Casentino
TOSCANA
naturalmente autentico

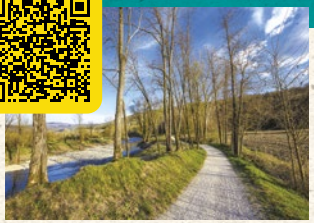


PEDALIAMO IN CASENTINO



LEGENDA

- Ciclopedonale dell'Arno
- Pista Forestale della Lama
- Punti informazione
- Centri visita Parco
- Borghi più belli d'Italia



CICLOPEDONALE DELL'ARNO

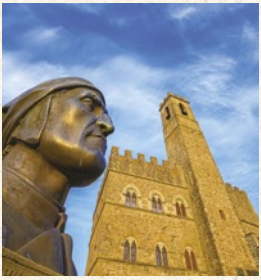


PISTA FORESTALE DELLA LAMA

LA CICLOPEDONALE DOVE NASCE L'ARNO

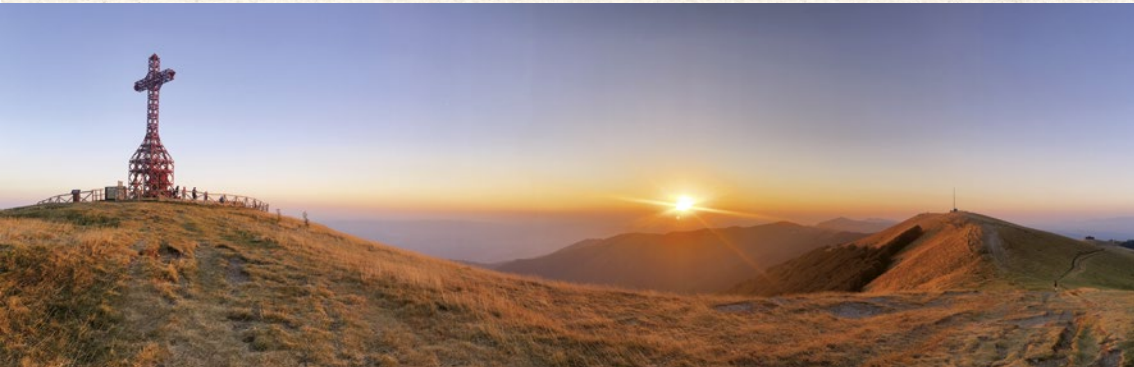
L'Arno è *"un fiumicel che nasce in Falterona e cento miglia di corso nol sazia"* come diceva **Dante** nella sua Commedia (Purgatorio XIV). Il Casentino è dominato dal Falterona e dai suoi 1654 metri di altitudine, la seconda cima più elevata dell'Appennino Tosco-Romagnolo. Il rilievo è sicuramente uno dei luoghi più caratteristici del Parco **Nazionale delle Foreste Casentinesi, Monte Falterona e Campigna**. Questa montagna, con la sua imponente vetta, è anche uno dei luoghi che, nella storia, ha avuto più importanza per la vita di questi territori. Gli Etruschi lo avevano battezzato con il nome Fal Truna, ovvero "Trono degli Dei", facendone, così, un loro tempio. Le statuette votive ritrovate nel laghetto della Ciliegeta, ai piedi del monte, poi ribattezzato **Lago degli idoli**, ne sono una prova.
Il Casentino quindi è la valle dell'Arno "bambino", la prima bagnata dalle sue acque, fonte d'ispirazione per poeti e scrittori tra più grandi della storia della letteratura italiana.
Da qui l'Arno scende, toccando tanti luoghi bellissimi, fino a Marina di Pisa. Questo percorso oggi prende il nome di **Ciclovia dell'Arno**, una ciclopedonale che segue la discesa del fiume Arno dalla sua sorgente fino alla foce, sulla costa del Tirreno. Questa struttura di mobilità dolce, è caratterizzata da oltre **270 chilometri** di paesaggi toscani, fra colline, campagne e città d'arte.
La sua leggera discesa è adatta anche ai principianti e alle famiglie con bambini che possono utilizzare con bici o a piedi.











LA VIA DELLE PIEVI E DEI CASTELLI

La sponda destra dell'Arno in Casentino, anticamente, era costeggiata da una strada molto particolare chiamata "Via delle Pievi", un susseguirsi di luoghi sacri e della spiritualità. Partendo dall'Alto Casentino, ci sono luoghi da visitare per poter prendere fiato, in senso fisico ma anche spirituale.



La Pieve di San Pietro a Romena, a **Pratovecchio**, è un'antichissima pieve romanica oggi porto di terra molto frequentato. Da Romena si percorre a ritroso la strada fino a **Stia**. Qui si trova la pieve romanica di Santa Maria Assunta, ricordata per la prima volta nel 1017. A qualche chilometro da Stia, una strada lungo la collina conduce al Castello di Porciano (XI sec.). Più a nord della vallata troviamo il Castello di Romena risalente al XI secolo e del quale anche il sommo poeta Dante Alighieri parla nel cantico XXX della divina commedi. *"Ivi è Romena, là dov'io falsai la lega suggellata del Batista; per ch'io il corpo sù arso lasciai"*, sono le parole di Mastro Adamo il falsario.

A **Strada in Casentino**, a pochi chilometri da Bibbiena e Poppi, la Pieve che si erge imponente sulla riva sinistra del Solano, è dedicata a San Martino vescovo di Tours e la sua costruzione risale all'XI secolo circa. Sull'altura del borgo di Strada invece troviamo il Castel San Niccolò che da lassù domina la valle del torrente Solano.



Continuando in questo percorso delle pievi e dei castelli che costeggia la ciclopedonale dell'Arno troviamo il **Castello di Poppi** che sorge in posizione dominante sulla vallata. Nel giugno del 1289, la piana ai piedi del castello è stato teatro della più importante battaglia medievale di Campaldino fra guelfi, prevalentemente fiorentini e ghibellini prevalentemente aretini, alla quale parteciparono anche Dante Alighieri e Cecco Angiolieri.



La pieve che, meglio di altre, rappresenta questa idea, è sicuramente quella di **Sant'Antonino a Socana**, importante luogo di culto dal tempo degli Etruschi come testimonia l'ara sacrificale rinvenuta dietro alla pieve, una delle più grandi d'Europa.



