

TOSCANA
Y LIGURIA

Descubriendo la primavera en el corazón de Italia

Primavera 2023 / 7 días
FECHAS: del 14 al 20 mayo 2023

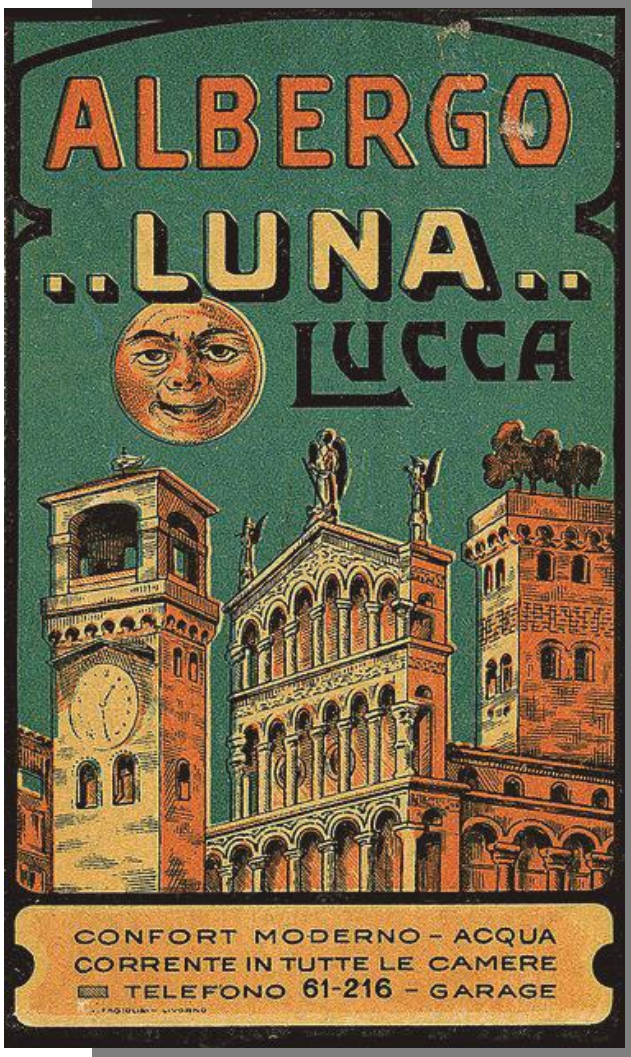
ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
MAPA	4
ITINERARIO	5
FICHA TÉCNICA	11
CONDICIONES Y SEGURO	13
NOTAS SOBRE EL VIAJE	15



- Descubre la Garfagnana, una Toscana diferente.
- Recorre senderos entre bosques, aldeas. perdidas y montañas alpinas
- Saborea un buen vino en la Toscana tradicional, entre cipreses y colinas.

INTRODUCCIÓN



Toscana, nombre que nos evoca imágenes de historia y de bellos paisajes, romanticismo y renacimiento, tradición y vanguardia. Combinaremos cultura y naturaleza, recorridos por espacios naturales y por pueblos y aldeas alejadas de las rutas más convencionales. Tomaremos como base un agradable hotel familiar situado en el medieval pueblo de **Barga**, en el centro de la **Garfagnana**; una escondida comarca encerrada entre las cordilleras de **Alpi Apuane** y de los **Apeninos**. Aquí encontramos una preciosa cordillera de agrestes picos que, junto a la vecina cadena de los Apeninos albergan en su interior tupidos bosques de robles, castaños, hayas, abetos, desconocidos valles y preciosos pueblos de tradicional arquitectura en piedra. Pueblos de traza medieval como el propio **Barga**, **Castelnuovo**, **Sommocolonia**...,. Visitaremos históricas villas como **Lucca y Pisa**, bajaremos hasta el mar **Tirreno** y, en la vecina Liguria, recorreremos uno de los espacios naturales más formidables de todo el Mediterráneo, el **Parque Nacional de "le Cinque Terre",** paisaje que extasiara antaño a poetas como Byron y Shelley.

Al final de nuestro viaje disfrutaremos de una de las ciudades más hermosas del mundo, **Florencia.**

Seguridad y tranquilidad

+35 años de experiencia

España, Europa y más

Destinos únicos

Reserva sin preocupaciones

Cancelación sin gastos

MAPA


TOSCANA
Y LIGURIA
N
Bolonia
Campocatino
Garfagnana
Sommocolonia
Le Cinque Terre
Barga
Lucca
Pisa
Florencia

ITINERARIO

DÍA 1: MADRID/BARCELONA – FLORENCIA – TRASLADO A BARGA

Salida desde **Madrid** o **Barcelona** (VER FICHA TÉCNICA) con destino a **Florencia.**

Traslado a **Barga,** distribución de habitaciones. Cena de bienvenida y presentación del programa de actividades.

