



Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista
Fondata nel 1888



SABATO 25 OTTOBRE 2025

ANELLO DEL MONTE AMIATA IN MTB



Foto: LigaDue, [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/), via Wikimedia Commons

- DIRETTORE DI ESCURSIONE:** DOMENICO (MIMMO) RUSSO - MIMMOERRE@GMAIL.COM - 348-4117061
- COADIUTORI:** MASSIMO TUCCOLI - M.TUCCOLI@TSIWEB.ORG - 336-711487
MAURIZIO CHESI - MAURIZIO.CHESI@GMAIL.COM - 335-7855749
- RITROVO/PARTENZA:** NEI PRESSI DI PESCHINA DI SEGGIANO.
LUOGO PRECISO ED ORARIO DA CONCORDARE.
- MEZZO DI TRASPORTO:** AUTO PROPRIA
- DIFFICOLTÀ:** MC/BC
- TEMPO DI PERCORRENZA:** H 5 (SOSTE ESCLUSE)
- DISTANZA:** 40 KM CIRCA
- DISLIVELLO:** + 1.400 M

EQUIPAGGIAMENTO: SI VEDANO LE REGOLE DI BASE DI SEGUITO

PRANZO: AL SACCO

COSTI: CONTRIBUTO SEZIONALE DI 1 EURO + 5 EURO PER EVENTUALE USO DEL CARRELLO PORTA-BICI.

NOTE: E' POSSIBILE FARE RIFORNIMENTO DI ACQUA PRESSO PRIMO RIFUGIO, RIFUGIO CANTORE, PRATO DELLE MACINAIE E ABBADIA SAN SALVATORE.

LA CICLOESCURSIONE È RISERVATA AI SOLI SOCI CAI.

NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI: 14 (QUATTORDICI)

PER CHI NON VOLESSE PARTIRE PRESTO LA MATTINA, OCCORRONO OLTRE DUE ORE DI AUTO, E' CONSIGLIATO PARTIRE IL GIORNO PRIMA E PERNOTTARE IN UNO DEI NUMEROSI B&B DELLA ZONA.

ALLA PARTENZA È NECESSARIO COMPILARE E FIRMARE IL [MODULO DI AUTODICHIARAZIONE COLLETTIVO](#) CHE VI INVITIAMO A LEGGERE PREVENTIVAMENTE.