LA STRADA FORESTALE PIÙ BELLA D'ITALIA



C'è una pista forestale tra **Casentino** e Romagna che non ha eguali per la bellezza delle foreste, per i punti panoramici e per la storia che si legge in ogni curva.
Si tratta del bellissimo itinerario della pista forestale della **Lama**. Il tracciato, che inizia da **località Cancellino**, nei presi del paese di **Badia Prataglia**, segue un'antica linea ferroviaria di servizio che trasportava il legname. L'itinerario è abbastanza semplice, trovandosi sempre sulla stessa pista per 20 chilometri e la strada sterrata, dalla pendenza leggera, permette di pedalare spostando l'attenzione alla contemplazione del paesaggio. Con le bici si calca il tracciato dell'antica ferrovia a scartamento ridotto fatta costruire agli albori del ventesimo secolo. La ferrovia ebbe vita breve, venendo demolita già nel 1920. Oggi si può accedere a questo luogo solo a piedi o in bicicletta e farlo è come tuffarsi in un mare verde dove silenzio e quiete regnano sovrani, insieme alla musica che fa l'acqua dei ruscelli e al canto degli uccelli.

SCAN ME!



IN BICI NELLE FORESTE SACRE



Il **Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi** offre una vasta rete di sentieri e strade forestali adatti per le due ruote e per esperienze immersive in libertà. L'area protetta che gode di una biodiversità unica in Europa, offre percorsi adatti a tutte le categorie di bikers: agonisti, amatori, giovani o meno giovan, famiglie con bambini, curiosi.
Tutto dentro il Parco delle Foreste Sacre è fatto per essere calcato dolcemente dalle due ruote, dai sentieri di crinale dove si possono ammirare panorami indimenticabili tra **Romagna** e **Toscana**, fino a poter ammirare i due mari, ai sentieri in mezzo al fresco di faggete secolari e abetine. Si parla di centinaia di chilometri di sentieri e piste forestali, dove si vive la magia di foreste tra le più antiche d'Europa.

I CASTELLI DELL'ALTO CASENTINO

Il Medioevo a portata delle due ruote: un viaggio tra i manieri che controllavano il territorio del Casentino al tempo dei Conti Guidi, tra storie e leggende.

L'affascinante mondo dei castelli racconta un Casentino diverso, in cui il controllo territoriale è la chiave di lettura di ogni vicenda: ogni collina una torre o un castello, molti scomparsi nel tempo, ma alcuni presso i quali vi accompagneremo racchiudono un fascino unico. Partenza da Pratovecchio lungo la ciclopedonale dell'Arno alla volta del Castello di Poppi, posto al centro della valle, si riconosce per la mole e la forma caratteristica che svetta sulla collina del paese. Seguiamo poi un tracciato immerso tra i poderi collinari arrivando fino al castello di Castel San Niccolò, inserito a controllo della valle del fiume Solano. Ripartendo ci muoviamo verso nord per raggiungere la Pieve e il Castello di Romena: una tappa-caffè presso il complesso della Fraternità e poi l'ascesa al Castello, con la suggestiva piazza d'armi e i richiami danteschi, da cui godere il suggestivo panorama a 180° sull'Alta Valle dell'Arno e la parte sommitale dell'Appennino che qui coincide con il Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi Monte Falterona e Campigna. Ultima tappa il dirimpettaio Castello di Porciano, castello-torre perfettamente restaurato, che ospita al suo interno l'Ecomuseo della Civiltà Contadina. Il rientro è rapido verso Pratovecchio, lungo la ciclopedonale che costeggia il fiume Arno.

DATI TECNICI

Tipo percorso: Anello
Consigliato per GRAVEL/MTB
Lunghezza e dislivello: 41.20 km / 924 mt. totali.
Difficoltà: medio facile con ebike
Periodo consigliato: da Febbraio a Novembre
Altimetria: +627 m / -300 m

DA POPPI ALLA CROCE DEL PRATOMAGNO

Un'avventura tra borghi medievali e boschi fino ai panorami mozzafiato della Croce del Pratomagno.

Partiremo dal cuore del Casentino, dall'incantevole borgo medievale di Poppi, per intraprendere un'escursione che unisce natura, storia e panorami spettacolari. Il percorso, in parte su asfalto e in parte su strada forestale, ci porterà a scoprire paesaggi straordinari, attraversando boschi di querce, aceri e castagni, che man mano lasceranno il posto a maestosi abeti e faggi secolari.
Ogni curva regala uno scorcio unico sulla vallata, fino ad arrivare ai grandi prati da cui parte la ripida salita finale verso la Croce del Pratomagno. Dalla cima, la vista è semplicemente incredibile: il Valdarno, Firenze, il Lago Trasimeno, il Monte Amiata, il mare del Tirreno e l'intero Casentino si aprono davanti a noi in un panorama a 360 gradi che resterà impresso nella memoria.
La discesa è altrettanto emozionante: sentieri scorrevoli e strade forestali ci conducono di nuovo a Poppi, con la gioia di aver pedalato immersi in uno degli angoli più affascinanti della Toscana. Un'esperienza adatta a chi cerca panorami spettacolari, natura incontaminata e un pizzico di adrenalina nella salita e nella discesa.

DATI TECNICI

Tipo percorso: Percorso unico A/R
Consigliato per GRAVEL/E-BIKE
Lunghezza e dislivello: 40 km / +1500 mt
Difficoltà: media
Periodo consigliato: da Aprile a Ottobre
Altimetria: +1592 m / -400 m





Tour autoguidati

DAL CANCELLINO ALLA FORESTA DELLA LAMA IN BICI

Un percorso ciclabile immerso nel cuore del Parco delle Foreste Casentinesi tra boschi secolari Patrimonio UNESCO.

La pista ciclabile Cancellino–Foresta della Lama rappresenta uno degli itinerari più suggestivi e accessibili del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi Monte Falterona e Campigna. Spesso considerata la pista forestale più bella d'Italia per la straordinaria varietà paesaggistica e il contesto naturale perfettamente conservato.
Il percorso prende avvio dalla località Cancellino e si sviluppa lungo un tracciato che in passato ospitava una piccola linea ferroviaria utilizzata per il trasporto di legname, proprio per questo motivo la strada forestale è prevalentemente pianeggiante, e questo la rende adatta anche alla famiglie.
Lungo il percorso si attraversano fitti boschi di faggi, abeti e altre specie autoctone, dove si incontrano anche due fonti di acqua potabile e una caratteristiche sorgente di acqua solforosa. Proseguendo si raggiunge la Foresta della Lama, una delle aree più affascinanti e selvagge del Parco, caratterizzata da ampie radure e scorci naturalistici di grande valore. Qui è possibile concedersi una sosta per un picnic, rilassarsi lungo le rive del torrente ammirando libellule e gamberi di fiume, ed infine visitare la piccola Chiesa in stile alpino che si affaccia sulla radura.

