

TOSCANA

Toscana - Maremma - Partenza 3 Ottobre

Natura e Benessere - Tour con Guida Turistica Ambientale

Quote a partire da	Date di partenza	Giorni di viaggio
€ 2.070,00	03/10/2021	7

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996

Caratteristiche di viaggio

Viaggio alla ricerca del benessere fisico e mentale nella Maremma, il cuore della Toscana, con lezioni di yoga curate un'istruttrice certificata ed escursioni alla scoperta dell'entroterra toscano, con una guida turistica ambientale. Trekking e yoga sembrano due attività in contrasto, una movimentata ed energica e una statica e meditativa, eppure hanno molto in comune: in primis il benessere fisico e mentale che inducono. Praticare lo yoga all'aperto in contesti naturalistici puri alternato alla fisicità del trekking è estremamente energetico e appagante. Immagina di camminare alla riscoperta della lentezza, tra colline e antichi borghi, di vivere la natura e di valorizzazione il territorio prendendosi cura del corpo e della mente. Da **Monterotondo Marittimo e Massa Marittima**, la gemma del Medioevo, alle scogliere di **Scarlino, il Parco archeologico Città del Tufo, il Monte Amiata e la Riserva Naturale del Farma**, concludendo questo viaggio nel **Parco delle Colline Metallifere**, dove l'area protetta e gli operatori locali, con cui lavoriamo, sono parte integrante della Carta del Turismo Sostenibile: tutela e particolare attenzione nella riduzione dell'impatto ambientale.

Caratteristiche di viaggio

- Tutti i servizi sono **privati (da minimo 7 a massimo 12 partecipanti)** - I trasferimenti sono effettuati con mezzi privati (con minibus da 8 posti) - **Da 2 a 6 partecipanti** è possibile effettuare lo stesso programma di viaggio, con auto propria, con auto a noleggio oppure con macchina e autista a disposizione. - A **Scarlino** il soggiorno è previsto al **BeVedetta Relais Boutique Hotel**, un glamping a 5 stelle, immerso in un uliveto circondato dai boschi. Il contatto diretto con la natura si coniuga con un relax di tendenza, da vivere in eleganti suite tra gli alberi. - I **pranzi** indicati in programma sono "al sacco", preparati con cura dal Resort mentre i pic-nic verranno organizzati in location uniche e particolari: in spiaggia, nel bosco o in riva al fiume. - Le cene sono previste al Resort, in birreria tipica o in un ristorante sul mare - Le escursioni e i trekking sono accompagnati da una **speciale guida turistica/ambientale** esperta conoscitrice di questa Regione - Le lezioni di yoga e meditazione saranno tenute da un istruttore qualificato - **Assistenza Earth H24** per tutto il viaggio.

IMPORTANTE:

L'Hotel e i servizi del tour sono stati da noi preventivamente prenotati; tale disponibilità è garantita per iscrizioni effettuate entro la data del **30 Luglio 2021.** Successivamente i servizi non saranno immediatamente confermabili, ma andranno richiesti.

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996

Programma di viaggio

GIORNO 01
3 ottobre 2021
Firenze - Scarlino

Arrivo alla stazione S.M. Novella di **Firenze** entro le ore 12:00 circa (possibilità di raggiungere individualmente il Resort a Scarlino). Pranzo libero.
Nel primo pomeriggio, incontro con il nostro assistente locale e trasferimento a Scarlino. Sistemazione nelle camere riservate (le camere saranno disponibili dalle ore 15:00).
Incontro con la guida e trasferimento per il paese di **Scarlino** e visita fino al tramonto.
La visita, sotto forma di un dinamico trekking urbano, ci poterà alla scoperta del borgo medioevale. Dominato dalla Rocca, il borgo risale probabilmente al X secolo ed è arroccato sul Monte Alma, da cui si gode di un ampio panorama mozzafiato. La spiegazione partirà dal Castello, nominato per la prima volta in un antico documento datato 1108, percorrendo un'interessante percorso che si snoda intorno all'ultimo Bastione. Oltre all'imponente struttura castellare, sono visibili gli scavi archeologici adiacenti. Scenderemo poi verso il borgo con sosta presso il Centro di Documentazione Francovich dove sono esposti materiali archeologici che illustrano le varie fasi di vita nell'area della Rocca di Scarlino dall'età del bronzo al XVII secolo. Tra i reperti della Rocca, il famoso tesoro di Scarlino: 100 monete d'oro risalenti al XIV secolo, sorprendentemente trovate all'interno di un vasetto in una parete della canonica della Rocca.
Si prosegue poi verso la Piazza Principale del paese dove svetta il Busto di Giuseppe Garibaldi, a ricordo del suo passaggio a Scarlino, del 1849. Infine si giunge alla Chiesa del paese, San Donato: in stile romanico, dove si conserva una tavola rinascimentale che rappresenta Cristo Crocifisso vestito con una tunica nera a bordi dorati e in testa una corona d'oro.
Al termine delle visite rientro al Resort.
Cena e pernottamento.