Barga es un pueblo situado entre los Apeninos Toscanos-Emilianos y el majestuoso anfiteatro de los Alpes Apuanos. La belleza de sus montañas se combina con la variedad de colores, el clima templado, la presencia de un notable patrimonio y la animada hospitalidad de su gente. Lugar de antiguas tradiciones, ha sido incluido en la lista de los Pueblos más bellos de Italia, por sus numerosos sitios de interés cultural y su bien cuidado centro histórico. Barga está dominada por el Castillo que, situado sobre un espolón rocoso, muestra la estructura típica del pueblo medieval protegido por un recinto amurallado al cual se accede a través de tres puertas: *Porta Reale*, *Porta Macchiaia* y *Porta di Borgo*. Caminando por los pasadizos y las pequeñas plazas, se puede descubrir en el entramado de sugestivos trayectos, toda la agradable irregularidad de los edificios antiguos.

Julio y agosto son los meses más festivos, donde la gastronomía es protagonista en la "Feria del Pescado y Patatas Fritas" y la música, que fluye por las Plazas, durante el Festival de Jazz.

En Barga, como en todo Garfagnana y Valle del Serchio Medio son típicos los platos a base de *farro de Garfagnana IGP*, cereal antiquísimo siendo uno de los platos favoritos de los romanos, que incluso lo utilizaban para alimentar a sus legiones, desaparecido en casi todas partes, aún sobrevive en Garfagnana, y de harina de *neccio DOP*, (castaña) que se utiliza para la producción de pasteles, pero no sólo. Dos excelencias locales, que se prestan muy bien a la preparación de platos dulces y salados.

DÍAS 2 AL 4: BARGA (VALLE DE LA GARFAGNANA): ACTIVIDADES

Desde ésta nuestra base, desarrollaremos todo un amplio programa que, a continuación, os detallamos:

DÍA 2: SOMMOCOLONIA

La excursión de hoy la dedicaremos a conocer la montaña cercana a Barga y así hacernos una idea del entorno que nos rodea. **Sommocolonia**, establecido como un fuerte romano, es una aldea en la cima de una colina. La aldea



sufrió graves daños durante la Segunda Guerra Mundial, donde fue el escenario de una batalla entre la Wehrmacht y la 92.a División de Infantería afroamericana.

DATOS TÉCNICOS:

Ruta Circular de 9 km. de recorrido en el que emplearemos unas 5 horas con descansos incluidos. Desnivel: 485 m. aprox. (subida y bajada). Altitud Mín.: 274 m. Altitud Máx.: 705 m. (Altitud Barga: 410 m. Sommocolonia: 705 m.)

DESCRIPCIÓN ITINERARIO:

Salimos a pie desde la misma puerta de nuestro hotel, dejando atrás Barga, nos adentramos en pleno bosque en la zona conocida como el Giardino, sendero B2 del CAI (Club Alpino Italiano), que tras atravesar un precioso tramo de bosque nos llevará en unos 20 min., a **Ponte di Catagnana**, que nos servirá para cruzar el río Corsonna. Continuamos por un pequeño tramo de carretera que nos sube hasta el pueblecillo de Catagnana donde enganchamos con el antiguo camino empedrado que lleva a Sommocolonia, arribaremos en 1 h y media de tranquila subida metidos en un denso bosque. Tiempo para reponer fuerzas en la fuente y plaza del pueblo antes de dirigirnos al mirador desde el que perderemos el aliento al contemplar las primeras vistas de los **Alpes Apuanos** y de parte del valle. Aprovecharemos para conocer un poco de la historia de este pequeño pueblo que desde abajo nos parece un auténtico "nido de águilas".

De aquí seguiremos camino siempre en descenso pasando por un embriagador paisaje, bosques de castaños, pequeños pueblecillos, santuarios abandonados, cultivos de vid, hasta llegar a Albiano, ultima población antes de volver a cruzar el río y llegar de nuevo a Barga donde tendremos el resto del día libre para almorzar una buena pasta o alguna especialidad de la zona y conocer un poco mejor este precioso pueblo.



DÍA 3: CAMPOCATINO / CASTELNUOVO DE LA GARFAGNANA

Tras el desayuno dejaremos nuestra base para ir en dirección al corazón de los Alpes Apuanos, siguiendo parte de la famosa **Vía Vandelli** (S XI d.C.), construida en su parte Garfagnina por el Duque de Módena para unir esta ciudad con Massa y el mar. En cuestión de una hora habremos llegado al embalse de **Vagli Sotto**, el que nos descubre cada 7 años los restos del pueblo sumergido de **Fabbriche di Careggine** que guarda en su regazo. Este embalse ejerce de



espejo en el que se miran muchas de las cimas más importantes de estos Alpes, **Monte Sumbra, Monte Tambura**, etc.