DETTAGLI TECNICI

Tipo di percorso: Andata e ritorno
Consigliato per GRAVEL/MTB/E-BIKE
Lunghezza: circa 41 km
Difficoltà: facile con ebike (anche per principianti) medio GRAVEL e MTB
Altimetria: +900 mt / -900 mt



LA BASSA VALLE DEL CASENTINO TRA BORGHI E CASTELLI

Un viaggio in bicicletta alla scoperta del basso Casentino tra colline e fondovalle.

Partendo da Bibbiena, principale centro abitato della Valle del Casentino, si imbocca una strada secondaria che conduce al Castello di Sarna, luogo di pace a circa 600 metri di altitudine, le cui origini risalgono all'anno 1000. Questo piccolo borgo medievale cinto da mura, un tempo fortificato, domina la valle dell'Arno e regala un ampio panorama sul massiccio de La Verna.
Proseguendo sulla stessa strada, con alcuni tornanti in discesa, si raggiungono Rosina e Taena, due borghi storici nel comune di Chitignano, noti per le antiche origini etrusche e per la loro posizione lungo un suggestivo tracciato storico.
I due paesi sorgono infatti sull'antica via che da Chitignano, passando per Taena, Rosina, Sarna, Dama e Biforco, si dirigeva verso il Passo della Serra per valicare l'Appennino L'itinerario prosegue verso Poggio d'Acona per arrivare al Castello di Valenzano, risalente al IX–X secolo, nato come torre di avvistamento in epoca tardolongobarda, probabilmente sorto su un precedente presidio etruscoromano e collocato in posizione strategica nei pressi dell'antica via del sale.
Dalla sommità del castello, una stretta e ripida strada in discesa riporta sul fondovalle, lungo le rive dell'Arno, dove si imbocca la ciclabile che conduce comodamente al punto di partenza.
Un anello che unisce storia, natura e cicloturismo, tra borghi medievali, castelli e paesaggi unici che raccontano l'identità della Valle del Casentino.

DATI TECNICI

Tipo di percorso: Anello
Consigliato per GRAVEL/MTB/E-BIKE
Lunghezza: circa 40 km
Dislivello positivo: circa 900 m totali
Difficoltà: mediofacile con ebike
Periodo consigliato: da febbraio a novembre
Altimetria: +630 m / -300



LA CICLABILE DELL'ARNO IN CASENTINO

Un'escursione che ci conduce lungo la ciclabile dell'Arno tra colline e borghi medievali, un'esperienza perfetta per gli adulti ma anche per le famiglie.

Il Casentino è la prima Valle che l'Arno incontra scendendo dal Monte Falterona. Pedalare nella ciclabile lungo le sue rive immersi nel verde è piacevole ed adatto a tutti. Il percorso è percorribile facilmente in entrambe le direzioni con E-bike, MTB muscolari e Gravel, sia a Pratovecchio che a Bibbiena è disponibile il servizio di noleggio E-bike.
Partendo da Pratovecchio possiamo subito ammirare il castello di Romena per poi scoprire i bellissimi paesi del nostro Casentino, Borgo alla Collina, Poppi con il suo Castello e centro storico tra i più belli d'Italia e infine Bibbiena, il capoluogo della vallata.
In ogni paese ci sono delle varianti della ciclabile che ci permettono agilmente di visitarne i borghi dove ancora oggi la vita scorre lenta, proprio come con la bici.
Il percorso quasi del tutto pianeggiante la rende adatta a chiunque dai più piccoli fino agli anziani.

DATI TECNICI

Tipo percorso: Anello
Consigliato per GRAVEL/MTB
Lunghezza e dislivello: 30 km / +250 mt.
Difficoltà: facile con ebike
Periodo consigliato: da Marzo a Novembre
Altimetria: +430 m / -350 m

NELLE FORESTE SACRE DEL PARCO NAZIONALE

Pedalare in una delle aree più verdi e protette d'Italia, dentro ad una foresta secolare per rallentare e respirare a pieni polmoni.

Pedalare nelle Foreste Sacre del Casentino è un'esperienza che unisce natura, storia e spiritualità in un paesaggio incontaminato e suggestivo. Partendo da Badia Prataglia (qui è disponibile un servizio di noleggio ebike), si inizia a pedalare su una strada forestale che si inoltra nella faggeta, fresca e silenziosa. Si raggiunge l'Eremo di Camaldoli, un luogo di grande pace, dove fare una breve sosta per riflettere o semplicemente assaporare il silenzio. Una serie di tornanti in discesa che si fanno strada in una fitta foresta di maestosi abeti bianchi ci farà raggiungere il Monastero di Camaldoli: immancabile la visita al suo complesso e all'antica farmacia dei monaci. È questo anche il luogo ideale per una gustosa merenda o sosta pranzo. Ripartendo, poco distante si può rendere omaggio ad un grande "vecchio del Parco": il castagno Miraglia, uno degli alberi monumentali del parco che di anni ne ha oltre 450! Proseguendo una dolce salita ci riporterà all'Eremo e poi giù di nuovo per la splendida faggeta attraversata all'andata la cui emozione magica suscitata è da vivere anche in discesa. Al termine del tour, il rientro ti lascia un senso di benessere e connessione: con la natura, con te stesso e con una storia millenaria di armonia tra uomo e foresta.

DATI TECNICI

Tipo percorso: Anello da Badia Prataglia
Consigliato per GRAVEL/MTB
Lunghezza e dislivello: 30 km / +950 mt.
Difficoltà: facile con ebike
Periodo consigliato: da Aprile a Novembre
Altimetria: +1.274 m / -813 m



POPPI E CAMALDOLI TRA LE CICLABILI DELL'ARCHIANO E ARNO

Da Poppi a Camaldoli pedalando nel cuore del Casentino. Moggiona il borgo del Lupo, la foresta e la rilassante campagna lungo le ciclabili dei fiumi Archiano e Arno.

