



APN Voyages
3, rue St-Victor
1227 Carouge
022 301 01 50
apn@bluewin.ch
www.apnvoyages.ch

La Via Francigena **San Miniato - San Quirico d'Orcia**



San Miniato n'est qu'à une heure de train depuis Florence; vous trouverez le matériel nécessaire à votre voyage à votre premier hôtel (vouchers pour les hôtels, description détaillée et cartes avec trace GPS). Cette étape se déroule au cœur même de la Toscane et traverse ses villes les plus fameuses telles que San Gimignano, Siena ou San Quirico d'Orcia. Les plus beaux paysages peints par les artistes au cours des siècles s'épanouiront sous vos yeux depuis les vignobles du Chianti aux collines verdoyantes couronnées de cyprès du Val d'Orcia (site protégé par l'UNESCO). Au fil des jours, vous découvrirez de puissantes forteresses, de superbes abbayes ainsi que de petits trésors cachés et inattendus.

Points forts : La forteresse de Monteriggioni - Siena & San Gimignano - La "collegiata" à S.Quirico - Les paysages des "Crete Toscane".

Niveau: Facile à Modéré

Distance totale : 134 km (moyenne journalière 22 km)

Temps de marche : 4/7heures

Durée: 7 Nuits

Programme au jour le jour :

SAN MINIATO

Jour 1: Arrivée à San Miniato – ajout d'une nuit supplémentaire possible à Florence. La gare est à San Miniato Basso alors que votre hôtel est à San Miniato Alto. Il y a des bus, mais si vous nous communiquez votre horaire



d'arrivée on peut arranger un pick-up.

GAMBASSI

Jour 2 – San Miniato – Gambassi

Distance: 25 km (non goudronné : 64%) - Dénivelé : + 733m/ -509m – Point le plus haut : 352m – Temps de marche : 6h30

Après les premiers 6 km de goudron pour sortir de la ville, la journée se déroule sur sentiers ou routes carrossables. Au fil de la journée, les bois du début cèdent le pas aux vignobles. Malheureusement, la belle église de Pieve di Coiano est en réfection et ne peut pas être visitée, alors qu'il vaut la peine de s'arrêter à celle de S. Maria a Chianni juste avant d'arriver à Gambassi. Nuit dans une belle villa.

SAN GIMIGNANO

Jour 3 – Gambassi– San Gimignano

Distance: 13,50 km - Dénivelé : + 449m /- 478 m – Point le plus haut : 388m – Temps de marche : 4h00

La journée se déroule entre vignobles, oliveraies et quelques bois. Vous aurez des belles vues sur Gambassi et sur les magnifiques tours de San Gimignano; étant donné qu'il s'agit d'une journée courte, vous aurez le temps de visiter cette belle ville qui a gardé intacte son aspect médiéval; vers le soir, la ville se vide des touristes journaliers et c'est bien agréable.

Terrain: On marche sur des routes carrossables, des chemins muletiers et des sentiers; à l'arrivée sur San Gimignano, il y a quelques km sur la SP69, route importante, mais pas dangereuse. Une fois sorti de Gambassi il y a peu de possibilités pour acheter des provisions et il n'y a que quelques cafés ou restaurants le long de la route.

MONTERIGGIONI

Jour 4 – San Gimignano – Monteriggioni

Distance: 29,60 km (non goudronné 82%) - Dénivelé: +749m/- 762m – Point le plus haut : 320m – Temps de marche : 7h30/8h00



La journée est particulièrement longue avec pas mal de montées et de descentes, donc très fatigante; cependant les paysages sont beaux entre bois, vignobles et oliveraies et l'on peut voir des abbayes qui, outre le fait d'être très belles, ont un intérêt historique certain. Il y a très peu de goudron, plutôt des routes secondaires et tranquilles; une bonne partie se déroule dans les bois sur des sentiers parfois irréguliers; il y a même des traversées de torrents à gué. Il y a un café et un « alimentari » à Quartaia, (environ à la moitié du parcours); si vous rentrez dans

Strove, il y a aussi des cafés et le petit bistrot en face de l'abbaye d'Abbadia Isola est le bienvenu; il y a des points d'eau en route.

SIENA

Jour 5 – Monteriggioni – Siena

Distance: 17 km – non goudronné 62% - Dénivelé: +330m/ -282m – Point le plus haut: 354m – Temps de marche: 4h30

La journée se déroule le long de routes secondaires goudronnées ou pas, quelques sentiers et, mise à part une montée assez raide pour rejoindre les faubourgs de Siena, les dénivellations sont modestes. En faisant quelques détours on réussit à éviter des routes à grand trafic et même le dernier km avant l'entrée à Siena à travers Porta Camollia, se fait sur une route fournie de

trottoirs. On rencontre une aire de pique-nique avec un point d'eau à proximité de La Villa; par ailleurs il n'y a pas d'endroit pour acheter de quoi manger. Cependant, la journée est courte et l'on peut attendre Siena pour le repas de midi (style italien à 13h00) si vous emportez des petits snacks.

BUONCONVENTO

Jour 6 – Siena – Buonconvento

Distance Totale : 37 km (31 jusqu'à Ponte d'Arbia et 19 jusqu'à la Grancia di Cuna) – non goudronnés: 65% - Dénivelé: +284m/ -428m – Point le plus haut: 318m – Temps de marche : 9/10h. - Sentier: n. 2 et n. 500

L'itinéraire suit une agréable route carrossable depuis la sortie de Siena puis les sentiers et les routes carrossables s'alternent jusqu'à la Grancia di Cuna, un ancien grenier fortifié qui servait à protéger les denrées alimentaires pendant les périodes agitées des guerres entre Siena et Florence. La journée est très longue, mais elle peut s'arrêter à la Grancia (19km) ; le transfert jusqu'à l'hôtel est inclus.



SAN QUIRICO D'ORCIA

Jour 7 – Buonconvento – San Quirico

Distance : 23,65 km (non goudronnés: 58%) – Dénivelé : +657m / -419m – Point le plus haut: 425m – Temps de marche : 5h.

Mise à part 2 km de route goudronnée principale, le restant de la journée se déroule sur des routes secondaires ou des sentiers avec des bonnes montées et descentes entre vignobles et oliviers; des routes de crête offrent des superbes points de vue sur la campagne toscane. La petite ville de Torrenieri offre différentes possibilités; vous y trouverez des magasins d'alimentation « Alimentari » (rappelez vous qu'en général ils sont fermés de 13h à 16h) des cafés et pâtisseries. Des caves offrent des dégustations de vin le long du chemin. La ville de San Quirico, quoi que moins connue que sa grande sœur (Siena), a de très belles églises et un beau jardin à l'italienne.

Jour 8 – fin du séjour