

# SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

## Toscane du sud, séjour rando confort dans les Terres de Sienne

Randonnées accompagnées, en semi itinérance, sans portage

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnées

En Hôtel \*\* à \*\*\*, en chambre Twin, de 2 personnes

Difficulté : 				Saison		Départ garanti 				
2 chaussures	Hôtel ** à ***	En semi itinérance	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	J	A partir de 5 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Territoire qui s'étend au sud de Sienne, raffinée et historique, la Toscane du Sud est plus secrète que le Chianti au nord. C'est l'une des régions les plus raffinées de la civilisation du pain, du vin et de l'huile. De bourgs en villages, châteaux et monastères se succèdent, au milieu d'un paysage d'une incomparable beauté, ciselé par l'homme depuis des siècles et classé au patrimoine mondial de l'Unesco. Un séjour à découvrir et à parcourir absolument...

## DATE & TARIF

du 07/04/2024 au 13/04/2024	1 180 €
du 12/05/2024 au 18/05/2024	1 230 €
du 16/06/2024 au 22/06/2024	1 230 €
du 22/09/2024 au 28/09/2024	1 180 €

**Supplément chambre individuelle : 290 €** en avril et septembre (sous réserve de disponibilité au moment de la réservation)

**Supplément chambre individuelle : 350 €** pour les départs de mai et de juin. (sous réserve de disponibilité au moment de la réservation)

### LE TARIF COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement en hôtels 2\* et 3\* (vin et boissons non compris)
- Les taxes de séjour
- Les dîners du J2 au J6
- Les pique-niques le midi
- Les transferts prévus au programme Le transport de vos bagages

### LE TARIF NE COMPREND PAS

- L'assurance assistance et/ou annulation
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Le déjeuner et le dîner du Jour 1
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les visites (environ 20€)
- Le supplément chambre individuelle
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

### NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Possibilité de nuits supplémentaires à Chiusi et à Sienne.

Tarifs pour Chiusi : nous consulter. Nous vous recommandons de nous communiquer au plus tôt vos demandes de nuits supplémentaires.

Nuits supplémentaires à Sienne en formule petit-déjeuner : **50€** par personne en chambre de 2, et **70€** en chambre individuelle (tarifs à titre indicatif, pouvant être réajustés en fonction des disponibilités du moment, et des types de chambre proposés).

### REGLEMENT

**À l'inscription :** Acompte de 30 % du prix du séjour

**Un mois avant le départ :** Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

### LES ASSURANCES

# DEROULEMENT DU TREK

## Jour 1 : MONTEPULCIANO



Rendez-vous à 14h à la gare de Chiusi - Chianciano Terme. Transfert à Montepulciano (30 min). Nous nous installons dans un hôtel 3\* en plein cœur du centre historique. Découverte de cette belle ville perchée dont les principaux monuments furent construits aux XVème et XVIème siècles très marqués par l'architecture Renaissance. Montepulciano offre des vues panoramiques sur le célèbre Val d'Orcia et la vallée de Chiana.

*2h de marche en ville*

## Jour 2 : MONTEPULCIANO - BAGNO VIGNONI



Nous quittons Montepulciano pour rejoindre Bagno Vignoni où jaillissent des sources d'eau chaude exploitées pour le thermalisme depuis l'époque romaine. Ils sont constitués d'un réseau de fermes et villages fortifiés qui se dressent aux sommets de petites collines au milieu de terres cultivées dont les allées de cyprès dessinent les contours. Nous passons par le petit village de Montichiello pour rejoindre Pienza : ville Idéale de la Renaissance. Nous poursuivons dans ces paysages enchanteurs jusqu'à la Chapelle de la Madonna di Vitaleta, chapelle la plus photographiée de Toscane. Transfert en taxi privé pour Bagno Vignoni.

*5h de marche, + 600 m / -600 m de dénivelée*

## Jour 3 : BAGNO VIGNONI - SAN QUIRICO - BAGNO VIGNONI



A partir de notre hébergement nous partons pour une randonnée en boucle autour de Bagno Vignoni. La magie des paysages nous amène jusqu'au village médiéval fortifié de San Quirico d'Orcia où nous découvrons sa belle collégiale, ses ruelles pittoresques et les jardins Leonini. Retour à l'hôtel pour profiter de l'ambiance raffinée de notre hébergement et de son spa.