Un percorso ad anello che sale fino al Monastero di Camaldoli che puoi iniziare da Poppi o Bibbiena (disponibili un servizio di noleggio ebike). Goditi la campagna Casentinese e i panorami sulla valle che si aprono salendo lungo strade poco trafficate: merita una sosta il caratteristico borgo in pietra di Moggiona con il suo "percorso del Lupo" e la bottega del bigonaio, un'antica tecnica di produzione di cesti. L'ultimo tratto di salita ti farà entrare dentro la millenaria foresta che custodisce la spiritualità di Camaldoli: d'obbligo una sosta al Monastero e alla sua antica farmacia e posto perfetto anche per una gustosa merenda. Goditi Il ritorno in discesa con spettacolari panorami sulla valle fino ad arrivare alla gigantesca panchina gialla, posto ideale per scattare una foto ricordo. Ancora un tratto in discesa, questa volta tra i vigneti, ti farà arrivare alla splendida villa della Mausolea, la storica fattoria dei monaci. L'anello si chiude lungo le fresche e rilassanti ciclabili dei fiumi Archiano e Arno che qui scorrono a regime torrentizio. Il profilo dei borghi di Bibbiena e di Poppi con il suo castello, ti evocheranno lo splendido passato medievale di questi luoghi le cui vicende sono state rese leggendarie da Dante Alighieri nella Divina Commedia.

DATI TECNICI

Tipo percorso: Anello da POPPI o BIBBIENA
Consigliato per GRAVEL/MTB
Lunghezza e dislivello: 40 km / +750 mt.
Difficoltà: facile con ebike
Periodo consigliato: da Marzo a Novembre
Altimetrtia: +933 m / -317 m

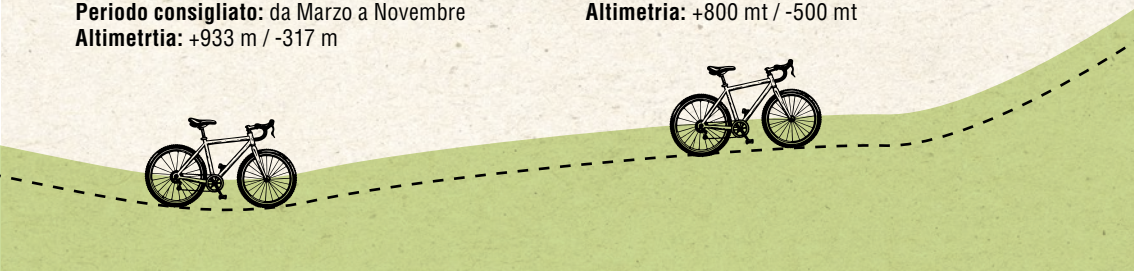
VERSO IL SANTUARIO DELLA VERNA

Un itinerario su strada tra borghi, panorami appenninici e spiritualità, pedalando nel cuore del Parco delle Foreste Casentinesi.

Il percorso ciclistico su strada da Badia Prataglia al Santuario della Verna è un itinerario affascinante che unisce sport, natura e spiritualità, attraversando alcuni dei paesaggi più suggestivi del Casentino. La partenza avviene dal paese di montagna di Badia Prataglia, immerso in una delle aree più verdi e incontaminate del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi. Lasciato il paese, si pedala su strade panoramiche che si snodano tra boschi secolari, pascoli e piccoli nuclei abitati, con saliscendi che rendono il percorso piacevole e mai monotono. Il tracciato offre scorci suggestivi sull'Appennino tosco-romagnolo e permette di attraversare ambienti naturali ricchi di biodiversità.
Raggiunto Chiusi della Verna inizia la salita finale verso il Santuario della Verna, uno dei luoghi francescani più importanti e spiritualmente significativi d'Italia, immerso in una spettacolare cornice rocciosa e forestale. Una volta raggiunta la meta, è possibile visitare il complesso monumentale, passeggiare tra i suggestivi chiostri e affacciarsi sui numerosi punti panoramici che circondano il santuario. Questo percorso rappresenta un perfetto equilibrio tra attività ciclistica e scoperta del territorio, regalando emozioni autentiche e un profondo contatto con la natura e la storia di questi luoghi.

DETTAGLI TECNICI

Tipo di percorso: Andata e ritorno
Consigliato per GRAVEL/MTB/ebike
Lunghezza: 47 Km
Difficoltà: medio con ebike/impegnativo GRAVEL e MTB
Altimetria: +800 mt / -500 mt



TOP EXPERIENCES

1 CASTELLI DELL'ALTO CASENTINO

Il Medioevo a portata delle due ruote: un viaggio tra i manieri che controllavano il territorio del Casentino al tempo dei Conti Guidi, tra storie e leggende.

Grado di difficoltà: Facile con e-bike
Distanza percorsa: circa 40 km / + 900 mt (anello)
Partenza da: Pratovecchio (AR)



2 NELLE FORESTE SACRE DEL PARCO NAZIONALE

Pedalare in una delle aree più verdi e protette d'Italia, dentro ad una foresta secolare per rallentare e respirare a pieni polmoni.

Grado di difficoltà: Facile con e-bike
Distanza percorsa: circa 30 km / + 950 mt (anello)
Partenza da: Badia Prataglia (AR)



3 LA CICLABILE DELL'ARNO IN CASENTINO

Un'escursione che ci conduce lungo la ciclabile dell'Arno tra colline e borghi medievali, un'esperienza perfetta per gli adulti ma anche per le famiglie.

Grado di difficoltà: Facile con e-bike
Distanza percorsa: circa 30 km / + 250 mt (andata e ritorno)
Partenza da: Pratovecchio o Bibbiena (AR)



4 DA POPPI ALLA CROCE DEL PRATOMAGNO

Un'avventura tra borghi medievali e boschi fino ai panorami mozzafiato della Croce del Pratomagno.

Grado di difficoltà: Media con e-bike
Distanza percorsa: circa 40 km / + 1500 mt (andata e ritorno)
Partenza da: Poppi (AR)



Puoi effettuare questi percorsi in autonomia oppure affidarti ad una delle nostre guide con servizio noleggio e-bike incluso.

5 LA PISTA FORESTALE PIÙ BELLA D'ITALIA

Una antica strada forestale che conduce al cuore del Parco delle Foreste Casentinesi: la Foresta della Lama ai confini della riserva integrale patrimonio UNESCO.

Grado di difficoltà: Facile con e-bike
Distanza percorsa: circa 45 km / + 1000 mt (andata e ritorno)
Partenza da: Badia Prataglia (AR)



6 BORGHI E CASTELLI DEL BASSO CASENTINO

Un viaggio in bicicletta alla scoperta del basso Casentino per scoprire piccoli borghi lungo antiche vie Etrusche.

Grado di difficoltà: Facile/Media con e-bike
Distanza percorsa: circa 40 km / + 900 mt (anello)
Partenza da: Bibbiena (AR)



7 UNA VALLESANTA PER LA VERNA

Alla scoperta del corridoio naturale dentro il Parco Nazionale che unisce la foresta di Camaldoli con il Santuario de La Verna lungo strade asfaltate a basso traffico.

