



LE FIORITURE DI PRIMAVERA Capraia Isola - Parco Nazionale Arcipelago Toscano

E' Aegylon megas, l'unica isola di origine vulcanica dell'Arcipelago Toscano, un luogo ricco di sentieri, calette, grotte naturali. La natura al 100% da vivere in ogni stagione. In autunno la si può girare bene in largo e lungo, la macchia mediterranea ha un fascino particolare. E' l'isola della consuetudine! Ci torniamo volentieri, la amiamo. Cammineremo per tutta l'isola partendo dal mare fino al suo interno, arrivando sul Monte Arpagna, alla Punta dello Zenobito e la sottostante maestosa Cala Rossa, allo Stagnone, all'ex colonia penale; verremo sopraffatti dai colori e dai profumi intensi della macchia mediterranea. **Consigliatissimo il giro dell'isola in gommone per rendersi conto di come sia fatta l'isola a 360°!**

Dettagli: Difficoltà: (E) escursionistico – livello adatto a chi pratica escursionismo di più giorni
Durata: 3 giorni- 2 notti

Guide Ambientali Escursionistiche abilitate e istruttori NW:

Andrea Mariottini GAE, Geologo e istruttore SINW 339.8767846 andrea@incantotoscano.com
Laura Cialfi GAE e istruttrice SINW 327.3693504 laura@incantotoscano.com

PROGRAMMA delle escursioni previste:

1. primo giorno ore 8,00.

Ore 08:00 ritrovo al Porto Mediceo di Livorno (zona 4 Mori) – davanti la biglietteria Toremar

- Partenza nave h 8:30 ed arrivo a Capraia alle 11:15 – sistemazione in struttura ricettiva – pranzo libero. (Per i pranzi al sacco sull'isola è presente un market al porto e un panificio-alimentari in paese oltre ai vari bar-ristoranti).
- Ore 14:30 Sentiero del Carcere: Porto – Portovecchio (100m) – Vado della Mortola (156m) lunghezza 3-4km A/R – dislivello 150m – difficoltà: medio – durata 3 ore A/R – dislivello 150m – difficoltà: medio
- Percorso: storico – panoramico – paesaggistico - naturalistico
obbligatori: scarponi da trekking - acqua al seguito – snack per merenda
- Facoltativo: ore 18:00 breve passeggiata gratuita di un'ora in paese per scoprire le caratteristiche dei rioni di Capraia e la sua Fortezza (Castello dei Capraiesi).
- Rientro in albergo e serata libera per cena al Porto – possibilità di andare in laboratorio Arura di preparazione marmellate, liquori ed infusi di essenze dell'isola (su prenotazione a pagamento, 5 euro/pers.).

2. secondo giorno:

- Colazione
- Trekking: l'anello dello Stagnone: naturalistico – paesaggistico – storico – geologico - panoramico
- Paese – Stagnoli – Lo Stagnone (318m) – M.te delle Penne (420m) – M.te Castello (445) – Ex Colonia Penale – Porto - Paese lunghezza 10km circa – dislivello 330m – difficoltà: medio – durata 5-6ore
obbligatori: scarponi da trekking - acqua al seguito – pranzo al sacco (sosta pranzo al suggestivo laghetto in quota)

POSSIBILITA' di CENA in AGRITURISMO a Portovecchio con prodotti locali dell'orto a km 0, (antipasto+primo+secondo+dolce+liquori locali - 30 euro/pers.) - Dopocena scendiamo al porto con le torce (molto suggestivo) su una strada carrabile per 1km info: Andrea 3398767846

Rientro in albergo oppure rientro in albergo e cena libera al porto o in paese

In alternativa (ma a discrezione delle guide) - ore 9,30 -18,00 Anello dello Zenobito, Trekking: l'affascinante estremo SUD il cuore selvaggio dell'isola: naturalistico – geologico – paesaggistico - storico lunghezza 14km A/R – dislivello 520m – difficoltà: medio -impegnativo – durata A/R 7-8ore. Paese - Monte Arpagna (410m) – Piana dello Zenobito (88m) – Il Piano (118m) – paese – pranzo al sacco Rientro in albergo e serata libera per cena al porto o in paese.

3. terzo giorno:

Possibilità di effettuare una camminata facoltativa gratuita partendo alle prime luci dell'alba per godersi la Bellavista con lo spettacolo del sorgere del sole! Un'emozione più che unica!

- Colazione
- Trekking: Anello del Reganico: naturalistico – geologico – paesaggistico – botanico
- Paese – Il Piano (118m) – Cala del Ceppo - La cava (100m) – anello del Reganico – cala dello Zurletto – Bellavista – paese; lunghezza 3-4km A/R – dislivello 100m – difficoltà: medio – durata 3ore ca

obbligatori: scarponi da trekking - acqua al seguito - per chi vuole farsi un tuffo in cala: costume e asciugamano.

oppure in alternativa: -mattina libera per il giro del paese tra i rioni di Capraia e la Fortezza oppure: - giro dell'Isola in barca (facoltativo a pagamento 25 euro- persona). Pranzo al sacco. Ore 17,30 Imbarco e rientro al Porto di Livorno previsto per le 20,30 circa .

PACCHETTO A CURA DI BOOK TUSCANY EXPERIENCES

COSTI

– *Costi a partire da: 290 euro/ persona*

Il pacchetto include: Servizio Guida dall'imbarco fino al termine del viaggio

Due notti in appartamento

Biglietto traghetto a/r con passaggio ponte

Il pacchetto non include: pasti, biglietti bus urbani, assicurazione annullamento



Informazioni e contatti:

Laura Cialfi e Andrea Mariottini Guide

www.incantotoscano.com laura@incantotoscano.com andrea@incantotoscano.com

Facebook: Incanto Toscano Hiking Guides, TrekkTrails Travels & fun

Laura Cialfi tel +39.327.3693504 e Andrea Mariottini tel. +39.339.8767846