




#### SUMMER SPRING & AUTUMN

estilo :	Autoguiado Caminatas Vacaciones en Solitario Cammini
dificultad :	
duración :	8 días
periodo:	abr may jun jul ago sep oct
código:	ITSM350

## Vía Francígena: Etapa 5, de Pontremoli a Lucca - Italia

### Vía Francígena: Etapa 5, de Pontremoli a Lucca

8 días, PRECIO DESDE 828 €



¿Listo para explorar **el lado menos conocido de la Toscana**? Los paisajes que vas a recorrer no son los típicos de colinas onduladas y campos salpicados de cipreses.

Empezarás por Pontremoli, en el corazón de **Lunigiana** -la tierra de la luna, de la misteriosa **"Statue Stele"**-, un territorio verde salpicado de evocadores castillos, para descender después hacia el mar de **Versilia**.

Aquí podrás **pasear durante horas por las playas de arena**, detenerte a descansar al sol o en el agua salada, disfrutar de la brisa marina -sobre todo en primavera, cuando el sol no es tan feroz y el ligero viento te hace cosquillas en la piel bajo la ropa de excursión-.

Podrás visitar los **talleres de los artistas en Pietrasanta**, la Atenas italiana, que descansa a los pies de los Alpes Apuanos -en sus inmediaciones se extrae el mármol más famoso del mundo- y, por último, llegar a **Lucca**, que guarda entre sus murallas uno de los cascos antiguos más fascinantes de Italia.

## Itinerario

### Día 1 Pontremoli

Tu viaje comienza en **Pontremoli**, una joya en el corazón de la misteriosa Lunigiana, en el norte de la Toscana. Pasea por las casas-torre del centro de la ciudad, admira guerreros y diosas de piedra en el museo de **Estatuas Stele**, el imponente castillo encaramado en lo alto del pueblo, que guarda el misterio de estos antiguos lugareños.

**Si te gusta la magia de la palabra escrita**, siéntate en los bancos del casco antiguo e intenta adivinar el autor de las citas literarias con las que están decorados. O simplemente disfruta de las páginas de un libro y **escribe la primera página de tu cuaderno de viaje**.

Para celebrar el comienzo de tu viaje, nada mejor que una **abundante ración de Testaroli** -la pasta local, elaborada de forma muy singular y tradicional- servida con pesto de almendras, o una porción muy gruesa de la deliciosa **"torta d'erbi"**, un pastel salado relleno de hierbas silvestres.

### Día 2 De Pontremoli a Filetto, 17 km

¿Listo para partir? El primer día caminarás por un paisaje precioso, donde se alternan frondosos bosques verdes con pequeñas aldeas medievales. Las casas-torre de **Ponticello**, el **antiguo hospital de San Jacobo en Filattiera** y, sobre todo, la **Pieve di Sorano**, que atesoró durante siglos estatuas de antiguos guerreros celtas.

**Villafranca es una aldea medieval de gran belleza**: puedes subir la colina hasta el pueblo amurallado de Malgrate y su castillo, o vislumbrar entre los árboles las ruinas del antiguo **castillo de Malnido**, hogar de la rica familia Malaspina.

El día está repleto de **paisajes medievales**, hasta el último paso: el destino de hoy es **Filetto**, sede de un festival medieval anual que atrae a gente de toda la región.

*Distancia: 17 km*

*Desnivel: +250/-300 m*

### Día 3 De Filetto a Aulla, 15,5 km

Desde Filetto te adentras en un **espeso y fragante bosque**, siguiendo tramos de una **antigua calzada romana**: un paisaje de cuento de hadas de camino al **castillo de Terrarossa**, donde uno no se sorprendería de ver caballeros y dragones.

La última parte del itinerario sigue las **vías de un ferrocarril abandonado**, ahora convertidas en sendero y carril bici.

Si te apasiona la historia antigua, no te pierdas el museo de la abadía de San Caprasio, que alberga **restos arqueológicos de la época medieval**, ni un paseo por las antiguas murallas de la fortaleza de Brunella.

¿Tienes hambre? Prueba la **"focaccette"** local, aromática y caliente, rigurosamente servida con embutidos y quesos locales.

*Distancia: 15,5 km*

*Desnivel: +200/-300 m*

### Día 4 De Aulla a Sarzana, 17 km

Desayuna una focaccetta más, porque en el primer tramo del itinerario de hoy **subirás y conquistarás las colinas a las afueras de Aulla** - tu tan codiciado precio es una vista tan increíble que por fin **podrás vislumbrar el mar, centelleante y atrayente en el horizonte**.