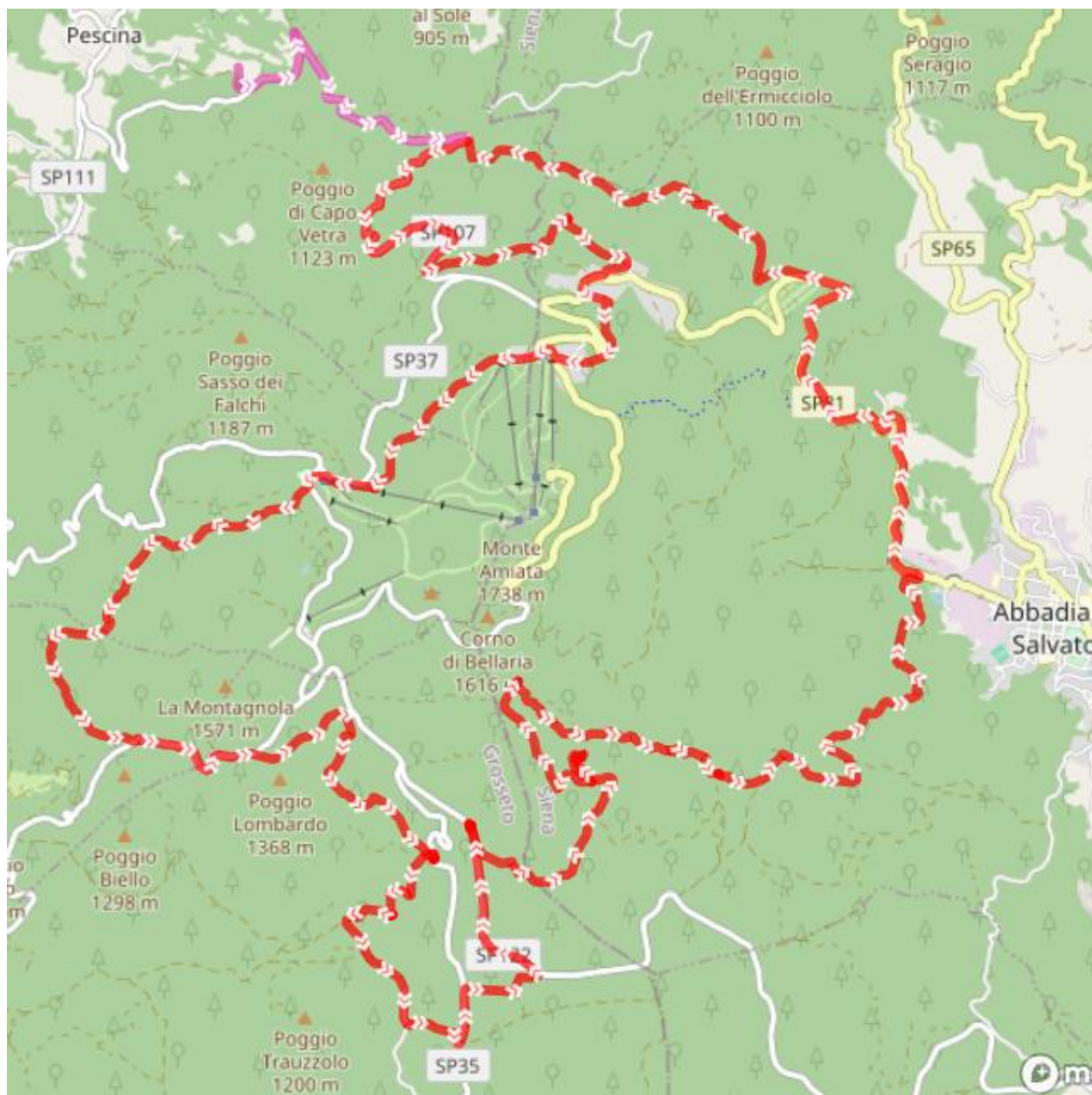
Itinerario

Giro ad anello sulle pendici del Monte Amiata. Attraversa sia il versante grossetano che quello senese. Il percorso, per brevi tratti, percorre alcuni tratti di strada asfaltata e, in massima parte, strade forestali e sentieri immersi nel bosco.

Il Monte Amiata, gruppo montuoso di origine vulcanica della toscana meridionale, svetta sulla Val d'Orcia, sulla Valle dell'Ombrone, sulle colline dell'Albegna e del Fiora e sulla vallata del Lago di Bolsena; la sua vetta raggiunge i 1.738 mt slm. Nelle sue viscere sorse una delle più importanti miniere di mercurio del mondo, chiusa verso la metà degli anni settanta del secolo scorso. Sulle sue falde, nella seconda metà del IXX secolo, si realizzò l'avventura mistica e rivoluzionaria di Davide Lazzaretti, il profeta dell'Amiata, che si immolò per il riscatto religioso e sociale della propria gente, avversando le ingiustizie del mondo e il declino del clero romano.

Il percorso richiede buone capacità e, con bici muscolari, vista il dislivello e la distanza, anche buon allenamento.

Per informazioni rivolgersi al Direttore di escursione.



REGOLE DI BASE PER LA CICLOESCURSIONE

- Mountain Bike/E-Bike in buone condizioni e idonee per sentieri sconnessi con gomme non lisce, E-Bike con batteria carica.
- Casco protettivo obbligatorio.
- Abbigliamento ciclismo stagionale e giacca anti-pioggia.
- Occhiali protettivi.
- Kit foratura con camera d'aria di scorta e/o bomboletta fast e una falsa maglia adatta alla propria catena.
- Borraccia con acqua e barrette energetiche o alimenti analoghi.

- Seguire le direttive dei Direttori della ciclo-escursione.
- L'organizzazione, durante la ciclo escursione, dispone di APRIPISTA e CHIUDIPISTA; è tassativamente vietato superare l' APRIPISTA a meno che, egli stesso, non dia il consenso.

Per prenotazioni ed informazioni contattare il Direttore di Escursione.

Il Direttore di escursione si riserva la facoltà di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni meteorologiche o di qualsiasi altra natura, che ne possano impedire lo svolgimento in condizioni di sicurezza o escludere eventuali partecipanti con attrezzatura/abbigliamento inadeguato.

I non soci dovranno comunicare nome, cognome e data di nascita entro il venerdì precedente l'escursione e pagare € 8,40 per ogni giornata di escursione, quota che comprende la copertura assicurativa CAI. Il pagamento potrà essere effettuato in sede o in alternativa, sempre entro gli stessi termini, con bonifico bancario inviando la copia della ricevuta via e-mail a livorno@cai.it e via e-mail oppure whatsapp al direttore di escursione.

Le coordinate bancarie per effettuare il bonifico sono: sezione CAI Livorno, presso la Credit Agricole – Sede di Livorno

IBAN IT44N0623013900000040741680

Indicare nella causale nome e cognome, la data e il titolo della escursione

Attenzione: Le foto e i video realizzati in occasione delle escursioni sociali potranno essere utilizzate dalla sezione di Livorno per attività promozionale o altri scopi attinenti all'attività del Club anche attraverso il web, salvo espressa dichiarazione contraria del partecipante.

Per tutto quanto non scritto sulla locandina si fa riferimento al regolamento escursioni sociali presente anche in sede in forma cartacea.

[Revisione modello locandina del 16-12-2024]

Questa escursione o cicloescursione è stata autorizzata dal Consiglio Direttivo del CAI Livorno in data 21/8/2025.