GIORNO 02
4 ottobre 2021
Scarlino (escursione a Monterotondo Marittimo e Massa Marittima)

Risvegliarsi con **l'attività di yoga (2 ore)** direttamente al Resort, con istruttore qualificato. Lo yoga è una disciplina antichissima, nata in India come una pratica di natura spirituale, è arrivata in Europa a fine Ottocento. Da allora è iniziata la diffusione della disciplina perché i suoi benefici, provati scientificamente, sono numerosi e vanno dal benessere fisico a quello psicologico, favorendo il recupero l'equilibrio tra la mente e il corpo.

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996

Prima colazione al Resort.
Partenza verso **le Biancane di Monterotondo Marittimo** alla scoperta della geotermia.
Prima di arrivare a Monterotondo Marittimo, sosta a **Massa Marittima**, "la gemma del Medioevo" e breve passeggiata nel centro storico.
Pranzo libero.
A seguire proseguimento per **Monterotondo Marittimo**, nel cuore delle Colline Metallifere.
La prima tappa della visita sarà il **MUBIA, il Geomuseo delle Biancane**, dove potremo comprendere la geodiversità, cioè capire come si sono formati i minerali e le rocce e perché qui la terra è così calda e bianca. Sarà quindi il momento di salire sulle **Biancane**, un percorso trekking di media difficoltà, in un paesaggio inedito, "lunare", con manifestazioni naturali che scaturiscono dalla terra emettendo calore e vapore (soffioni, lagoni, putizze). Si scenderà poi verso **Sasso Pisano**, borgo medievale, alla volta di un famoso birrificio, che utilizza l'energia geotermica per la creazione della birra.
Cena in birreria a Sasso Pisano, accompagnata dalla birra locale di altissima qualità.
Al termine della cena, rientro al Resort.
Pernottamento.

GIORNO 03
5 ottobre 2021
Scarlino (escursione in e-bike alle costiere di Scarlino)

Risvegliarsi con **attività di meditazione** (2 ore), con l'obbiettivo di migliorare il benessere psico-fisico riducendo lo stress, la concentrazione e la memoria in una vista frenetica come quella attuale. La meditazione inoltre, aiuta a raggiungere una maggiore consapevolezza di se stessi.
Prima colazione al Resort.
Al termine, assegnazione, briefing di preparazione e familiarizzazione con la e-bike e partenza per un eccitante percorso fino a **Cala Violina (20 Km a/r)**, una suggestiva caletta all'interno della riserva naturale delle Bandite di Scarlino. Si costeggerà il lungomare di Follonica guardando il Golfo che da Piombino porta a Punta Ala, si proseguirà verso il Puntone di Scarlino percorrendo la pista ciclabile. Arrivati al Puntone sosta per la visita della zona paludosa e del MAPS, un Museo che ospita numerosi reperti archeologici accumulati nei secoli sui fondali della zona del Puntone di Scarlino. Si prosegue verso le Costiere fino a raggiungere **Cala Violina**, che si sostiene essere uno dei luoghi più belli d'Italia e che deve il suo nome al suono che produce la delicata sabbia al passaggio.
Tempo libero a disposizione per un bagno nel mare e per il pranzo pic-nic preparato dal Resort.
Percorrendo a ritroso il bel sentiero, rientro verso il Resort, arrivo e rilascio delle E-Bike.
Cena e pernottamento.