DATOS TÉCNICOS:

Ruta Lineal de 12 km. de recorrido en el que emplearemos unas 7/8 horas, con descansos incluidos. Desnivel acumulado en ascenso: 680 m. Desnivel acumulado en descenso: 560 m. Altitud Mín.: 620 m. Altitud Máx.: 1154 m. (Altitud Vagli Sopra: 740 m. Campocatino: 1000 m. Ermita: 1080 m. Roggio: 820 m.)

DESCRIPCION ITINERARIO:

Hoy caminaremos hacia **Campocatino**, pequeño poblado de pastores situado a 1.000 m en una de las cuencas naturales que se forman bajo las cimas Apuanas y desde el que tendremos inmejorables vistas de estas rocosas montañas. Iniciamos el "*percorso*" desde la población de **Vagli Sopra** siguiendo las señales del sendero que, entre un frondoso bosque de castaños, nos sube en una media hora hasta el poblado. Tras una pequeña parada para tirar las primeras fotos de la jornada, tomar un refrigerio en el refugio o simplemente contemplar cómo nos observa el abrumador **Monte Roccandagia**, continuaremos nuestra marcha descendiendo hasta la pequeña ermita de **San Viano**, construida en la pared rocosa de la montaña, donde dicen se retiró a meditar un famoso místico de la zona. Desde aquí podremos divisar todo el valle de **Arnetola**, hogar del mármol a cielo abierto y tumba de muchos *lizzatori* (deslizadores de mármol desde las alturas al valle), a estas alturas habremos entendido que la caminata ha merecido la pena.

Volveremos sobre nuestros pasos hasta Campocatino. Ahora sí, haremos la típica parada para el "*pranzo*" (almuerzo italiano), que podremos regar, si nos apetece, con uno de esos buenos vinos que nos ofrece esta tierra, a esta altura seguro que sabe aún mejor.

Tras el descanso, continuamos camino que tras unas 2h de casi continuo descenso, nos llevará a **Roggio** siguiendo la antigua **"Via del Sale",** camino que antaño usaban los contrabandistas para llevar la sal desde la Versilia (en la costa) hasta el Valle del Serchio.

Tras varias panorámicas del valle y un precioso y frondoso bosque de castaños llegaremos al bus que nos espera para llevarnos a Barga pasando primero por **Castelnuovo de Garfagnana,** pueblo insignia de la comarca, donde haremos una parada para visitar sus murallas, hacer algunas compras o tomar un café o una birra.



DÍA 4: PISA / LUCCA

Tras el desayuno partimos hacia **Pisa**, una de las ciudades más emblemáticas de la Toscana. Con un curioso pasado de ciudad marinera aunque no situada en la costa, tiene el valor de haber sido una de las mayores potencias del Mediterráneo durante la Edad Media. Símbolo de su pasado es el imponente complejo monumental de la Piazza dei Miracoli. En estilo románico pisano fue enteramente construida de mármol de Carrara a partir del 1064, queriendo fundar la "Nueva Jerusalén", para celebrar la victoria en la cruzada. El núcleo principal está formado por el complejo de la Catedral, el "Baptisterio" y el "Camposanto", donde descubriremos en él mucho más que la famosa Torre inclinada, que descansa desafiando a las leyes de la gravedad, todo ello debido a la naturaleza pantanosa del terreno. Será un viaje al pasado, pasear con la luz de la mañana a lo largo del río Arno, por el mercado, por el casco medieval o por la Piazza dei Cavalieri. Aquí es donde se sitúa la famosa Escuela Normal Superior fundada por Napoleón, por la cual Pisa se señala como uno de los más prestigiosos campus universitarios y por eso es considerada una de las ciudades más jóvenes de la "Bota". Tras la visita partimos hacia **Lucca**, ciudad amurallada rodeada de verdes praderas que cuenta con uno de los centros históricos más bellos de toda Italia. Aquí tendremos tiempo libre para almorzar y pasar el resto de la tarde paseando entre sus jardines, torres y murallas a pie o en bicicleta (alquiler)en busca de las huellas que Napoleón dejó a su paso por esta elegante y bien cuidada ciudad. El casco antiguo de Lucca, de un perímetro de poco menos de 6 km, comprende casi 50 iglesias, entre ellas el Duomo, las iglesias de San Michelle in Foro, San Frediano, o San Giovanni, así como la Piazza dell'Anfiteatro, la Torre dei Guinigi, y la Torre del Reloj. Nos ofrece un buen resumen de la historia del arte toscano. También tendremos la oportunidad de visitar la casa natal de Puccini, el autor de Madama Butterfly, la Turandot o la Bohéme, que nació en Lucca, donde vivió y encontró su inspiración.

Regreso al final de la tarde a Barga.

