



IN BICICLETTA  
BY BIKE  
MIT DEM FAHRRAD

# inbici

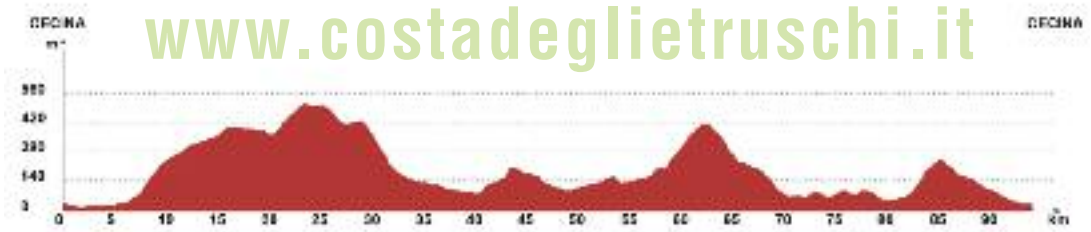
percorsi cicloturistici della provincia di Livorno

PERCORSO **8**

## la val di cecina

- Cecina
- Riparbella
- Castellina Marittima
- La Sterza
- Lajatico
- Montecatini Val di Cecina
- Ponteginori
- Casale Marittimo
- Cecina

[www.costadeglietruschi.it](http://www.costadeglietruschi.it)



PUNTO DI PARTENZA E ARRIVO: CECINA  
LUNGHEZZA: 95 KM  
DISLIVELLO: 1.380 KM  
ALTIMETRIA: MIN. 9 - MAX. 508  
TIPO DI STRADA: ASFALTO  
DIFFICOLTÀ: IMPEGNATIVO





# 8 la val di cecina

Si parte da Cecina, dalla rotatoria nei pressi dell'ospedale seguendo le indicazioni per Riparbella - Montescudaio. Si pedala in pianura e, oltrepassato il ponte sul fiume Cecina (4,9 km) e un passaggio a livello, ci si immette sulla SR 68 proseguendo dritti fino all'incrocio (5,8 km) dove si gira a sinistra in direzione Riparbella. Poco dopo la strada comincia a salire gradualmente per 2,5 km fino al borgo di Riparbella (216 m s.l.m., 9,5 km) e in prevalente salita fino a Castellina Marittima (375 m s.l.m., 19,9).

All'incrocio situato nel centro del paese si seguono le indicazioni per Chianni, Casciana Terme, Pisa; al successivo incrocio, dopo 500 m, si mantiene la destra in direzione Chianni, La Sterza. La strada procede in salita ben pedalabile per circa 4 km fino al valico (509 m s.l.m.): si prosegue in discesa seguendo sempre le indicazioni per La Sterza (non andare verso Chianni) transitando in località Garetto. Dopo un tratto di discesa ripida al 10% si passa per la località I Gulfi. Dopo 10 km di discesa si raggiunge il fondovalle della Sterza: all'incrocio a T (34,3 km) si piega a sinistra in direzione Peccioli, La Sterza.

Si pedala in pianura per 7 km fino a La Sterza (41,1 km) dove si procede a destra in direzione Volterra e poi ancora a destra sulla la S.P. 45 in salita verso Lajatico (44,8 km, 205 m s.l.m.). Dal paese si seguono sempre le indicazioni per Volterra e, dopo circa 5 km, si arriva a San Giovanni di Valdera (49,6 km) e all'incrocio a T si piega a sinistra verso Saline di Volterra sulla SR 439.

In saliscendi si raggiunge dopo circa 9 km il bivio (58,5 km) per Montecatini Val di Cecina: qui si imbecca sulla destra la S.P. 32 che sale con una certa decisione alla volta del borgo che domina la Val di Cecina. Dopo 2 km la salita aumenta e procede per 2,5 km a "strappi" fino al centro di Montecatini Val di Cecina (63,2 km).