*4h30 de marche, + 300 m / - 300 m de dénivelée*

## Jour 4 : ROCCA D'ORCIA - CASTIGLIONE D'ORCIA - BAGNO VIGNONI



Nous prenons la direction du Mont Amiata, volcan inactif qui domine la vallée du haut de ses 1733m. Il est à l'origine des nombreuses sources d'eaux chaudes de la région. Nous sommes au centre du Val D'Orcia sur la Via Cassia, la voie romaine qui liait Rome à Florence. Le val D'Orcia fait aussi partie de la Via Francigena importante voie de pèlerinage au Moyen-âge qui connaît un regain d'intérêt aujourd'hui.

*4h de marche, + 500 m / -500 m de dénivelée*

## Jour 5 : SANT'ANTIMO - MONTALCINO - BUONCONVENTO



Transfert en taxi à l'abbaye de Sant'Antimo, son architecture romano cistercienne est un véritable joyau médiéval. Visite de l'église puis depuis l'abbaye, nous rejoignons à pied Montalcino, commune réputée pour la production viticole du prestigieux "Brunello di Montalcino". Transfert en bus public jusqu'à Buonconvento puis court transfert en taxi (10 min) dans notre hébergement dans un magnifique "agriturismo" perché au sommet d'une colline, qui domine les fameuses crêtes siennoises. Possibilité de profiter d'une des deux piscines de l'hébergement (intérieure et extérieure) ou du centre spa. Dîner dans l'agriturismo, à base de produits biologiques de leur ferme  
*4h de marche, + 500 m / - 500 m de dénivelée*

## Jour 6 : MONTE OLIVETO MAGGIORE - BUONCONVENTO



Nous partons à pied de notre hébergement, pour atteindre l'abbaye de Monte Oliveto Maggiore, blottie dans un paysage spectaculaire. Nous visitons le cloître décoré des fresques de Signorelli et de Sodoma. Nous empruntons l'itinéraire dans les fameuses "crete sennesi" en passant par le charmant bourg de Chiusure pour retourner à notre hébergement. Deuxième dîner et nuit dans notre sublime hébergement, avec piscines et centre spa.

*4h de marche, + 200 m / - 500 m de dénivelée*

## Jour 7 : FIN DU SEJOUR A SIENNE

Transfert à Sienne en transport public (1h). Visite de cette cité médiévale magique, la ville est construite autour de la Piazza del Campo sur trois collines protégées par des kilomètres de fortification. Séparation vers 15h à la gare routière de Sienne (nombreux bus pour Florence).  
*4h de marche en ville*

## ITINERAIRE

Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.

En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

# Info trek Toscane






## **NIVEAU : FACILE**

Marcheur régulier.

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.

4 à 5h de marche par jour, entre 300m et 700m de dénivelée positive. De 2h à 5h30 de marche, de 300 à 700m de dénivelée.

Le titre 'confort' se réfère à la qualité des hébergements. En terme de marche, nous sommes néanmoins sur un niveau 2 supérieur (proche parfois du niveau marcheur confirmé).

	Niveau	Dénivelé	Temps de marche
	1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	2	300 à 600 m	3 à 5h
	3	600 à 800 m	5 à 6h
	4	700 à 1200 m	5 à 7h
	5	1000 m et +	7h et +

## **PORTAGE :**

Uniquement les affaires de la journée.

## **HEBERGEMENT :**

Hôtels de bonne qualité et avec beaucoup de charme et de caractère, de catégorie 2\* et 3\* :

1 nuit à Montepulciano : c'est le plus ancien hôtel du centre historique (1870) et il est toujours géré par la même famille dont les maîtres mots sont hospitalité et authenticité

3 nuits à Bagno Vignoni : un havre de paix au cœur du village, une bonne table et un spa (2 piscines avec l'eau thermale entre 37 et 39°C), voilà les mots qui pourraient le mieux définir ce lieu magique d'où il est difficile de partir...