DÍA 5: PARQUE NACIONAL DE "LE CINQUE TERRE"

Hoy saldremos un poco más temprano que de costumbre, para aprovechar bien el día. Abandonamos nuestra amada Toscana por unas horas, eso sí, por una buena causa. Nuestro bus nos llevará a la costa de **Liguria**, hasta encontrarnos con el golfo de **La Spezia,** importante puerto marítimo que nos da la entrada al parque.

Las 5 Terre se componen de 5 pequeños pueblos de pescadores (**Riomaggiore, Manarola, Vernazza, Corniglia y Monterosso**) ubicados en lugares imposibles e invisibles frente al estupefacto **Tirreno**. Pero este parque no es sólo eso; es entre otras cosas la cultura de un mar y de una tierra que ha hecho a estas gentes de la Liguria marina adaptarse a cultivar sus vides arrebatándole la tierra a la montaña, amen de la riqueza en especies marinas y terrestres que hacen de esta reserva natural un lugar único en el mundo.

Tendremos el día libre para recorrer el parque a nuestro antojo, a pie por la red de senderos que existe a tal efecto para ir de un pueblo a otro, o hacer un recorrido en el tren que también los conecta continuamente, o una mezcla de todas estas cosas….

Al final de la tarde/noche (después de cenar), tomamos el tren que en un corto recorrido nos lleva hasta la afamada ciudad de **La Spezia**, donde nos espera nuestro bus para regresar a nuestro alojamiento en Barga.



DÍA 6: BARGA-FLORENCIA

Tras el desayuno, salimos pronto hacia Florencia. Llegada antes del mediodía, alojamiento y resto del día libre. Nuestro hotel está muy bien situado y esto nos va a permitir no perder tiempo para disfrutar a tope de esta ciudad.

Cimabue y Giotto, los padres de la pintura italiana, vivieron aquí, **Brunelleschi**, Donatello y Masaccio, fundadores del Renacimiento; Botticelli y Paolo Uccello; el genio universal **Leonardo da Vinci** y **Michelangelo**. En Florencia, gracias a **Dante**, ha nacido el idioma italiano; afirmado con los estudios literarios de Petrarca y **Boccaccio**; con Macchiavello nació la moderna ciencia política y con Galileo, la ciencia moderna experimental.

Sus trabajos, junto con los de muchas generaciones de artistas hasta los del actual siglo, hicieron de Florencia un museo viviente. Sus palacios y sus plazas renacentistas, como **Piazza della Signoria**, exhiben fuentes y estatuas famosas. Florencia tiene también interiores de una belleza incomparable. El museo más famoso de Florencia es **la Galería Uffizi**, donde quien quiera podrá encontrar las obras maestras de Botticelli, Piero Della Francesca, Caravaggio, Tiziano y Rubens. Otros magníficos museos de arte hay en **Palazzo Pitti**, residencia de los Medici durante 200 años, y **Palazzo Vecchio,** el más importante y antiguo edificio civil (1299). Florencia es también el sitio donde existen algunas de las más bellas iglesias de Italia, entre las cuales encontramos la de **San Lorenzo** y las capillas de los Medici realizada por Michelangelo**, Santa Maria Novella y Santa Croce.** Paseando por el **Ponte Vecchio**, el puente más antiguo de Florencia rodeado por ambos lados de pequeñas joyerías, por la **Piazza del Duomo**, con la catedral **S. Maria del Fiore**, el baptisterio y el campanario de Giotto, o descansando en los **jardines Boboli**, desde donde se atisba la ciudad, disfrutaremos de un ambiente único, de una especie de aire que lleva consigo arte, cultura y tranquilidad.

Y…, además de todo esto…, Florencia es ante todo un ambiente, una forma de vida, animadas terrazas, clubes de música, restaurantes de todo tipo desde los novedosos "slow food" hasta las pizzerías de toda la vida, preciosos cafés, música y espectáculos en la calle, artesanía…

O también podremos ir de compras por el mercado de la Paja en busca de la artesanía de piel o por el mercado de fruta y verdura de San Lorenzo, para compartir un ratito de la realidad popular fiorentina fuera de las rutas turísticas, o visitar el interesante Mercato Centrale, donde podremos tomar un típico tentempié florentino. Tambien podremos probar en un restaurante el típico chuletón "fiorentino" con "Vin Santo y Cantucci". Alojamiento en hotel en Florencia.

DÍA 7: FLORENCIA-AEROPUERTO DE BOLONIA-MADRID/BARCELONA

Desayuno y a la hora convenida traslado al aeropuerto de Bolonia para partir hacia Madrid o Barcelona. (ver ficha técnica).

FIN DEL ITINERARIO



FICHA TÉCNICA

SALIDAS:

Madrid. Presentación a las 14.20 h en el Aeropuerto Internacional de Barajas-Adolfo Suárez, en la **Terminal 4 (T-4)**, junto los mostradores de facturación 870 y 880.

Salida en vuelo de la compañía Iberia a las 17.20 hrs. Hora prevista de llegada a Florencia: 19.45 hrs.

