

## ***Itinerari trekking consigliati da Fattoria Vallelunga***

### **ACQUEDOTTO DI COLOGNOLE**

Punto di partenza e arrivo: Valle Benedetta

Lunghezza: circa 7 Km

Durata: 3-4 ore

Dislivello: 340 m circa

Percorso a piedi

Si parte dall'abitato di Valle Benedetta sulla via della Sambuca. Si prosegue sulla strada sterrata (mantenetevi sempre sulla traccia principale) che dopo il primo tratto di salita e il passaggio nei pressi dei ruderi di un mulino a vento si mantiene in quota nel bosco. Dopo poco meno di mezz'ora si esce dal bosco e si raggiungono i ruderi di un vecchio casale (loc. Calvario) in posizione panoramica. Da questo punto, dopo aver girato intorno al casale, si comincia a scendere avendo come riferimento un grande pino che campeggia solitario sul poggio; superato il pino si prosegue sulla dorsale che scende decisamente a valle mantenendosi leggermente sulla destra: mancando un tracciato segnato (si seguono le trecce del taglialegna) è questo il punto che richiede maggior attenzione per l'orientamento. Alla fine della discesa (10-15 minuti) s'interseca un evidente sentiero (incrocio a T): proseguite sulla destra fino al torrente che verrà guadato; il sentiero raggiunge in pochi minuti una baita in legno poco distante da un casale in pietra. Da questo momento si segue l'evidente carrareccia fino ad uno scollinamento che sbuca nella macchia; 30 m dopo la strada piega con decisione sulla destra mentre sulla sinistra parte il sentiero segnato del CAI (vernice bianco-rossa). Poco dopo il sentiero si biforca: mantenetevi sulla destra e scendete nella fitta vegetazione fino alle evidenti strutture dell'acquedotto settecentesco di Colognole. L'itinerario prosegue risalendo la valle lungo la bella struttura in pietra dell'acquedotto fino ad una strada sterrata dove si gira a sinistra e si giunge nei pressi della strada asfaltata di Collesalveti. Sulla destra è ben visibile la traccia di una carrareccia dal fondo sconnesso che raggiunge dopo circa 1 Km Casa Pianone. Da qui si continua fiancheggiando la rete di recinzione della casa lungo uno stretto sentiero che passando nella fitta vegetazione (l'ultimo tratto segue i pali dei cavi elettrici) giunge sulla sterrata (percorsa all'inizio dell'itinerario) che scende a Valle Benedetta.

### **VALLE DEL CHIOMA**

Punto di partenza e arrivo: Santuario di Montenero

Lunghezza: 20.5 Km (7.5 Km asfaltato + 15 Km sterrato)

Durata: 2 ore effettive di pedalata

Dislivello: 420 m circa

Percorso in bicicletta

Note: percorso panoramico che richiede un certo allenamento di base. Il fondo stradale è quasi buono se si esclude la discesa (1.5 Km) verso il guado e la valle del botro di Quarata. Percorso sconsigliato in caso di piogge nei giorni precedenti.

Si parte dal Santuario di Montenero imboccando la via del Poggio che inizia subito in salita: mantenetevi sempre sulla sinistra ignorando le deviazioni verso destra. Dopo 2 Km comincia un breve tratto di sterrato e si continua a salire fino all'innesto sulla strada provinciale. Si prosegue nella medesima direzione per 2 Km superando l'abitato di Castello fino ad una evidente curva a destra in prossimità di un bar-ristorante con veranda di colore verde. Qui si lascia la provinciale per imboccare la sterrata che inizia nei pressi del bar sulla destra e un'area picnic sulla sinistra; dopo 200 m si prende la sterrata che scende sulla sinistra; s'incontrano in rapida successione due bivi: mantenetevi sempre sulla destra. Dopo circa 2 Km di discesa si guada un torrente e si comincia a pedalare in pianura nelle belle valli del botro di Quarata e del torrente Chioma in direzione di Palazzine. Dopo un ponticello inizia una salita di 1.5 Km che termina nei pressi di un traliccio dell'alta tensione; s'interseca ortogonalmente lo stradone tagliafuoco e si comincia a scendere su una sterrata di ghiaia scura. Dopo poco inizia una salita di circa 2 Km che termina su un'altura da dove si dominano Livorno e la costa. Dopo 1 Km di discesa ci si trova ad un bivio: girate a sinistra, passate vicino alle antenne e proseguite fino all'asfalto. Siamo nuovamente sulla provinciale che si percorre per circa 70 m; la seconda a destra è la via del Poggio che scende, mantenendosi sulla destra, fino al Santuario di Montenero.