2 nuits dans un agriturismo sur les hauteurs de Buonconvento : ancienne ferme du 17ème siècle : repas servis avec des produits issus de la ferme. Grande propriété avec jardins extérieurs, piscines (1 extérieure et 1 intérieure), centre spa avec sauna et hammam.

Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre de 2 personnes sauf si vous demandez le supplément chambre individuelle.

## **DÉBUT DU SÉJOUR :**

Le dimanche à 14h à la gare de Chiusi, devant l'entrée principale (nous partons ensuite en transfert privé pour Montepulciano).

Si vous arrivez après l'heure de rendez-vous, prévenez votre accompagnateur dès que possible, et appelez-le à votre arrivée pour définir du point de RV à Montepulciano. Vous vous rendez dans ce cas à Montepulciano par vos propres moyens en taxi, compter 30min de route (cher et peu nombreux le dimanche). Pas de transport en commun le dimanche.

Si vous avez pris une nuit supplémentaire la veille ailleurs qu'à Montepulciano, le RV est le même, à la gare de Chiusi.

### **FIN DU SÉJOUR :**

Le samedi à 15h à la gare routière de Sienne

### **GROUPE :**

De 6 à 15 participants.

### **PORTAGE :**

Pas de portage, uniquement les affaires de la journée.

### **ENCADREMENT :**

Accompagnateur en montagne diplômé

### **FORMALITE :**

Carte d'identité ou passeport en cours de validité.

### **SANTE :**

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs venant d'Europe.

#### **Etre à jour de ses vaccinations.**

Penser à apporter votre **Carte Européenne d'Assurance Maladie**, qui est valable 1 an et qu'il faudra demander à votre Caisse d'Assurance Maladie 15 jours avant votre départ.

### **INFORMATIONS DIVERSES :**

Certaines grandes villes en Italie comme Florence et Sienne sont desservies par une **ZTL** (Restricted Traffic Zone «Zone de trafic restreinte») dans laquelle l'accès aux véhicules et le stationnement sont limités et règlementés. Pour y accéder avec votre véhicule personnel, veuillez à bien vérifier la conformité et les autorisations d'entrée sur le site :

[http://www.disabledmotorists.eu/en/about\\_reciprocity/](http://www.disabledmotorists.eu/en/about_reciprocity/)

Les portes d'entrée de la **ZTL** sont signalées par des panneaux de signalisation et surveillées par une caméra. L'accès aux véhicules est surveillé 24 heures sur 24 par un système de frontière électronique qui assure la reconnaissance automatique immédiate de la plaque d'immatriculation (RAPI) et vérifie si les véhicules sont autorisés ou non. Les véhicules non autorisés recevront immédiatement une amende.

## **MOYEN D'ACCÈS**

### **EN VOITURE :**

Si vous venez en voiture, nous vous conseillons vivement de garer votre voiture à Sienne et prendre le train pour Chiusi / Chianciano Terme.

Vous pouvez consulter votre itinéraire sur le site : [www.google.fr/maps](http://www.google.fr/maps)

Accès par le tunnel du Fréjus puis autoroute A32 jusqu'à Turin ; A21 jusqu'à Piacenza et A1 jusqu'à Florence ou accès par Nice – Vintimille puis autoroutes A10; A12 et A11 jusqu'à Florence via Genova et Lucca. De Florence, prendre la "superstrada" pour Sienne puis la SS 2 (Via Cassia) pour Buonconvento.

### **COVOITURAGE**

De nombreuses personnes, se rendant au départ de nos randonnées par leurs propres moyens, se rendent compte, une fois arrivée sur place, qu'elles auraient pu faire le voyage ensemble. Il nous est très difficile d'organiser par nous même le covoiturage ne disposant pas toujours des coordonnées de tous les participants et ne connaissant pas leur mode d'accès au point de rendez-vous. De plus, la loi nous interdit la divulgation des coordonnées de nos clients et nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire. Cependant, soucieux de vous faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire

dans une démarche responsable et respectueuse de la planète, nous vous incitons à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage : [www.covoiturage.fr](http://www.covoiturage.fr) ou [www.covoiturage.com](http://www.covoiturage.com) ou [www.easycovoiturage.com](http://www.easycovoiturage.com), etc.