Barcelona. Consultar hora prevista de salida.

REGRESOS:

Madrid. Llegada prevista al mismo aeropuerto sobre las 21.25 h del día de regreso.

Barcelona: consultar hora prevista de regreso.

Consultar salidas desde otros puntos.

NOTA: En los vuelos reservados se podrá facturar una maleta de 23 kilos y llevar un equipaje de mano de máximo 8 kilos y el bolso/mochilita.

PRECIO: 845 Euros **PRECIO R.A.:** 745 Euros

GRUPO MÁXIMO: 32 personas **GRUPO MÍNIMO:** 19 personas

Suplementos:
Suplemento de ocupación 19/22 viajeros: 99 €
Suplemento de ocupación 23/28 viajeros: 69 €
Tasas aéreas estimadas: 80 € (sujeto a variación en el momento de la emisión de los billetes aéreos)
Suplemento alojamiento en habitación individual (opcional y según disponibilidad): 150 euros.

INCLUYE:

- Vuelos Madrid o Barcelona – Florencia/Bolonia-Madrid o Barcelona (ida y vuelta).
- Traslados aeropuerto/ hotel/ aeropuerto.
- Excursiones radiales y traslados durante las excursiones según programa.
- Alojamiento y desayuno en hotel, en habitaciones dobles con baño/ ducha en Florencia y Barga.
- Cena de bienvenida con productos típicos de la Toscana.
- Tasas de entrada al Parque Nacional Cinque Terre y recorrido en tren por los pueblos y hasta La Spezia.
- Guía acompañante de Alventus&Añosluz.
- Seguro de viaje.

NO INCLUYE:

- Comidas no mencionadas en el apartado anterior.
- Entradas a museos, monumentos y ningún servicio no especificado en el apartado INCLUYE.
- Tasas aéreas.



CONDICIONES Y SEGURO

CONDICIONES RESERVA ANTICIPADA:

La reserva y el pago de la inscripción/anticipo se realizarán al menos **40 días** antes de la fecha de salida (excepto el pago del resto que se realizará como máximo 20 días antes de la salida y las tasas aéreas que se abonarán a la emisión de los billetes).

CONDICIONES DE RESERVA DE VIAJE PARA LA TEMPORADA DE PRIMAVERA 2023

La reserva deberá ser realizada preferentemente por NUESTRA WEB, POR CORREO ELECTRONICO o en su caso por teléfono. Las solicitudes de reservas recibidas serán confirmadas por nuestra oficina. Una vez realizada y confirmada la reserva, se entregará como anticipo la cantidad de **85 Euros**, mediante transferencia o tarjeta de crédito.
DATOS BANCARIOS para transferencia:

Titular: *Viajes Alventus S.L.*
Entidad: LA CAIXA
Cuenta corriente: ES65 2100 8436 49 2200712883

(En caso de transferencia es imprescindible remitir por correo-electrónico un justificante del pago indicando claramente el nombre de la persona, viaje y fecha)

COBERTURAS DEL SEGURO DE VIAJE:

SEGURO INCLUIDO:

RESUMEN DE COBERTURAS – INCLUYE ASISTENCIA POR COVID 19	
EQUIPAJES: Pérdidas materiales	151 Euros
ASISTENCIA: GASTOS MEDICOS, QUIRURGICOS Y HOSPITALIZACION:	
Por gastos incurridos en España, derivados de una enfermedad o accidente ocurridos en España	600 Euros
Por gastos incurridos en el extranjero, derivados de una enfermedad o Accidente ocurridos en el extranjero	6.000 Euros

PRORROGA DE ESTANCIA EN HOTEL con 61 Euros/día, hasta un límite de	610 Euros
DESPLAZAMIENTO DE ACOMPAÑANTE POR HOSPITALIZACION ESTANCIA DEL ACOMPAÑANTE DESPLAZADO con 61 Euros/día, hasta un límite de	610 Euros
REPATRIACION O TRANSPORTE SANITARIO DE HERIDOS O ENFERMOS	Ilimitado
REPATRIACION O TRANSPORTE DE FALLECIDOS	Ilimitado
BILLETE DE REGRESO DEL ASEGURADO POR FALLECIMIENTO DE UN FAMILIAR DIRECTO	Ilimitado
RESPONSABILIDAD CIVIL PRIVADA	6000 Euros

Opcional:
Disponemos de seguros opcionales a disposición de los clientes con coberturas más amplias:

Por un importe desde 30 euros, entre otras coberturas, cubre los gastos de cancelación del viaje por causas de fuerza mayor.

Esta cobertura de cancelación es efectiva siempre y cuando se contrate la póliza en el momento de efectuar la reserva.

Solicite en nuestras oficinas el desglose de las coberturas de cada uno de ellos.

