

## Tabella Tecnica

Tipologia :	WeekEnd
Dislivello :	vedi programma mt
Ore :	vedi programma ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	vedi programma km
Accompagnatore 1:	Rosati
Accompagnatore 2:	info@startrekk.it



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 e 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

**ATTENZIONE:** per l'ingresso al centro storico di Piancastagnaio, dove si svolge la festa della castagna, è obbligatorio esibire il green pass

## PROGRAMMA

### Sabato:

- Arrivo in mattinata ad Abbadia San Salvatore e sistemazione nelle proprie stanze d'albergo
- Ci spostiamo a Piancastagnaio per vivere da subito la festa della castagna. Il pranzo è libero e potremo approfittare degli stand gastronomici o mangiare in uno dei locali del paese
- Dopo pranzo visiteremo la Rocca Aldobrandesca di Piancastagnaio e faremo un giro turistico del paese già immerso nei festeggiamenti
- La nostra cena sarà in una tipica cantina di una delle contrade del paese (Contrada di Castello) allestita appositamente per la festa. Sarà l'occasione per assaggiare i piatti tipici della zona cucinati dalle sapienti mani delle mamme e nonne di Piancastagnaio
- Rientro in albergo

### Domenica

- Escursione sul Monte Amiata con partenza da Abbadia San Salvatore
  - Lunghezza: 15km
  - Dislivello: 900mt
  - Difficoltà: E
  - Durata: 7h
- Rientro in paese e cena in albergo

### Lunedì

- Dopo la colazione lasciamo l'albergo e facciamo una visita alla bellissima Abbazia di Abbadia San Salvatore. Partiamo poi per una escursione (più o meno breve) durante la quale approfitteremo per raccogliere un po' delle locali castagne che riporteremo a casa da gustare con amici e parenti.
  - Lunghezza: 5-6 km
  - Dislivello: 200-350 mt
  - Difficoltà: T/E
  - Durata: 4h
- Per il pranzo (libero) ci spostiamo nuovamente a Piancastagnaio 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:**

170€ a persona

La quota comprende:

- due notti con trattamento di B&B in hotel 3 stelle con sistemazione in camere doppie (supplemento doppia uso singola 20€ al giorno)
- Cena del sabato in una cantina tipica allestita per la festa della castagna
- Cena della domenica in albergo (5 portate, compresa acqua minerale)
- Le escursioni della domenica e del lunedì
- Supporto di uno o più accompagnatori Startrekk per tutta la durata dell'evento

La quota non comprende:

- Le spese di viaggio
- I pranzi
- Tutto quanto non specificato alla voce "La quota comprende"

### **PER INFORMAZIONI:**

Danilo Rosati 335.1330303

### **PER PRENOTAZIONI:**

Direttamente sul nostro sito [www.startrekk.it](http://www.startrekk.it) cliccando sul tasto "Mi prenoto".

E' richiesto il versamento di un acconto di € 70,00 sull'iban: IT61Z0306967684510724312088 intestato a STARTREKK. Il saldo entro una settimana prima della partenza.

### **APPUNTAMENTI:**

- 1° appuntamento ore 9.00 Viale America, 250 (fermata metro Eur Palasport)
- 2° appuntamento ore 12.00 presso Hotel Adriana, Via Serdini, 76, Abbadia San Salvatore (SI)

N.B. Per la tranquillità di tutti, chiederemo per la partecipazione all'evento, l'esibizione del Green Pass.

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

Visita il nostro sito [www.startrekk.it](http://www.startrekk.it)