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996

GIORNO 04
6 ottobre 2021
Scarlino (escursione nell'Area del Tufo)

Prima colazione al Resort.
Partenza per la Bassa Maremma verso la cosiddetta "Area del Tufo", assolutamente uno di quei luoghi imperdibili. La sua origine è vulcanica, testimoniata dalla presenza di sorgenti termali e formazioni tufacee circondate da una vegetazione rigogliosa.
All'interno di questa zona c'è il "**Parco archeologico Città del Tufo**", uno dei più importanti siti archeologici etruschi dell'Italia centrale.
Visita del Parco e in particolare della Necropoli di Sovana, sono presenti veri e propri capolavori di architettura rupestre etrusca. Si prosegue visitando parte delle **Vie Cave**, corridoi scavati nel tufo le cui pareti, in alcuni punti, raggiungo anche l'altezza di 20 metri e che in epoca etrusca collegavano i vari insediamenti con le necropoli.
Infine passeggiata per le vie e le bellezze di **Sovana**, paese natale di Papa Gregorio VII e magnifico borgo dell'Italia centrale.
Pranzo libero.
Trasferimento alle Terme di Saturnia per un pomeriggio dedicato al benessere e relax.
Rientro al Resort.
Cena e pernottamento.

GIORNO 05
7 ottobre 2021
Scarlino (escursione al Monte Amiata, "forest bathing")

Prima colazione al Resort.
Incontro con la guida e partenza per il **Monte Amiata** e giornata dedicata al "**forest bathing** ", un "bagno di foresta" in grado di rigenerarti mentalmente e fisicamente, con un operatore qualificato.
Questa pratica è nata in Giappone ed è un'esperienza immersiva nella natura circostante, nella quiete dei boschi, regolando la respirazione e i passi in modo da ottenere benefici effetti sulla nostra salute.
Numerosi studi confermano infatti che le piante hanno un grande potere terapeutico e le energie vibrazionali positive e gli oli essenziali che rilasciano nell'aria sono capaci di ridurre lo stress e stimolare il nostro sistema immunitario. La passeggiata che proponiamo si sviluppa nelle suggestive faggete del Monte Amiata vere e proprie cattedrali verdi. Pic-nic nel bosco.
Al termine della passeggiata, rientro al Resort.
Cena e pernottamento.

GIORNO 06

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996

8 ottobre 2021

Scarlino (escursione alla Riserva Naturale del Farma e Castiglione della Pescaia)

Prima colazione al Resort.
Partenza per la **Riserva Naturale del Farma**, che comprende la bellissima e selvaggia vallata in cui scorre il torrente e conserva aspetti naturalistici unici grazie alla presenza di vegetazione e di specie animali rare che qui trovano un ambiente ancora selvaggio e non disturbato dalle attività umane. Percorso **acquatrekking** (attività outdoor che consente di fare escursioni vicino o dentro l'acqua) di circa 8 Km, lungo sentieri e lungo il letto del torrente Farma con possibilità di fare il bagno nelle piscine naturali che si sono formate lungo il corso del fiume.
Pranzo pic-nic sulle rive del fiume.
Nel tardo pomeriggio rientro al Resort per un breve riposo prima della partenza per **Castiglione della Pescaia**, passeggiata serale nel Borgo Medioevale, tra l'azzurro del mare e il verde delle colline. Castiglione della Pescaia è un antico borgo di pescatori, nel cui pittoresco porto-canale ogni sera ancor oggi attraccano i pescherecci col loro carico guizzante, facendosi spazio tra le tante imbarcazioni da diporto ormeggiate. Nel centro storico è possibile vedere la **Rocca** risalente al XV secolo e la **Chiesa di San Giovanni Battista** con il suo caratteristico campanile, ospitata in un edificio che, un tempo, serviva come deposito di munizioni.
Cena in ristorante sul mare con ricco e delizioso menù a base di pesce.
Al termine rientro al Resort.
Pernottamento.