Si prosegue a sinistra per Ponteginori scendendo per 8 km su una strada a tornanti tra i vigneti di Buriano fino all'innesto sulla SR 68 (71,7 km) dove si piega a destra verso Ponteginori (73,5 km). Qui si lascia la trafficata "Volterrana" per girare a sinistra in direzione Micciano - Querceto imboccando la S.P. 19 "della Camminata": oltrepassati il passaggio a livello e il ponte sul fiume Cecina si prosegue sempre in direzione Casale Marittimo sulla strada in continuo saliscendi. Dopo circa 9 km (82 km) si incrocia la strada di fondovalle della Sterza proseguendo dritti verso Casale Marittimo.

Oltrepassato il ponte della Sterza inizia la salita: strappo ripido di 1,2 km fino a un bivio dove si piega a destra, imboccando la S.P. 28 dei Tre Comuni, ancora in salita fino a Casale Marittimo (87,1 km) dove si seguono le indicazioni per Cecina. Si pedala in discesa per 7,8 km fino a un grande incrocio dove si gira a destra arrivando, dopo 2 km, al punto di partenza (95 km).

TOSCANA  
MEDITERRANEA  
ITALIA

COSTA DEGLI ETRUSCHI ISOLA D'ELBA



Per maggiori informazioni sulle strutture ricettive aderenti alla catena dei Bike Hotels e Friendly Hotels e sui percorsi ciclabili visita i siti [www.costadeglietruschi.it](http://www.costadeglietruschi.it) e [www.isoleditoscana.it](http://www.isoleditoscana.it) - Per ulteriori informazioni sul cicloturismo nella provincia di Livorno sono disponibili anche le piantine di 28 percorsi ciclabili, una cartina generale del territorio, un opuscolo ed i siti [www.costadeglietruschi.it](http://www.costadeglietruschi.it) e [www.isoleditoscana.it](http://www.isoleditoscana.it).



## LA PROVINCIA DI LIVORNO PER IL CICLOTURISMO

La Provincia di Livorno ha realizzato un ampio programma di iniziative per valorizzare e promuovere l'offerta turistica del territorio dedicata al cicloturismo. L'accoglienza ai cicloturisti rappresenta uno degli aspetti più importanti di questo progetto, con la creazione di una catena di strutture ricettive specializzate (hotels, agriturismi, campeggi, RTA, villaggi turistici) aderenti ad un Disciplinaire che garantisce il possesso di specifici requisiti. I **BIKE HOTELS** e i **BIKE FRIENDLY HOTELS** (con alcune limitazioni) garantiscono i seguenti servizi:

- > Custodia sicura e deposito per biciclette
- > Officina per la manutenzione di base
- > Materiale informativo per i ciclisti e postazione internet
- > Asciugatoio
- > Informazioni relative ai servizi per i ciclisti
- > Disponibilità del soggiorno per una sola notte
- > Ristorazione specifica e flessibile
- > Area lavaggio bici
- > Servizio lavanderia
- > Emergenza
- > Noleggio bici e accessori
- > Accompagnamento da parte di guide specializzate
- > Trasporto bici e bagagli
- > Percorso ciclabile nelle immediate vicinanze
- > Informazioni di carattere generale.

[www.costadeglietruschi.it](http://www.costadeglietruschi.it)

Gli Uffici di informazione turistica segnalati nella cartina sono quelli ad apertura annuale o prolungata. In alcuni casi sono fuori dal percorso. Gli Uffici indicati nelle informazioni sono quelli, anche ad apertura stagionale, presenti nella zona dell'itinerario.

**Coordinamento editoriale:** U.S. Turismo e marketing U.O. Informazione, accoglienza, diffusione della conoscenza dell'offerta turistica Provincia di Livorno  
**Testi:** Enrico Caracciolo  
**Cartina:** Studio Aguilar  
**Foto:** Enrico Caracciolo, Archivio Provincia di Livorno  
**Progetto grafico:** Claimcom  
**Stampa:** Tipografia Debate

FEDERAZIONE ITALIANA AMICI DELLA BICICLETTA  
[www.fibivorno.blogspot.it](http://www.fibivorno.blogspot.it)

### VENDETTA, RIPARAZIONE, NOLEGGIO BICI E ACCESSORI

**CECINA Bike Ball**  
(apertura annuale)  
Corso Matteotti 12  
tel. 328 8299701  
bikeball@yahoo.it  
(riparazione, noleggio e vendita bici e abbigliamento.)

