

Organisatrice Marylise Blanchet
Vous pouvez me joindre via le KIFAIKOI du club

La Via Francigena entre en Toscane - 12ème épisode
14-RW34 du 19 avril au 6 mai 2014



Ouverture des inscriptions le 6/12/2013 - avec accord de l'organisatrice

Itinérant avec portage
Environ 6 heures et 25 km de marche par jour.
Nombre de participants (es) 6 y compris l'organisatrice.

Départ samedi 19/04 de Paris

Programme	Date	Jour	Ville de départ	Ville d'arrivée	km	environ temps de marche	D+	D-
	20-avr.	dimanche -Pâques	Fidenza	Costamezzana	12	3	250	150
			Mise en jambes avec un relief de plus en plus accentué					
	21-avr.	lundi - Pâques	Costamezzana	Sivizzano	29	7	650	200
			Etape longue avec beaucoup de relief. Chemins herbeux, de terre, petites routes. Fornovo Di Taro, ville située sur les 1ers contreforts des Apennins. Bataille entre le roi de France Charles VIII et la ligue italienne, en 1495. Eglise romane Santa Maria Assunta, à l'emplacement probable d'un ancien temple à Mercure, dieu des voyageurs.					
	22	mardi	Sivizzano	Berceto	23	6	1000	200
			Passage d'une petite rivière dans l'eau. Routes et chemins parfois sinueux, escarpés. Beaucoup de traces des pèlerins.					
	23	mercredi	Berceto	Pontremoli	29	7,5	700	1100
			Etape difficile, fortes montées, descentes rapides. Au Pallo della Cisa, altitude 1043m, nous passerons de l'Emilie-Romagne à la Toscane, petite église dédiée à Nostra Signora della Guardia, choisie comme patronne des athlètes. Pontremoli, 1ère halte en Toscane.					
	24	jeudi	Pontremoli	Aulla	33	8	300	500
			Etape longue, nombreux dénivelés. Aulla se trouve dans une vallée étroite enserrée par de hautes collines, et où se concentrent depuis l'Antiquité de nombreuses voies de communications.					
	25	vendredi	Aulla	Sarzana	18	4	600	600
			Nombreux dénivelés avec de raides montées. Nombreux palais sur la via Mazzini, (Via Francigena). Impressionnante citadelle construite par Laurent Le Magnifique en 1487 pendant la domination de la ville par les Medicis.					
	26	samedi	Sarzana	Marina di Massa	17	4 <100	<100	
			Château Malaspina Xème siècle, dressé sur un impressionnant rocher.					
	27	dimanche	Marina di Massa	Pietrasanta	20	5	200	200
			Les montées et descentes s'effectuent sur de petites routes, mais celles-ci sont tranquilles et les paysages très agréables. Vue sur la mer Tyrrhénienne. Pietrasanta grâce à son marbre, est depuis longtemps un carrefour pour les sculpteurs. Nombreuses sculptures dans les rues et sur les places.					
	28	lundi	Pietrasanta	Valpromaro	19	4,5	280	200

Des montées et des descentes, végétation parfois envahissante, chemins parfois mal entretenus. Vue sur la mer, campagne plantée d'oliviers. Belles colines de la Versilia. Camaiore.