### **EN NAVETTE**

Nous vous informons que la compagnie de bus Eurolines dessert la ville de Florence au départ de plusieurs villes du sud de la France. Ces bus voyagent souvent la nuit et permettent d'arriver le dimanche matin à la gare ferroviaire de Florence Santa Maria Novella.

(Consultez horaires, tarifs et disponibilité sur [www.eurolines.fr](http://www.eurolines.fr))

### **EN TRAIN :**

Gare d'accès : Chiusi Chianciano Terme.

Gare de dispersion : Gare routière de Sienne.

Information sur les possibilités de voyages en train sur :

[www.thetrainline.com/fr](http://www.thetrainline.com/fr). [www.dbahn.fr](http://www.dbahn.fr)

Vous trouverez les informations concernant les horaires de train : En France auprès de la SNCF:

Tél. : 3635 - [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com)

En Italie [www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com).

Pour les trains régionaux vous pouvez acheter vos billets en gare de Florence.Chiusi-Chianciano Terme.

### **EN AVION :**

#### **Paris / Florence : Paris - Florence :**

De nombreux vols directs pour Florence opérés entre autres par Air France, ITA Airways et Vueling ([www.airfrance.com](http://www.airfrance.com), [www.italyair.com](http://www.italyair.com)/ [www.vueling.com](http://www.vueling.com))

Il existe de nombreuses navettes de l'aéroport de Florence qui vous déposeront à la gare routière de Florence (qui se trouve en face de la gare FS de Santa Maria Novella). Consultez notre rubrique Train pour la suite de votre trajet.

**Paris/Pise** : [www.easyjet.com](http://www.easyjet.com) ou [www.ryanair.com/fr](http://www.ryanair.com/fr)

De Pise, il existe des navettes directes de l'aéroport à la gare routière de Florence en train.

Paris/Rome : [www.easyjet.com](http://www.easyjet.com) ou [www.ryanair.com/fr](http://www.ryanair.com/fr) Consultez notre rubrique Train pour la suite de votre trajet.

#### **Rome - Aéroport Ciampino**

- Bus + métro : C'est le plus rapide aux heures de pointe et le plus économique.

Tous les quarts d'heure en journée, un bus part de l'aéroport Ciampino pour la station de métro Anagnina (1,20€). De la station, la ligne A traverse Rome en passant, entre autres, par la station Termini (Ticket : 1€). Nombreux trains depuis Rome gare de Termini vers la gare de Chiusi.

- Bus Terravision : 6 € le trajet à acheter sur place ou bien billets à réserver sur [www.terravision.eu](http://www.terravision.eu). Compter une heure pour la gare Termini.

#### **Rome - Aéroport Fiumicino**

- Train express entre l'aéroport et la Gare Termini : départ toutes les demi-heures de 6h00 à 22h30 environ, par l'express "Léonardo". Ticket 14€, durée 30 min.

Trains régionaux depuis Rome gare de Termini vers la gare de Chiusi.

### **HÉBERGEMENTS** avant ou après la randonnée :

## **HÔTELS À FLORENCE :**

Pensione Monica **	66 via Faenza	Tel: 0039 / 055 283 804
Albergo Ascot ***	8/A via Nazionale	Tel: 0039 / 055 284 171
Albergo Rex ***	6 via Faenza	Tel: 0039 / 055 210 453
Ostello Archi Rossi (auberge de jeunesse)		Tel: 0039 / 055 290 804
Ostello Santa Monaca (auberge de jeunesse)		Tel: 0039 / 055 268 338

## **FORMALITÉ :**

Carte d'identité ou passeport en cours de validité.