RECOMENDAMOS A TODOS CONTRATAR UNO DE ESTOS SEGUROS POR LA AMPLITUD DE SUS COBERTURAS.

Ambos seguros contemplan accidentes o enfermedades sobrevenidas durante el viaje. Puede consultarnos otros tipos de seguros con mayores coberturas.

CONDICIONES GENERALES

Todos los datos e informaciones contenidas en la Ficha Técnica del Viaje están sujetos a las Condiciones Generales publicadas en la página Web correspondiente.

Nota: El boletín al que se refiere la presente ficha técnica es un programa de viajes de cultura y naturaleza. Las personas que se inscriben en estos programas conocen las especiales características de su operativa y desarrollo, y por lo tanto son conscientes de la posibilidad, razonada, de posible modificación en el itinerario, servicios de alojamiento, transportes y duración motivados por causas ajenas a la organización y a la agencia de viajes.

NOTAS SOBRE EL VIAJE

TASAS: Las tasas aéreas no están incluidas en el precio final del viaje y su cuantía aproximada se ofrece como un suplemento en el apartado SUPLEMENTOS de la presente Ficha Técnica.

Las **tasas aéreas** hacen referencia al precio del combustible, costes de seguridad, impuestos aeroportuarios, gubernamentales, etc. Estas tasas **NO SERÁN EXACTAS HASTA LA EMISIÓN DE LOS BILLETES AÉREOS, POCOS DIAS ANTES DE LA SALIDA DEL VIAJE.** Es la compañía aérea quien estipula y modifica este importe. Por esta razón, y antes de recoger la documentación del viaje, os comunicaremos el importe final de las tasas exactas, ya que la cantidad indicada en el apartado SUPLEMENTOS es estimada y sujeta a variación, porque el carburante, tasas, o impuestos por las compañías aéreas, nunca se puede prever.

Las **tasas locales** (si las hay) se pagan directamente al tomar algún vuelo durante el viaje (vuelos internos por lo general y a la salida de los países). Su importe lo fijan las autoridades aeroportuarias locales

DOCUMENTACIÓN

Es necesario llevar Documento Nacional de identidad en vigor (o en su defecto Pasaporte), que no caduque mientras dure nuestra estancia.

DINERO

Zona Euro. Las tarjetas de crédito más utilizadas son VISA, MASTER CARD y AMEX, si bien en los pueblos de montaña por donde nos movemos pocos comercios aceptan las tarjetas de crédito.

VACUNAS Y MEDICINAS

Ninguna recomendación en especial. Además de llevar un seguro de viaje de amplia cobertura es recomendable llevar la cartilla de la Seguridad Social y la tarjeta sanitaria europea que se puede solicitar en el siguiente enlace https://administracion.gob.es/pagFront/tramites/fichaTramite.htm?idTramiteSelecci

onado=4229&idHechoVital=23&origen=listadoHechosVitales

Se recomienda llevar también un pequeño botiquín de viaje además de las medicinas del tratamiento, que en su caso, alguien pudiera seguir.

CLIMA

Estamos en primavera, una época ideal para descubrir la Toscana. En cualquier caso es también una época en la que el clima es cambiante y poco predecible. Por regla general el tiempo será bueno si bien disfrutaremos de un clima diferente dependiendo de donde nos encontremos en un momento dado. En la Garfagnana y en las montañas el clima es templado en los valles, refrescando en las zonas de montaña.

EQUIPAJE Y ROPA

Recomendamos muy especialmente llevar una bolsa de viaje o maleta y una pequeña mochila suplementaria (para las excursiones de naturaleza y montaña) con los útiles del día. El equipo recomendable es: Ropa ligera, calzado para la ciudad, **botas ligeras de montaña con suela antideslizante**, gafas de sol y gorro/a o sombrero, protección solar, anorak o prenda de abrigo, chubasquero, polainas, jersey tipo forro polar, bolsa de aseo, calcetines finos y otros más gruesos, bote para agua o cantimplora, bastones regulables para caminar (si los usas habitualmente). Cámara de fotos…

ALOJAMIENTO

Tal como explicamos nos alojamos en la **Garfagnana**, la preciosa comarca montañosa donde desarrollaremos nuestras actividades. Nos alojamos en un hotel familiar y agradable, se trata del hotel "La Pérgola", de 3***. Está situado en el pueblo de **Barga.** Barga es una interesante y preciosa población. La villa se escalona en una ladera montañosa con muy buenas vistas sobre la región. Tiene un casco antiguo muy bien conservado, con casas señoriales, pequeñas plazas, monumentos. El pueblo tiene buena animación; bares, terrazas, restaurantes especializados, casas de vinos de Toscana, productos típicos, club de jazz…

En Florencia: nos alojaremos en el hotel "B&B Hotel Firenze City Center" (http://www.hotelbb.it/it/hotel_bb_firenze_citycenter)

COMIDAS

Incluimos los desayunos y una cena especial de bienvenida. Esta cena la realizaremos en el restaurante llamado también "La Pérgola". En la cena se incluirán productos típicos de la región a la vez que servirá para tener un espacio de confraternización y ambiente agradable. El resto de las comidas no están incluidas. Durante la estancia en Barga tenemos muchas y diferentes posibilidades: trattorías, pizzerías,



restaurantes con comidas típicas... Florencia cuenta con una numerosa oferta de restaurantes, pizzerías, bares, terrazas, cafeterías, pubs, locales con música...



