**

**Nota:** Si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori. L'attività proposta può subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni sicurezza e di opportunità per il gruppo, pertanto ogni tesserato è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi o modalità differenti da quelle indicate.