Grado di difficoltà: Facile con e-bike
Distanza percorsa: circa 45 km / + 1300 mt (andata e ritorno)
Partenza da: Badia Prataglia (AR)



8 POPPI E CAMALDOLI TRA ARNO E ARCHIANO

Da Poppi a Camaldoli pedalando nel cuore del Casentino: Moggiona il borgo del Lupo, la foresta e la rilassante campagna lungo le ciclabili dei fiumi Archiano e Arno.

Grado di difficoltà: Facile con e-bike
Distanza percorsa: circa 40 km / + 750 mt (anello)
Partenza da: Poppi o Bibbiena (AR)



OPERATORI

ALTERTREK

Fabio e Marta, guide ambientali con quasi vent'anni di esperienza, propongono tour guidati in e-bike alla scoperta del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi. Coniugando competenza e leggerezza, accompagnano ciclisti di ogni livello - incluse le famiglie - attraverso itinerari che spaziano dalla natura all'enogastronomia, svelando anche i miti e i segreti meno noti del territorio.

Fabio: +39 328 1933784
Marta: +39 320 0676766
prenotazioni@altertrek.it
www.altertrek.it

CASENTINOEBIKE

Massimo Schiavo, guida certificata MTB del Parco Nazionale, organizza escursioni dinamiche ed ecologiche in e-bike nel cuore "wild" delle Foreste Casentinesi. L'offerta punta sull'accessibilità totale, grazie a tour personalizzabili e attrezzature specifiche per famiglie, rendendo l'esplorazione della Toscana più autentica un'esperienza adatta a ogni tipo di ciclista.

+39 339 6467966
info@casentinoebike.it
www.casentinoebike.it

CASENTINO ESCURSIONI

Stefano e Riccardo, spinti dalla passione comune per la natura e il ciclismo, offrono tour in e-bike su misura (mezza o intera giornata) nel Casentino. La loro proposta si distingue per l'ampia varietà di mezzi speciali (tandem elettrici, bici per ragazzi, carrellini per cani) e per itinerari che fondono sport, leggende locali ed eccellenze enogastronomiche, rendendo il Parco Nazionale accessibile a chiunque.

Stefano: +39 338 4006353
Riccardo: +39 333 6211932
www.casentinoescursioni.it

TOSCANA TWIST E-BIKE

Nata nel 2020 da una radicata passione familiare, Toscana Twist E-bike si è evoluta da semplice noleggio a centro escursioni guidate da Jonatha. La loro offerta punta sulla massima varietà del parco bici, includendo modelli full, front, bici ad accesso facilitato e persino MTB muscolari, garantendo a chiunque (dai bambini ai ciclisti tradizionali) il mezzo ideale per esplorare il Casentino.

Jonatha: +39 328 8736581
toscanatwistebike@gmail.com
www.toscanatwist.it

NDINDARO' E-BIKE RENT

Noleggio e-bike a Badia Prataglia (AR), nel cuore del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi e Campigna, dispone di e-bike Fantic front e biammortizzate.
Si organizzano tour personalizzati, con accompagnatore o guida ambientale per qualsiasi esigenza dal principiante ai più avventurosi. Dispone anche di una piccola officina.

+39 339 6083313
ndindaroebike@gmail.com
www.ndindaroebike-it.webnode.it



SCAN ME!

Sulla linea **Arezzo - Pratovecchio - Stia** gestita da TFT è possibile trasportare la bicicletta a bordo.

- Il servizio è soggetto al pagamento di un biglietto a tariffa fissa, pari al costo di una corsa semplice per la fascia da 10 km, indipendentemente dalla tratta percorsa.
- I gruppi di almeno 10 persone con biciclette devono presentare richiesta alla Direzione TFT con almeno 7 giorni di anticipo.

GUIDA / NOLEGGIO ASSISTENZA DEPOSITO BAGAGLI

- **ALTERTREK**
  Proposte escursionistiche Alter... native in Casentino: si offrono tour in e-bike con guide specializzate; esperienza costruita tailor made. Accompagnatore MTB consigliato dal Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi.
  +39 328 1933784 - +39 320 0676766
  prenotazioni@altertrek.it

- **OFFICINA B. P. MOTION**
  Bibbiena (Ar)
  Assistenza, officina specializzata.
  +39 0575 593512
  bpmotion@alice.it

- **BIKESTAR**
  Via Fiorentina, 37 - Ponte a Poppi (Ar)
  Noleggio MTB/e-bike, assistenza, officina specializzata.
  +39 0575 049179 - +39 339 2363136
  bikestar2011@gmail.com

- **CASENTINOEBIKE**
  Pratovecchio Stia (AR)
  Tour guidati con noleggio e-bike. Accompagnatore MTB consigliato dal Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi.
  +39 339 6467966
  info@casentinoebike.it
  www.casentinoebike.it

- **CASENTINO ESCURSIONI**
  Poppi (AR)
  Noleggio e-bike, trasporto biciclette, trasferta persone, tour guidati e personalizzati. Accompagnatori MTB consigliato dal Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi.
  +39 333 6211932 Riccardo
  +39 338 4006353 Stefano
  info@casentinoescursioni.it
  www.casentinoescursioni.it

- **INDEPENDENT BIKE IT**
  Ortignano Raggiolo (Ar)
  Officina, assistenza.
  +39 347 9169876
  independentbikeit@gmail.com
  www.independentbike.it

- **NDINDARO' E-BIKE RENT**
  Badia Prataglia (AR) - Poppi (AR)
  Noleggio e-bike, possibilità di escursioni anche con e-bike di proprietà. +39 339 6083313
  ndindaroebike@gmail.com

- **OFFICINA FUORI SOGLIA**
  Via del Legno, 2, Poppi (Ar)
  Noleggio presso l'officina o struttura ricettiva.
  +39 0575 520439
  officinafuorisoglia@libero.it

- **TOSCANA TWIST EBIKE**
  Pratovecchio Stia (Ar) - Poppi (Ar)
  Noleggio e-bike, e-citybike, e-mtb per bambini (possibilità di seggiolino per bambini).
  +39 0575 504309
  +39 328 8736581 Jonatha
  sangiovese.snc@gmail.com

- **VALLEY TOUR**
  Via I di Maggio, 31 - Corsalone (Ar)
  Tour, transfer. +39 339 4146246
  info@valleytour.it

- **SS 71**
  Tour, transfer.
  +39 328 7639608

PUNTI DI RICARICA

- **PRATOVECCHIO STIA**
  Piazza Paolo Uccello

- **BIBBIENA**
  Pasticceria Fratelli Grassi (privato)

- **POPPI**
  - Piazza Garibaldi
  - Area Camper
  - Località Quota
  - Località Badia Prataglia
  - Campeggio Camaldoli
  - Locanda Tre Baroni (privato)
  - Località Moggiona

- **PRATOMAGNO**
  Da Giocondo (privato)

- **MONTEMIGNAIO**
  Loc. Consuma

SCAN ME!