La cocina en la Toscana. Un viaje al sabor

Sobria, simple, esencial, son los tres adjetivos para definir su cocina sin perifollos que no necesita de gran elaboración para conquistar continuamente nuevos admiradores; la receta de la fama de esta tierra es debida principalmente a la absoluta bondad de los elementos de base que la acompañan casi constantemente: pan y oliva sobretodo; sólo hay que degustar una feta de pan toscano bañada en aceite de oliva para capturar en un mordisco la esencia de esta cocina; el extra virgen producido allí es en efecto de calidad excepcional, tanto para su utilización en cocina como crudo, acompaña casi todas las recetas más características de ésta región; el **pan toscano** es hecho "soso", sin sal, de costra dura y miga compacta; en **las pastas** la más célebre es el "**pappardelle alla lepre**" con salsa de liebre cocida en vino rojo, aceite de oliva y tomate; como plato principal encontramos la celebradísima **"bistecca alla fiorentina",** se trata de una pieza de lomo que no puede superar los setecientos gramos de peso y se cocina sobre brazas muy lentamente, no siendo girada ni pinchada para que no pierda sus jugos, terminada se puede salar y condimentar con aceite de oliva y pimienta y servirla acompañada de rodajas de limón; es muy utilizado el pollo hecho en variados platos: "alla diavola", "alla cacciatora", "fritto alla toscana" o al spiedo; en la costa su cocina es conocida en toda Italia por un plato: el famoso **"cacciuco",** símbolo de la ciudad portuaria del Livorno, se trata de una sopa de pescado, la mejor que se puede probar en todo el litoral de la península; entre sus dulces, la simplicidad conforma a toda la cocina toscana, son difundidos los "biscotti fatti in maniera artigianale" –bizcochos hechos de manera artesanal-; de Siena es el famoso "panforte", dulce de origen medieval rico en especies, almendras, frutas secas y abrillantadas.



www.aluz.com | reservas@aluz.com | www.alventus.com | alventus@alventus.com | 954 210 062 901 250 260

VINOS DE LA TOSCANA

Uno de los referentes de vino en Italia es la Toscana, que por la madurez y estabilidad de sus tierras nos presenta vinos de gran carácter y trascendencia en el tiempo. Los grandes Toscanos son un referente muy importante en el momento de escoger gran calidad. Su fórmula mágica de elaboración parte del Sangiovese, cepa de gran carácter pero con la suavidad que se requiere para presentar caldos de estupendo balance, vinos de color morado intenso y profundo, con taninos sofisticados que



le dan una capacidad infinita para el desarrollo del vino en el transcurso del tiempo.

Si se quiere buscar lo mejor de Italia, se deberá partir desde esta región, donde caldos extraordinarios con mezclas sin igual te llevarán en un recorrido infinito de aromas y sabores; por lo pronto, cabe anotar que la subregión más escuchada y de mayor desarrollo vitivinícola es **Chianti Classico** (entre Siena y Florencia) y **Chianti Ruffina**, regiones en las cuales encontrará vinos muy refinados. Por otra parte nos encontramos con el **Brunello** y el **Montalcino,** que se destacan bastante por su gran color rojo profundo, bastantes tánicos (sensación de astringencia en la boca), y sobre todo,



con una gran capacidad de envejecimiento.

EXCURSIONES

Las excursiones de naturaleza y montaña que planteamos en este programa no plantean dificultad alguna, se tratan de cómodos recorridos a pie con desniveles asequibles a cualquier persona que le guste caminar. El orden de las excursiones descritas en este programa puede variar a criterio del/la Guía dependiendo de la previsión meteorológica. Normalmente las excursiones suelen tener una duración de entre 5 y 7 horas incluyendo los descansos necesarios y paradas para comer. Generalmente, el desarrollo de una jornada de marcha se realiza como sigue: - nos levantamos y tras desayunar, partimos en autobús hacia el inicio de la excursión. Se cubren algunas distancias cortas en kms. para ponernos al inicio de camino. Previamente, el día anterior, nuestro Guía habrá dado los consejos e información necesarios: información meteorológica, horarios... así como recordar el equipo a llevar a la excursión, comidas... Iniciamos la excursión a pie y se empieza a caminar tranquilamente. Se disfruta de excelentes panorámicas, paradas para

hacer fotos, descansar, tomar el fantástico aire de la montaña... y a medio día paramos un buen rato en algún bonito lugar para tomar nuestro picnic. Seguido al descanso e incluso a una reparadora "siestecilla" seguiremos disfrutando de los senderos normalmente ya en bajada hacia donde nos espere nuestro autobús. Sobre las cinco o seis de la tarde finaliza la ruta a pie y tras parar en algún pueblo cercano tendremos tiempo para tomar un refrigerio, cappuccino, refrescos o cerveza... antes de volver a nuestro alojamiento.