29 mardi	Valpromaro	Lucques	15	4	100	300
Nombreux dénivelés au début. Chemins herbeux, forêt, petite route, piste cyclable. Lucques est une ville de fondation étrusque, ensuite colonie romaine, grande prospérité au Moyen-Age, République indépendante en 1160, conquise par Napoléon en 1805. Ville natale de Giacomo Puccini.						
30 mercredi	Lucques	Altopascio	18	4 <100	<100	
Etappe facile mais souvent sur le bitume. façade romane XIIème siècle à Capannori. Les Hospitaliers de Altopascio, ordre du Tau XIème siècle.						
01-mai jeudi	Altopascio	San Miniato Basso	24	5,5 <100	<100	
Chemins de terre, petites routes. Etangs, rivières, fleuve. Le pont de Medici à Ponte a Cappiano. Piazza Vittorio Veneto à Fucecchio.						
02-mai vendredi	San Miniato Basso	Gambassi Terme	26	6	360	60
Quelques dénivelés. Contrée des olives et du Chianti. Collines du val d'Elsa						
03-mai samedi	Gambassi Terme	San Gimignano	15	4	320	270
Quelques reliefs, très beaux paysages. Vignes et Oliviers. San Gimignano, ville des tours.						
04-mai dimanche	San Gimignano	Monteriggioni	30	8	350	350
Etappe longue et difficile, nombreux dénivelés. Quelques gués à passer, peuvent être difficiles en cas de pluie. Monteriggioni village fortifié au murailles début XIIIème siècle intactes(560m de murailles et 14 tours)						
05-mai lundi	Monteriggioni	Sienna	18	4,5	150	110
Quelques reliefs. Sienna était la grande rivale de Florence, Palazzo Pubbico, monument gothique, Piazza del Campo en forme de coquille et la cathédrale Santa Maria Assunta romano-gothique.						

Je prolongerai mon séjour à Sienna et à Florence.

Renseignements :

1) Horaires des trains : Nous sommes en novembre, donc bien sûr à vérifier 3 mois avant.

Il existe un aéroport à Milan et à Florence pour ceux qui préfèrent l'avion.

Nous pouvons nous contacter pour en discuter.

Je pense partir le vendredi 18 avril, et je vous attendrai à la gare de Fidenza.

Je vous laisserai mes coordonnées téléphoniques et les coordonnées de l'hébergement.

Samedi 19 avril	Départ	Paris gare de Lyon	7h49
	Arrivée	Milano Garibaldi	14h51
	Départ	Milano Garibaldi	15h44
	Arrivée	Parme	17h03
	Départ	Parme	17h36
	Arrivée	Fidenza	17h52

Retour Mardi 6 mai de Siena (Sienna)

Il existe des trains Sienna - Florence, pratiquement toutes les heures.

Je pense préférable de prendre l'avion à Florence pour Paris, le trajet en train semble très long.

2) Equipement : classique du randonneur, prévoir pour la pluie, neige et soleil. Bonnes chaussures de marche, basket exclues. Une fiche équipement est disponible auprès de l'organisatrice.

Les participants devront avoir le niveau demandé, niveau physique moyen+. **Ils devront savoir, que nous pourrons marcher sur des routes**, notamment à l'arrivée des villes et des sorties de villes, sur des sentiers herbeux pas toujours bien entretenus. Les journées seront parfois longues, mais récompensées par l'accueil chaleureux des italiens, et, entre autres, les paysages de rêve toscans.

L'itinéraire peut être modifié pour différentes raisons, terrains posant danger, obstacles imprévus, cohésion du groupe, météo taquine. Et également pour toutes autres raisons de sécurité, le chef de groupe restant décideur de la conduite à tenir en cas de soucis.

3) Divers : carte du CAF et carte d'identité à ne pas oublier

L'organisatrice possède une trousse collective de 1^{er} secours (sans médicaments) mais il est recommandé de prendre votre trousse pour vos besoins personnels

4) Estimation des frais sur la base de 5 participants : 820 euros. Ce montant comprend les demi-pensions (17), les frais CAF et d'organisation.

Il est bien évidemment estimé, car je n'ai pas encore la réponse de tous les hébergements.

Règlement de 410 euros à l'inscription, et le solde avant le 15 mars.

5) Les hébergements seront probablement des gîtes, hôtels, ou établissement religieux parfois.

6) Le dernier épisode - La Via Francigena arrive à Rome - se déroulera du 22 août au jeudi 4 septembre 2014.

Il faut compter 12 jours de randonnée, 2 jours de voyage. Je resterai quelques jours à Rome.



Sur le chemin Vercelli-Robbio
13/09/2013



Abbatiale de Chiaravalle
21/09/2013