TOURIST PACK



ALLA SCOPERTA DELLA MONTAGNA SACRA DEL PRATOMAGNO

1 GIORNO

Questa esperienza in bici parte dal borgo turrito di Poppi - uno dei borghi più belli d'Italia – e arriva alle cime del Pratomagno, la montagna sacra che unisce le valli del Casentino e del Valdarno.

STAGIONALITÀ
Da fine maggio a ottobre

DATI TECNICI
Grado di difficoltà: Media con e-bike
Distanza percorsa: circa 40 km / + 1500 mt (andata e ritorno)

GUIDA E NOLO
Guida cicloturistica *full day* 160€
Nolo e-bike *full day* 40€ (a bicicletta)

GIORNO 1 > **Ciclisti sportivi, amanti della montagna e della fotografia.** Perfetto per chi cerca un'esperienza più "wild" e fisica, senza rinunciare alla bellezza dei borghi di pietra e al fascino della storia medievale. Adatto a chi ha già un minimo di confidenza con la guida della e-bike su sterrato.

PRANZO AL SACCO
Dalla Citta del Galli
Via Cesare Battisti, 21 - Poppi
+39 333 7841235
A partire da 5€ comprensivi di panino con prodotti tipici del Casentino, frutto e acqua.

VISITE GUIDATE
- **Castello dei Conti Guidi di Poppi:** gruppo fino a 30 persone 100€
- **Castello dei Conti Guidi e del Borgo di Poppi con i suoi chiassi, la torre di Matelda, le sue chiese**: 150€

DOVE DORMIRE
Ristorante Albergo la Torricella
Loc. Torricella, 14 - Poppi
info@latorricella.com - +39 0575 527045
a partire da 85€ fino a 110€
camera doppia, pernottamento, colazione

Parc Hotel
Via Roma, 214 - Poppi
parchotel1@gmail.com - +39 0575 529994
a partire da 85€ fino a 100€
camera doppia, pernottamento, colazione

Ristorante Albergo Casentino
Piazza della Repubblica, 6 - Poppi
info@albergocasentino.it
+39 0575 529090
a partire da 85€ fino a €115
camera doppia, pernottamento, colazione



NOLEGGIO BICI E GUIDA CERTIFICATA

- Costo guida Full Day: 160 euro
- Costo Guida Half Day: 110 euro
- Noleggio e-bike con casco Full day: 40 euro
- Noleggio e-bike con casco Half Day: 30 euro

Prezzi Iva inclusa | Max 8 partecipanti



WINE TOUR IN E-BIKE ALLA SCOPERTA DEL VINO DEL CASENTINO

2 GIORNI

Il Casentino non è solo castelli, antichissime pievi e natura incontaminata, ma è anche vino e buon vivere. Con questa esperienza vi portiamo alla scoperta del metodo classico in Casentino e dei vini che oggi si fanno a regola d'arte in cantine che sorgono in luoghi naturalistici di pregio.

STAGIONALITÀ

Da aprile a novembre

DATI TECNICI

Tipo percorso: Anello da Poppi
Durata: 3,5h inclusa degustazione
Distanza percorso: 20 km / + 360 mt

GUIDA E NOLO

Guida cicloturistica *full day* 160€
Nolo e-bike *full day* 40€ (a bicicletta)

GIORNO 1 > FREGNAN WINE TOUR

Si parte per il tour all'insegna della bellezza del paesaggio, reso ancor più magico dal verde e dalla pace dei campi da Golf. Una sosta merita San Martino, un piccolo borgo da favola dove, nella piccola piazza ci si può rinfrescare alla fontana facendo due chiacchere con i suoi abitanti. Una eccitante discesa ci porta alla ciclabile del torrente Teggina da percorrere per raggiungere la cantina **Fregnan** dove conoscere e degustare il metodo classico prodotto con passione artigianale. A conclusione dell'esperienza ritorno a Poppi con pranzo al sacco in uno dei punti sosta.

PRANZO AL SACCO

Dalla Citta del Galli
Via Cesare Battisti, 21 - Poppi
+39 333 7841235
A partire da 5€ comprensivi di panino con prodotti tipici del Casentino, frutto e acqua.

Pernottamento e cena in struttura

DATI TECNICI

Tipo percorso: Anello da Poppi
Durata: 3,5h inclusa degustazione

GIORNO 2 > PERGENTINA WINE TOUR

Da Poppi, uno dei borghi più belli d'Italia, un itinerario che sale nelle dolci colline casentinesi con degustazione presso la cantina di **Pergentina**. Si tratta di un anello pensato per chi vuole godersi relax e gusto pedalando dentro ad una campagna verdissima lungo strade poco trafficate.

DOVE DORMIRE E MANGIARE

Ristorante Albergo la Torricella
Loc. Torricella, 14 - Poppi
info@latorricella.com - +39 0575 527045
a partire da 85€ fino a 110€
camera doppia, pernottamento, colazione
Cena con menù degustazione con prodotti del territorio (antipasto, bis di primi, secondo con contorno, dolce della casa scelto a seconda dei prodotti di stagione) 35€ a persona.

Parc Hotel
Via Roma, 214 - Poppi
parchotel1@gmail.com - +39 0575 529994
a partire da 85€ fino a 100€
camera doppia, pernottamento, colazione
Cena con degustazione con prodotti del territorio (antipasto, primo, secondo, contorno e dolce della casa) da 23€ a 40€ a persona.



3 ALLA SCOPERTA DELLA CICLOPEDONALE DELL'ARNO E DEI BORGHI CASENTINESI

Una bellissima esperienza alla scoperta della prima ciclopedonale dell'Arno, che nasce in Falterona e dei piccoli borghi di pietra che la costeggiano. Un'immersione nella natura, nella pace e nella storia, tra luoghi dello spirito e suggestioni letterarie.

STAGIONALITÀ
Tutto l'anno
(consigliata da marzo a novembre)

DATI TECNICI
Grado di difficoltà: Facile con e-bike
Distanza percorsa: circa 30 km / + 250 mt (andata e ritorno)
1 giorno: partenza da Pratovecchio
2 giorno: partenza da Poppi

GUIDA E NOLO
Guida cicloturistica *full day* 160€
Nolo e-bike *full day* 40€ (a bicicletta)

Trasporto per arrivare a Pratovecchio
Per chi si muove con mezzi pubblici, si può raggiungere il paese attraverso la linea ferroviaria Arezzo-Pratovecchio Stia.