## **ADRESSE UTILE :**

Office National du Tourisme Italien (ENIT) :

23, rue de la Paix 75002 PARIS

Tel : 01 42 66 66 68 Fax : 01 47 42 19 74

Email : [enit.parigi@wanadoo.fr](mailto:enit.parigi@wanadoo.fr),

Sites : <http://www.enit.it> ou <http://www.enit-france.com>

## **BIBLIOGRAPHIE :**

\_ "Florence et la Toscane " Guide Vert MICHELIN :

\_ "Toscane" par S. Romano (Le Seuil, coll.Points Planète)

\_ "L'Art italien" par A.Chastel (Flammarion)

Ouvrages de littérature pour se mettre dans l'ambiance :

\_ "Toscane" par Pierre-Jean Rémy (Le livre de poche)

\_ "Petits malentendus sans importance" par Antonio Tabucchi (coll. 10 / 18)

\_ "Place de Sienne, côté ombre" par Fruttero et Lucentini (Seuil).



## NECESSAIRE ET INDISPENSABLE

### ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR : (Liste non exhaustive)

La météo peut vite changer en montagne. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

#### Pour l'hôtel

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 7 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Un maillot de bain
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

#### Équipement vestimentaire pour la randonnée

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Gilet sans manche coupe-vent
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-Tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
- Un short
- Paires de chaussettes semi montantes ou basses
- Casquette
- Bonnet
- Gants légers ou sous-gants en soie.

#### Pour la randonnée

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- 1 paire de bâtons de marche
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- Une gourde
- Couverts, couteau et gobelet
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette avec une petite poche (*pour ne pas le laisser dans la nature*)
- Un briquet
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange.

### **Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)**

- Vos médicaments si traitement
- Aspirine / Paracétamol
- Un antiseptique
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed

**N.B :** Vos affaires personnelles transportées devront être contenues dans UN SEUL BAGAGE (de préférence sac à dos ou sac de voyage) n'excédant pas 12 kg

## **INFORMATIONS GENERALES**

### **LA TOSCANE :**

La Toscane dont Florence est le chef-lieu est située dans le centre de l'Italie : une frontière commune avec la Ligurie au Nord-Ouest, l'Emilie-Romagne au Nord, les Marches et l'Ombrie à l'Est et le Latium au Sud.

La partie littorale de la région est baignée par la mer Ligurienne et la mer Tyrrhénienne.

La Toscane comprend également les îles de l'archipel toscan, y compris l'île d'Elbe, la plus grande de l'archipel. C'est l'une des plus grandes régions italiennes par sa taille, son patrimoine culturel et son paysage. Elle est divisée en 9 provinces : Arezzo, Florence, Grosseto, Livourne, Lucca, Massa-Carrare, Pistoia, Prato, Sienne. Plus de 2/3 des habitants sont rassemblés au nord de la région sur 2 axes perpendiculaires : la côte, entre les confins de la Ligurie et Livourne d'une part, le bassin de l'Arno, entre Pise, Lucca et Florence d'autre part.

Il existe juste au sud et à l'est de Sienne, un paysage semi-désertique, étonnant, qui rompt avec les habituels paysages toscans. Les crêtes sont un phénomène géologique particulier, sauvage, difficile à cultiver, mais tellement captivant. Cette zone est riche en termes que les romains utilisaient déjà pour leurs propriétés thérapeutiques. On y trouve aussi des carrières de travertin, principale richesse aujourd'hui avec les sources thermales, de Rapolano Terme.

### **CULTURE :**

#### **MONTEPULCIANO :**

C'est une des petites villes médiévales les mieux conservées de Toscane, avec des monuments Renaissance merveilleusement insérés dans un décor typique de tuf et de briques. Les alentours sont connus pour la production du vin "Nobile" de Montepulciano. La Piazza Grande est le cœur de la ville ; on y trouve les palais Contucci (1519), Tarugi, du Capitano del Popolo, la cathédrale (Duomo) des XVIème et XVIIème siècles et le Palais Communal. Dans les environs immédiats, l'église San Biagio, en forme de croix grecque avec une belle coupole, est un chef-d'œuvre de la Renaissance sur un projet d'Antonio da Sangallo le Vieux.

#### **MONTALCINO :**

Splendide bourg d'aspect médiéval et Renaissance et important centre viticole où on produit le célèbre "Brunello". Le palais Communal, avec son portique et ses tours, remonte aux XIIIème et XIVème siècles. Le château qui domine le bourg a été construit au XIVème siècle. À l'intérieur du Séminaire (XVIème siècle) est installé le Musée municipal et diocésain (Croix de Sant' Antimo, du XIIIème siècle).