GIORNO 07
9 ottobre 2021

Scarlino - Gavorrano - Firenze

Risvegliarsi con l'**attività di yoga** (2 ore) direttamente al Resort, con istruttore qualificato.
Prima colazione al Resort.
A seguire partenza per **Gavorrano**, sede del Parco delle Colline Metallifere, oggi parte della rete mondiale dei Geoparchi UNESCO.
Gavorrano è un antico borgo medioevale arroccato sulla collina, che fino a qualche decennio fa è stato un importante centro minerario a supporto dell'omonima miniera, dove ancora oggi sono visibili le strutture di ingresso ai pozzi. Svetta tra tutti il Pozzo Roma.
Del territorio di Gavorrano parla Dante: "Siena mi fé, disfecemi Maremma"; essendo qui presenti le rovine del "Castello della Pia" (purtroppo al momento non visitabile). Attrezzati di elmetto, entreremo in Galleria e ci immergeremo nella tradizione mineraria. Nel percorso sono mostrate dal vero o in ricostruzione le diverse fasi del cantiere minerario, le tecniche di coltivazione, le opere di sostegno; la guida, di grande esperienza, racconterà storie ed aneddoti di vita vissuta dei minatori, con le quali sarà facile emozionarsi. Al termine della visita sarà il momento di **piantare un albero**, a scarico delle emissione di CO2 prodotte

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996

(l’area protetta e gli operatori locali con cui lavoriamo sono parte integrante della Carta del Turismo Sostenibile, tutte le attività, hanno una particolare attenzione alla riduzione del nostro impatto ambientale). Pranzo “al sacco”.
Nel pomeriggio ritorno a Firenze.
Fine dei nostri servizi.

Quote di partecipazione

Quote individuali di partecipazione in camera doppia

Quote

7 partecipanti	€ 2.390,00
8 partecipanti	€ 2.290,00
Da 9 a 10 partecipanti	€ 2.180,00
Da 11 a 12 partecipanti	€ 2.070,00

Supplementi

Suppl. camera singola	€ 420,00
Quota gestione pratica	€ 90,00

NOTE

Quote di partecipazione
Il presente programma è basato su tariffe dei trasporti, tasse locali e costi dei servizi a terra in vigore il mese di **Marzo 2021**.

Le quote di partecipazione sono espresse in Euro e intese per persona.
Le quotazioni alberghiere sono riferite agli hotel indicati, o similari.

Le quotazioni dei mezzi di trasporto restano subordinate ad eventuali nuove disposizioni in tema di distanziamento, a future introduzioni e aumenti di parcheggio/ZTL, così come a

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996

possibili variazioni di aliquota IVA.
Qualora i servizi indicati non fossero disponibili al momento della prenotazione Earth si riserva il diritto di modificare le quote qui riportate, sulla base dei costi dei nuovi servizi confermabili.

Una variazione delle tariffe dei trasporti o dei costi dei servizi che dovesse verificarsi entro 20 giorni dalla data di partenza, determinerà una revisione delle quote.

Minimo partecipanti
Per l'effettuazione del viaggio è previsto un numero minimo di 4 partecipanti. L'eventuale NON raggiungimento del minimo previsto, ed il conseguente annullamento, sarà comunicato dall'organizzatore almeno 20 giorni prima della data di partenza del viaggio.
In alternativa all'annullamento, l'organizzatore, nei termini di tempo previsti, potrà proporre al turista lo stesso pacchetto o un pacchetto alternativo quantificandone, in forma scritta, di volta in volta, l'adeguamento della quota di partecipazione.

Recesso del consumatore (Penalità di annullamento)
In base alle Condizioni Generali di Contratto sul sito www.earthviaggi.it, al consumatore che receda dal contratto prima della partenza, fatta eccezione per i casi elencati al primo comma dell'articolo 9 (delle Condizioni Generali di Contratto di vendita di Pacchetti Turistici) e indipendentemente dal pagamento dell'acconto previsto dall'articolo 7, 1° comma (delle Condizioni Generali di Contratto di vendita di Pacchetti Turistici) e tranne ove diversamente specificato in seguito e/o in fase di conferma dei servizi, saranno addebitati a titolo di penale:
- Il premio della copertura assicurativa;
- La quota gestione pratica;
- Le seguenti percentuali sulla quota viaggio:
- fino a 30 giorni prima della partenza: 25% della quota di partecipazione
- da 29 a 20 giorni prima della partenza: 35% della quota di partecipazione
- da 19 a 14 giorni prima della partenza: 50% della quota di partecipazione
- da 13 a 5 giorni prima della partenza 75% della quota di partecipazione
- oltre tale termine: 100% della quota di partecipazione

Oltre alle penalità relative alla biglietteria aerea (tariffe speciali, instant purchase, low cost e voli di linea).