GIORNO 1 > DA PRATOVECCHIO A POPPI
La Ciclovia dell'Arno, una ciclopedonale che segue la discesa del fiume Arno dalla sua sorgente fino alla foce, è un modo per conoscere il borgo medievale di Poppi, uno dei **Borghi più Belli d'Italia**.

GIORNO 2 > DA POPPI A BIBBIENA
Il secondo giorno prevede lo spostamento in bicicletta da Poppi verso Bibbiena e la visita guidata al **Museo Archeologico del Casentino** e alla **Galleria Fotografica a cielo aperto**, la prima in Europa.



4 LA LAMA: LA PISTA FORESTALE PIÙ BELLA D'ITALIA

Una bellissima esperienza alla scoperta della pista forestale più bella d'Italia che porta il ciclista all'interno di una delle foreste più preziose d'Europa.

STAGIONALITÀ
Consigliata da aprile a metà ottobre

DATI TECNICI
Grado di difficoltà: Facile con e-bike (anche per principianti) / medio Gravel e MTB
Distanza percorsa: circa 41 km / + 900 mt - 900 mt
1 giorno: partenza da Pratovecchio
2 giorno: partenza da Poppi

GUIDA E NOLO
Guida cicloturistica *half day* 110€
Nolo e-bike *half day* 30€ (a bicicletta)

Trasporto per arrivare a Pratovecchio
Per chi si muove con mezzi pubblici, si può raggiungere il paese attraverso la linea ferroviaria Arezzo-Pratovecchio Stia.

2 GIORNI

DOVE DORMIRE

Ristorante Albergo la Torricella
Loc. Torricella, 14 - Poppi
info@latorricella.com - +39 0575 527045
a partire da 85€ fino a 110€
camera doppia, pernottamento, colazione

Parc Hotel
Via Roma, 214 - Poppi
parchotel1@gmail.com - +39 0575 529994
a partire da 85€ fino a 100€
camera doppia, pernottamento, colazione

Ristorante Albergo Casentino
Piazza della Repubblica, 6 - Poppi
info@albergocasentino.it
+39 0575 529090
a partire da 85€ fino a €115
camera doppia, pernottamento, colazione

Hotel Giardino Bibbiena
Piazza Palagi, 2 - Bibbiena
info@hotelgiardinobibbiena.com
+39 0575 593194 +39 350 1993388
a partire da €100 - camera doppia, pernottamento, colazione

DOVE MANGIARE

Bottega dalla Citta del Galli
Via Cesare Battisti, 2 - Poppi
+39 333 7841235
Pranzo a partire da 9€ (primo e acqua)

Taverna del Castello
Via vittorio veneto, 1 - Poppi
latavernadelcastellopoppi@gmail.com
+39 349 6615200
Prezzo a persona per primo, secondo e contorno: 35€

Enigma
Piazza Tarlati, 1 - Bibbiena
+39 0575 1390044
Menù Bikers con antipasto, primo, acqua e caffè: 25€ a persona

VISITE GUIDATE

- **Castello dei Conti Guidi di Poppi:** gruppo fino a 30 persone 100€
- **Castello dei Conti Guidi e del Borgo di Poppi con i suoi chiassi, la torre di Matelda, le sue chiese**: 150€
- **Museo Archeologico del Casentino:** 25€ ogni 10 pax più 2€ di biglietto

3 GIORNI

GIORNO 1 > ARRIVO A BADIA PRATAGLIA

Si parte dal paese di Badia Prataglia, nel pomeriggio. Si sistemano i bagagli in albergo per poi partire alla scoperta del paese e della sua storia. Si parte dal centro Visita del Parco per una visita a piedi di 5 km sul Sentiero dei Castelletti.

GIORNO 2 > CANCELLINO-LA LAMA

Il secondo giorno prevede l'**avventura in bicicletta sulla pista forestale della Lama** partendo da località Cancellino, a circa 4 km da Badia Prataglia.

GIORNO 3 > PARTENZA DA BADIA PRATAGLIA

Alla scoperta del Sentiero Natura in località Capanno all'interno della foresta Biogenetica (attività gratuita).

DOVE DORMIRE

Hotel Bosco Verde
Via Nazionale 8/10 - Badia Prataglia
boscoverde@technet.it - +39 0575 559017
a partire da 90€ fino a 100€
camera doppia, pernottamento, colazione

DOVE DORMIRE E MANGIARE

Albergo la Foresta
Via Nazionale, 13 - Badia Prataglia
info@albergolaforesta.eu
+39 0575 559009 - + 39 339 6197427
a partire da 80€ a 100€ camera doppia, pernottamento, colazione
A partire da € 25 a persona (primo, secondo, contorno, bevande escluse)

VISITE GUIDATE

Guida ambientale certificata dal Parco - **Coop Oros**
Mezza giornata da 150€ a 200€

RICETTIVITÀ BIKE FRIENDLY

- **ALBERGO FALTERONA**
  Piazza B. Tanucci, 85 - Pratovecchio Stia (AR)
  falterona@albergofalterona.com
  +39 0575 189 0138
  a partire da 88€ a 115€ camera doppia superior pernottamento e colazione
- **ALBERGO LA FORESTA**
  Via Nazionale, 13 - Badia Prataglia (AR)
  info@albergolaforesta.eu
  +39 0575 559009 - +39 339 6197 427
  a partire da 80€ a 100€ camera doppia, pernottamento, colazione
- **HOTEL BOSCO VERDE**
  Via Nazionale 8/10 - Badia Prataglia (AR)
  boscoverde@technet.it
  +39 0575 559017
  a partire da 90€ a 100€ camera doppia, pernottamento, colazione
- **HOTEL GIARDINO BIBBIENA**
  Piazza Palagi, 2 - Bibbiena (AR)
  info@hotelgiardinobibbiena.com
  +39 0575 593194 - +39 350 1993388
  a partire da 100€ camera doppia, pernottamento, colazione
- **LOCANDA DEI BARONI**
  Via Camaldoli, 7 - Camaldoli (AR)
  locanda@itrebaroni.it - +39 0575 556015
  a partire da 70€ a 100€ camera doppia, pernottamento, colazione
- **PARC HOTEL**
  Via Roma, 214 - Poppi (AR)
  parchotel1@gmail.com
  +39 0575 529994
  a partire da 85€ a 100€ camera doppia, pernottamento, colazione
- **RISTORANTE ALBERGO CASENTINO**
  Piazza della Repubblica, 6 - Poppi (AR)
  info@albergocasentino.it
  +39 0575 529090
  a partire dai 85€ a 115€ camera doppia pernottamento e colazione
- **RISTORANTE ALBERGO LA TORRICELLA**
  Loc. Torricella, 14 - Poppi (AR)
  info@latorricella.com - +39 0575 527045
  a partire da 85€ a 110€ camera doppia, pernottamento, colazione
- **TOSCANA TWIST**
  Appartamenti nel cuore della Toscana, fra natura e sport
  toscana.twist@libero.it
  +39 320 2342762
  a partire da 80€ a €130 quattro appartamenti da 2 a 4 posti