Dans les environs, l'abbaye romane de Sant'Antimo, avec un très bel intérieur et une remarquable crypte à trois nefs est un des monuments les plus importants de l'art roman européen, témoignant de l'unité culturelle de l'Occident chrétien rendu possible par les voies de pèlerinage.

### **PIENZA :**

Petite ville dont le centre a gardé les édifices et la structure Renaissance voulus par un de ses illustres enfants, Enea Silvio Piccolomini, devenu pape sous le nom de Pie II. La très belle place centrale, conçue et réalisée par Bernardo Rossellino de 1459 à 1462, regroupe les principaux monuments : la cathédrale (Duomo), grande basilique à trois nefs avec des structures gothiques et une façade Renaissance, le palais Piccolomini, un des plus beaux exemples d'édifices civils Renaissance, avec une élégante cour et un beau jardin suspendu, le Palais Communal et le palais Episcopal.

### **SAN QUIRICO D'ORCIA :**

Ce gros bourg fortifié s'est développé le long de la Via Francigena. En dehors de San Quirico, des fragments de pavé de cet ancien parcours sont encore visibles. Entre la porte Romana et la porte Senese, on rencontre la "Collegiata", cette admirable collégiale romano-gothique des XIIe et XIIIe siècles avec son magnifique portail de style lombard et le Palais Chigi du XVIIe siècle.

### **ROCCA DI TINTINNANO :**

Cette grosse forteresse domine les villages médiévaux de Castiglione d'Orcia et de Rocca d'Orcia, anciens fiefs des Aldobrandeschi, passés sous le joug siennois au XIVe siècle. Occupé dès le IXe siècle, le promontoire surplombe la via Francigena et les gorges de l'Orcia. La puissante tour polygonale visible aujourd'hui remonte au milieu du XIIIe siècle, époque à laquelle les Siennois se rendirent maîtres du lieu pour sa position stratégique.

### **MONTE OLIVETO MAGGIORE :**

L'abbaye de Monte Oliveto Maggiore, perchée sur une colline au milieu des cyprès est la maison mère des Olivétains, congrégation de l'ordre de Saint Benoît, fondée en 1313. Son grand cloître est décoré d'une superbe série de trentesix fresques contant la vie de Saint Benoît par Luca Signorelli et Sodoma, deux très grands artistes du début du XVe siècle.

## **SIENNE**

Née en tant que colonie romaine du temps de la République, Sienne connut une histoire tourmentée sous l'Empire et le Haut Moyen Âge ; la puissance et la constante rivalité de Florence firent obstacle à son expansion territoriale.

Après la domination des Lombards et des Francs, elle passa vers le milieu du XIème siècle aux mains des Evêques Conti, auxquels succédèrent au siècle suivant les Consoli, remplaçant le pouvoir clérical par un gouvernement laïc. C'est à cette époque-là que Sienne atteignit le summum de sa puissance politique et économique. Grâce en particulier au Gouvernement des Neuf, instauré en 1277 et à l'ascendant pris sur Florence pendant soixante-dix ans, naquit la magnificence des monuments siennois, dont la perle reste la Piazza del Campo.

À Sienne tout n'est que splendeur artistique, chefs-d'œuvre inestimables, créations stupéfiantes ; il semble qu'en une compétition idéale et hors du temps Nicola et Giovanni Pisano, Duccio et Simone Martini, Donatello et Ghiberti aient voulu laisser une preuve lumineuse de leur art immortel.

## En vous souhaitant un agréable trek en Toscane ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- appelez nous au : 05 61 97 66 04
- un e-mail à : [info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)
- ou bien un courrier à :

**SUR LES HAUTEURS**  
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED  
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta  
31390 CARBONNE  
TEL : 05 61 97 66 04  
[www.surleshauteurs.com](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)

Agence de voyage N° IM031170004  
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€  
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS  
Garantie financière : Groupama caution  
Code APE : 9329 Z SIRET : 828 692 442 000 19  
TVA intracommunautaire : FR27828692442