**Blu Angel**  
(apertura annuale)  
Via Ferrucci 147  
Cecina Mare  
tel. 338 2707197  
(noleggio bici, riparazione, vendita accessori)

**Emicicli**  
(apertura annuale)  
Corso Matteotti 196  
tel. 0586 682514  
334 3925780  
emicicli60@gmail.com  
(riparazione e vendita bici)

**La Bicicletta**  
(apertura annuale)  
Via B. Gozzoli 6  
tel. 0586 682942  
info@la-bicicletta.it  
www.la-bicicletta.it  
(riparazione, noleggio e vendita bici e abbigliamento.)

**S.D. Bike**  
(apertura annuale)  
Viale della Vittoria 113  
Cecina Mare  
tel. 339 3076030  
www.facebook.com/pages/sdbike  
(vendita, riparazione, noleggio bici)

### AGENZIE DI VIAGGIO

**IMMENSIS TOUR**  
Via Aurelia, 481  
Rosignano Solvay  
tel. 0586 799327  
patrizia@immensistour.it  
www.immensistour.it

### GUIDE E ACCOMPAGNATORI

**ASSOCIAZIONE GUIDE AMBIENTALI TOSCANE**  
www.agat.toscana.it  
info@agat.toscana.it

**ASSOCIAZIONE ITALIANA GUIDE AMBIENTALI ESCURSIONISTICHE**  
www.toscanaguide.org  
toscana@aigae.org  
tel. 347 7016556

**SCUOLA ITALIANA MOUNTAIN BIKE (SIMB)**  
www.simb.com  
simb@simb.com  
tel. 0461 924604

**Thomas Hofheinz**  
San Vincenzo  
tomhofheinz@yahoo.de  
tel. 348 3157201

**ACCADEMIA NAZIONALE DI MOUNTAIN BIKE**  
www.scuoladimtb.eu  
adriana.pirovano@scuola-dimtb.eu  
tel. 02 55211039

**ASSOCIAZIONE MOUNTAIN BIKE ITALIA**  
www.ambike.it  
info@ambike.it  
tel. 346 0098005

### GRUPPO SPORTIVO AVIS ROSIGNANO

www.ciclavisrosignano.it  
massimo\_ia@hotmail.it  
tel. 348 3109475

**ASSOCIAZIONE SPORTIVA MTB CECINA**  
www.mtb-cecina.it  
tel. 340 8184240

**ESCURSIONISTI IN MTB PRIVATI**  
**Alice Colli**  
tel. 347 7922453  
www.toscanatrekking.it  
alice@toscanatrekking.it

**Silvia Parietti**  
tel. 339 2100298  
silviaparietti@libero.it

**Jean-Claude Pucci**  
tel. 333 4736560  
info@escursionomania.it

**Stefano Sorresina**  
tel. 347 3737441  
imagocar@alice.it

### UFFICI INFORMAZIONI TURISTICHE DELLA ZONA

**CECINA Cecina Mare**  
(apertura stagionale)  
Piazza S. Andrea, 6  
tel. e fax 0586 620678  
apt7cecina@costadeglietruschi.it

**UFFICIO INFORMAZIONI TURISTICHE LIVORNO**  
Via Pieroni 18/20  
57123 Livorno  
tel. e fax +39 0586 894236  
info@costadeglietruschi.it  
www.costadeglietruschi.it

**ITINERARIO DI GRANDE INTERESSE PAESAGGISTICO SU STRADE SCARSAMENTE TRAFFICATE (SE SI ESCLUDONO 3 KM SULLA SR 68 "VOLTERRANA"). POSSIBILE ESTENSIONE VERSO VOLTERRA PER I PIÙ ALLENATI: DAL BIVIO PER MONTECATINI VAL DI CECINA, SULLA SR 439, SI PROSEGUE IN DIREZIONE VOLTERRA (9,5 KM DI SALITA). RAGGIUNTA LA CITTÀ SI SCENDE LUNGO LA SR 68 FINO A SALINE (9 KM) DOVE SI PIEGA A DESTRA SULLA SR 439 FINO AL BIVIO PER MONTECATINI VAL DI CECINA (5,6 KM). CON L'ESTENSIONE L'ITINERARIO MISURA 121 KM, CON DISLIVELLO TOTALE DI 1.850 M.**