Por el camino, **exuberantes paisajes verdes y aldeas medievales**: las ruinas del castillo de Brina para reconstruir en tu mente, y finalmente Sarzana con su **catedral barroca y la iglesia gótica de Sant'Andrea**, el edificio más antiguo de la ciudad.

**Sarzana es una joya**: piérdete por las callejuelas del casco antiguo, que se abren en amplias "piazzas" con multitud de posibilidades para disfrutar de una estupenda cena. ¿Algo que debes probar? La **"Torta Scema"**: a pesar de su nombre, que significa "torta tonta", esta especialidad local es una auténtica delicia. Pídele a tu anfitrión que te explique el porqué de su nombre y luego híncale el diente a la crujiente superficie de arroz para descubrir sus innegables cualidades.

*Distancia: 17 km*

*Desnivel: +608/-646 m*

### Día 5 De Sarzana a Massa, 27 / 18,5 km (con tramos en autobús)

La caminata de hoy es agradable y fácil mientras sigues los pasos de los antiguos peregrinos, embarcando en el **puerto romano de Luni hacia Santiago de Compostela**. No te pierdas una visita a la zona arqueológica local, con el antiguo anfiteatro y el museo que alberga un espléndido **mosaico de Neptuno**, el Dios del Mar.

Entre caminos rurales y preciosas vistas sobre el mar y los Alpes Apuanos llegarás finalmente a **Massa**, el destino de hoy.

*Distancia: 27 / 18,5 km*

*Desnivel: +586/-544 m*

### Día 6 De Massa a Camaiore, 25 / 20 km (con tramos en autobús)

Lo más destacado de hoy es **Pietrasanta**, mágica ciudad de arte y mármol. Antes de deambular entre galerías de arte y talleres artesanales, te sugerimos una rápida visita a la **Catedral**, la estrella de una amplia plaza repleta de extraordinarias piezas de arte. El interior no defrauda, con sus columnas de mármol y bóvedas pintadas al fresco.

No es fácil dejar Pietrasanta, pero el paseo de hoy no ha terminado: el destino final de hoy es **Camaiore**, con su casco antiguo y la antigua **iglesia de San Pietro**. ¿Quieres reponer fuerzas? Prueba el postre local, un **pastel de chocolate hecho con arroz**.

*Distancia: 25/20 km*

*Desnivel: +515/-550 m*

### Día 7 De Camaiore a Lucca, 25 km / 23 km (con tramos en autobús)

Desde Camaiore, continúa con **subidas y bajadas por las colinas que rodean Lucca**, hasta descender en el valle del arroyo Contesola y cruzar el río Serchio. Llegarás así a **Lucca**, punto final de tu viaje: cruza las puertas de las altas murallas y adéntrate en el precioso casco antiguo - Lucca está **llena de maravillas**, como tiendas repletas de exquisitices, iglesias con frescos y una plaza-anfiteatro en el corazón de la ciudad.

¿Más ideas? **Alcanza la torre Guinigi** y admira el centro de la ciudad desde el jardín colgante -desde lo alto se vislumbran sus encinas, que hacen de la torre y su cima uno de los **símbolos de Lucca**-. Si la energía flaquea, siéntate en un bar local y pide un café y una buena ración de **buccellato, una delicia local. Sin duda, ¡te lo mereces!**

*Distancia: 25/23 km*

*Desnivel: +412/-432 m*

### Día 8 Arrivederci, Lucca!

Último día incluido. El servicio finaliza después del desayuno.

## Información práctica

---

**Al llegar:**

Los aeropuertos más cerca son en Florencia, Bologna y Milano.

Después el tren local os lleva a Pontremoli.

**Al partir:**

Desde Lucca, el tren local os lleva a vuestra destinación.

Horario disponible en: [www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com)

## Incluido

---

**Qué está incluido**

- 7 Noches en habitación doble en hoteles \*\*/\*\*\*, B&B y agriturismo con desayuno
- Transporte de equipaje de hotel a hotel
- Guía oficial de la ruta (en italiano o en inglés), App
- Pasaporte del peregrino
- Seguro de viaje médico y de equipaje
- Asistencia telefónica 24h

**Qué no está incluido**

- Traslados hasta el lugar de inicio y desde el lugar de llegada del recorrido
- Almuerzos y cenas, si no se indica lo contrario
- Visitas y entradas - Propinas
- Gastos personales
- Posibles impuestos de estancia
- Todo lo que no se menciona en la sección "Qué está incluido".

**Servicios opcionales**

Estos servicios pueden añadirse a los incluidos en el precio base del viaje:

- Suplemento por habitación individual
- Seguro de cancelación
- Traslados para llegar al lugar de inicio o para salir del lugar de llegada del tour, que se cotizarán bajo petición.