RISTORANTI BIKE FRIENDLY

- **L'OSPITALE DEI BRILLI**
  Via Adamo Ricci, 1 - Stia (AR)
  +39 0575 583108
- **AGRITURISMO IL RISTORO DI CERVOLI**
  Località Cervoli, Via Fiorentina, 38, Pratovecchio Stia (AR)
  +39 333 495 3541
- **IL TOSCANO DEL CASENTINO**
  Corso V. Emanuele, 61 - Rassina (AR)
  +39 0575 591910
- **LA TAVERNA DEL CASTELLO**
  Viale Vittorio Veneto, 1 - Poppi (AR)
  +39 349 661 5200
- **RISTORANTE CASENTINO**
  Piazza della Repubblica, 6 - Poppi (AR)
  +39 0575 529090
- **HOTEL RISTORANTE LA TORRICELLA**
  Località Torricella, 14 - Poppi (AR)
  +39 0575 527045
- **BIRRIFICIO AGRICOLO LA CAMPANA D'ORO**
  Strada delle Pescine, 23 - Bibbiena (AR)
  +39 348 732 5577
- **IL CAPANNO**
  Via Fangacci, 1 - Poppi (AR)
  +39 0575 559437
- **TOSCANA TWIST PORTO DEL VINO**
  Via Roma, 224d - Poppi (AR)
  +39 0575 529796
- **ATLANTIC OIL**
  Risto-Pub via Falterona, 50 - Poppi (AR)
  +39 0575550513

BAR / PUNTI RISTORO BIKE FRIENDLY

- **BELLI'S CAFE**
  Via Nazionale, 23 - Badia Prataglia (AR)
  + 39 0575 55 9019
- **BAR IMPERO**
  Via Nazionale, 30 - Badia Prataglia (AR)
  +39 0575 559505
- **RISTORANTE PIZZERIA IL CAPANNO**
  Via Fangacci, 1 - Badia Prataglia (AR)
  +39 0575 559437
- **DOLCE E SALATO**
  Via Nazionale, 39 - Badia Prataglia (AR)
  +39 347 3710307
- **IL TOSCANO DEL CASENTINO**
  Corso V. Emanuele, 61 - Rassina (AR)
  +39 0575 591910
- **FORNO PIETRINI BY GIORGIA**
  Via Roma, 106 - Poppi (AR)
  +39 0575 343679
- **L'OSPITALE DEI BRILLI**
  Via Adamo Ricci, 1
  Pratovecchio Stia (AR)
  +39 0575 583108
- **JOGANA BAR / OSTERIA**
  Via E. Mattei, 19
  Pratovecchio Stia (AR)
  +369 0575 504309
- **DALLA CITTA DEL GALLI**
  via Cesare Battisti, 21
  Centro Storico di Poppi (AR)
  +39 3337841235



EVENTI E MANIFESTAZIONI





- **NATURAL BIKE CASENTINO**
  Cicloturistica MTB & e-bike e Gravel immersi nella naura del Casentino.
  www.naturalbikecasentino.it
- **LA CASENTINA**
  Cicloturistica storica.
  www.lacasentina.com
- **GRAN FONDO DI POPPI**
  Gara ciclistica.
  www.gspoppi.cloud
- **CASENTINO BIKE**
  Manifestazione ciclistica di MTB.
  www.mtbcasentino.it
- **STRACCABIKE**
  Emozionante competizione di MTB.
  www.straccabike.it
- **CASENTINO GRAVEL**
  www.mtbcasentino.it



PUNTI INFORMAZIONE

IAT BIBBIENA
Punto Informazioni IAT - ARCA
Museo Archeologico del Casentino
Via Berni, 21 - 52011 Bibbiena (Ar)
info@arcamuseocasentino.it
infopoint@comunedibibbiena.ar.it
+39 0575 956527

CHIUSI DELLA VERNA
Parco Martiri della Libertà
informazioni.chiusiverna@casentino.toscana.it
+39 0575 599650
Punto Informazioni Santuario
Parcheggio Santuario della Verna

IAT CASTEL FOCOGNANO
Ufficio Turistico
Via F.lli Piva, 3 / A Rassina
culturacf@casentino.toscana.it

RAGGIOLO
Punto Info Centro di Socialità
Piazza San Michele
Aperto da Pasqua a Ottobre
(+ ponte Ognissanti a Novembre, 8 e 31 Dicembre)

BADIA PRATAGLIA
Punto Informazioni del Parco
Via Nazionale 19 52010 Badia Prataglia (Ar)
cv.badiaprataglia@parcoforestecasentinesi.it
+39 0575 958277

CAMALDOLI
Punto Informazioni del Parco
Loc. Camaldoli - 52010
cv.camaldoli@parcoforestecasentinesi.it
+39 0575 452321

POPPI
Piazza Garibaldi - 52014
ambitoturistico@casentino.toscana.it
+39 0575 502206

PRATOVECCHIO STIA
Parco Nazionale Foreste Casentinesi
Palazzo Vigiani - Via Guido Brocchi, 7
52015 Pratovecchio Stia (Ar)
promozione@parcoforestecasentinesi.it
+39 0575 50301 | +39 0575 503029

IAT PRATOVECCHIO STIA
Piazza Mazzini - 52015 Pratovecchio Stia (Ar)
info.pratovecchiostia@casentino.toscana.it
+39 0575 504835



...ciarniferoni.com - Foto Carlo Gabrielli ©

Casentino TOSCANA naturalmente autentico

Per informazioni visita il sito
www.casentino.it

VISIT TUSCANY .COM

Parco Nazionale Foreste Casentinesi Monte Falterona e Campigna

EcoMuseo del Casentino

REGIONE TOSCANA

FSC Fondo per lo Sviluppo e la Coesione

IN COLLABORAZIONE CON TOSCANA PROMOZIONE TURISTICA

VIVI LA NATURA
A PIEDI O IN BICICLETTA
E SCARICA PNFC TREKKING MAP

SCAN ME!