Si precisa che:
-il riferimento è sempre ai giorni "di calendario";
-per determinate destinazioni, per particolari servizi, per i gruppi precostituiti e per determinate combinazioni di viaggio, le penali sopra riportate potranno subire variazioni anche rilevanti;
-per determinati servizi turistici e non turistici le penali possono essere del 100% già al momento della proposta irrevocabile o della prenotazione/conferma da parte del tour operator; tali variazioni saranno indicate nei documenti relativi ai programmi fuori catalogo o

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996

ai viaggi su misura o a viaggi e servizi in genere non rientranti pienamente o parzialmente nel presente catalogo;
-in ogni caso, nessun rimborso spetta al consumatore che decida di interrompere il viaggio o il soggiorno per volontà unilaterale.

INCLUSO NELLA QUOTA

- Trasferimenti con mezzo privato per tutto il circuito (2 minivan 8 posti) - Pernottamenti in lodge, con trattamento di pernottamento e prima colazione - 4 pranzi al sacco, come descritto in programma - 1 cena in birreria il 2° giorno - 4 cene in Hotel (bevande escluse) - 1 cena in ristorante sul mare (bevande escluse) - Guida turistica/ambientale locale per le visite previste - Insegnante Yoga e meditazione per lezioni come da programma - Tutte le esperienze, visite ed escursioni indicate in programma (escluso l'ingresso alle Terme di Saturnia) - Ingresso Museo Mubia - Noleggio e-bike per l'escursione alle costiere di Scarlino - Ingresso e visita guidata al Museo in Miniera di Gavorrano - Travel Gear - Assistenza Telefonica Earth Viaggi (servizio attivo H24)

- Earth Viaggi protegge i propri Viaggiatori con UnipolSai Assicurazioni, una copertura completa dal momento della prenotazione e durante il viaggio (verifica nel dettaglio cliccando qui)

- **Assistenza alla persona:** tramite Centrale Operativa H24 (costituita da medici, tecnici e operatori)
- **Garanzia Covid-19**: a copertura delle spese di rientro alla residenza (fino a € 1.500 per persona) e prolungamento del soggiorno (€ 100 al giorno per massimo 15 giorni) in caso di restrizioni dovute alla pandemia durante il viaggio
- **Rimborso Spese Mediche in viaggio**: fino a € 1.000 per persona
- **Bagaglio**: furto, rapina, scippo, incendio mancata riconsegna, fino a € 750. Spese di prima necessità per ritardata (12 H) o mancata riconsegna da parte del vettore, fino a € 250
- **Annullamento Viaggio**: indennizzo della penale fino a € 10.000 per persona e € 50.000 per evento compreso Covid-19
- **Interruzione Viaggio**: rimborso dei giorni non usufruiti, fino a € 5.000 per evento
- **Polizza "Viaggi Rischio Zero"**: per la copertura delle maggiori spese e dei giorni non usufruiti a seguito di eventi fortuiti e casi di forza maggiore in corso di viaggio, fino a € 2.700 per persona

ESCLUSO DALLA QUOTA

- I collegamenti per/da Firenze - Quota gestione pratica (Euro 70,00) - Ingresso alle Terme di Saturnia - Ingressi ai musei, siti archeologici e Chiese, escursioni e visite facoltative non previsti in programma - Tassa di soggiorno a partire da Euro 2,50 per notte per persona (da pagare in loco) - Early check-in (prima delle ore 16) e late check-out (dopo le ore 10) in Hotel -

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996

Pasti non previsti in programma, menù à la carte, bevande, mance, facchinaggi, extra di carattere personale e tutto quanto non espressamente indicato

---

E' importante sapere che

© Earth Cultura e Natura by Enterprise s.r.l. - Via Roma, 45 - 23900 Lecco (Italia) - Tel: 0341.286793 - Fax: 0341.286816 Part. IVA, Cod. Fisc e N. Reg. Imp. 01933990135 - REA Lecco 227926 - Cap. Soc. € 51.000,00 i.v. - Autorizzazione Regione Lombardia 063996 del 11/09/1996