Aparte de las excursiones de montaña, el resto de las actividades: visita del Parque Cinque Terre y otros paseos en zonas de Toscana son muy cómodos.

El/la Guía acompañante tiene como labor organizar las rutas, fijar los horarios, velar por la buena marcha del programa, integrar a todos en la zona, informar y orientar sobre los aspectos más interesantes de los lugares que visitamos, así como decidir cualquier cambio de ruta con causa suficiente y atendiendo siempre a la seguridad del grupo. No actúa como guía local en las visitas a ciudades o monumentos.





EN RUTA…NUESTROS GUIAS Y PROGRAMADORES.

Nuestros viajes y rutas llevan el sello especial de nuestro equipo de producción. Una cuidada elección de los itinerarios, de las excursiones y de los lugares a recorrer. La comprobación en directo de los servicios…, la búsqueda del detalle y de lugares recónditos y curiosos…, siempre realizados con la ilusión de profesionales apasionados por el viaje. Este es el afán que nos mueve y nuestro aval de calidad y garantía. (en las fotos: José Miguel Corredera y Alfonso Lourido, del Equipo de Guías y Programadores de Alventus&AñosLuz durante diferentes recorridos por Toscana).

CONDICIONES GENERALES

Sobre anulaciones, pagos, responsabilidades y otros aspectos legales, ver en la página web las condiciones en la siguiente dirección, https://www.aluz.com/condiciones o https://www.alventus.com/condiciones. Las cláusulas especiales del viaje vienen recogidas en el bono / contrato de viaje que debe tener todos los/las clientes al inicio del viaje.

NUESTRO GRUPO

ALVENTUS viajes · añosluz EN EL MUNDO · ALVENTUS BIKE · PUZZLE VIAJES singles con niños · DrumbuN viajes en familia · TravelMusic · VIAJES FOTOGRÁFICOS



ALVENTUS & AÑOS LUZ. MIRANDO AL FUTURO

¿Te unes a nuestro punto de encuentro viajero?
Te invitamos a que te unas, si es que no lo has hecho ya, a nuestro grupo de Facebook: Alventus & AñosLuz, Mirando al futuro. En el, estamos compartiendo fotos, vídeos, anécdotas... de viajes realizados pero también de los que nos gustaría ver en el futuro.
Descúbrelo en este enlace:
https://www.facebook.com/groups/554015261903835

Te esperamos, construye con nosotros el futuro. ¡Adelante!

Y además síguenos en...

Concurso Foto Viajera

Os animamos también a participar en el concurso Foto Viajera. En esta ocasión valoramos el atractivo de la imagen como fotografía de viaje.



Primer Premio:
Javier Arroyo Escobar



Segundo Premio:
Miriam Moreno Férriz



Tercer Premio:
José Manuel Máiquez Mijares

Consulta nuestras páginas web (www.alventus.com/concursos o www.aluz.com/concursos) para más información.



TURISMO RESPONSABLE

En ALVENTUS&AÑOSLUZ apostamos por la organización de los viajes de forma responsable y sostenible.

Colaboramos con los agentes locales, guías y proveedores con servicios de calidad y respetuosos. En la medida de lo posible se procura la contratación de alojamientos sostenibles y siempre respetando las normas ambientales.

Se procura la información y sensibilización a los viajeros sobre la protección de los espacios naturales que visitamos intentando minimizar nuestro paso por esos espacios. Igualmente se encomienda a los/as viajero/as respetar las culturas y tradiciones locales y ser muy respetuosos a la hora de la realización de fotografías de personas, pidiéndoles permiso en su caso.

Aconsejamos que en todos nuestros viajes por Europa y zonas de gran calidad saludable que los viajeros NO COMPREN AGUA EMBOTELLADA EN RECIPIENTES DE PLÁSTICO y si utilicen sus propias botellas rellenándolas en los hoteles, bares o restaurantes o en muchas de las fuentes de agua potable que se encuentran en las rutas.

En los viajes por lugares exóticos como Asia o Sudamérica y trekkings recomendamos igualmente el uso de agua potable de los establecimientos tratándolas en su caso con pastillas potabilizadoras.

Recomendamos igualmente ser sensibles en la utilización de los recursos en las zonas naturales que visitamos.

ALVENTUS&AÑOSLUZ colaboran de forma regular con organismos de protección de la naturaleza.

Muchas gracias