



silvia\_elbabybike

SILVIA CERVINI

Guida Ambientale Escursionistica

Guida Parco Arcipelago Toscano

BIKE & TREKKING ISOLA D'ELBA

E-mail: [silvia.cervini@gmail.com](mailto:silvia.cervini@gmail.com)

Cell. 3391271220

### 1. CAVO - PORTO AZZURRO

Da Cavo saliremo sul Monte Grosso, sul Monte Strega e successivamente su Cima del Monte, la vetta più alta della giornata (516 m). Un sali e scendi di diaspro attraverso la Valle delle Fiche, tra profumi e colori della macchia mediterranea, vigneti e oliveti, ci permetterà di ammirare a est gli isolotti di Palmaiola, Cerboli e Isola dei Topi, la costa toscana e i paesini elbani di Rio Marina e Rio Elba, a nord le baie di Bagnaiola e Nisporto, ad ovest il Monte Capanne, la Corsica e l'Isola di Capraia, unica isola dell'arcipelago toscano di origine vulcanica. A sud scorgeremo Porto Azzurro, verso il quale ci dirigeremo per terminare la nostra giornata. Caratteristico paese di pescatori direttamente sul mare, dominato dal Forte spagnolo di San Giacomo, attualmente carcere.

Km 20. Dislivello 930 m.

### 2. PORTO AZZURRO – PROCCHIO (MARINA DI CAMPO)

Da Porto Azzurro risaliremo verso la GTE in direzione del Buraccio. Attraverseremo la strada provinciale per salire su Monte Orello. Tra cisti, ginestre e rosmarino, si aprirà un meraviglioso panorama sul Golfo di Portoferraio a nord e Lacona a sud. Proseguiremo poi lungo l'antica strada militare di Colle Reciso tra boschi di lecci, dove rimarremo affascinati da un vecchio Mulino a Vento. In questa giornata attraverseremo la dorsale centrale elbana e la Valle di Literno, fino a raggiungere il paesino di Procchio, località balneare con la sua spiaggia di sabbia tra le più lunghe dell'isola.

Km 19. Dislivello 600 m.

(Da valutare arrivo alternativo su Marina di Campo. Km 22. Dislivello 1.300 m).

### 3. PROCCHIO - POGGIO

Dal Colle di Procchio saliremo verso lo storico paesino di Sant'Ilario, borgo nativo del compositore Giuseppe Pietri. Lungo il sentiero potremo ammirare a nord la costa marciatese e a sud il meraviglioso Golfo di Marina di Campo e l'omonimo paese. Passeremo da una recente fattoria, dove regna il mondo animale tra asinelli, caprette e cavalli per addentrarsi nuovamente nella macchia mediterranea fino al Monte Perone, dal quale potremo godere di un bellissimo scenario della costa nord dell'isola. Da qui saliremo ancora nel bosco marciatese tra pini, lecci e castagni, e attraverso la via del "Malpasso", fino al Monte Capanne, il monte più alto dell'Elba (1.019 m). Circondati da rocce granitiche dalla forma bizzarra, avremo un panorama mozzafiato dell'isola a 360°. Scenderemo poi nuovamente dall'altro lato e attraverseremo il Romitorio di San Cerbone, luogo di culto edificato nel 1400 dai monaci benedettini in ricordo dell'omonimo vescovo che si rifugiò in una grotta vicina per sfuggire alla persecuzione dei vandali. Da qui raggiungeremo Poggio, borgo collinare caratterizzato da viuzze e piazzette in granito, dove ogni anno a ottobre si tiene la Festa della Castagna, con piatti e dolci tipici a base di castagna.

Km 12. Dislivello 920 m.

### 4. MARCIANA - PATRESI

Dalla Fortezza pisana di Marciana imboccheremo il selciato della Via Crucis che, con le sue 14 cappelline, ci condurrà fino al Santuario della Madonna del Monte con i suoi castagni secolari. Altro luogo di culto, frequentato fin dai tempi più antichi da Napoleone e la sua amante polacca. Lungo il sentiero troveremo "mostri di pietra", naturali formazioni granitiche che ci ricorderanno alcuni animali. Proseguiremo il cammino tra cisti e ginestre fino alla panoramica Serra Ventosa, una sorta di altopiano con tracce di antichi caprili. Scenderemo lungo il "Sentiero del Raggio Verde", raro gioco di luce del sole al tramonto, ove potremo ammirare viole e fiordalisi del Capanne, tra antichi terrazzamenti e vigneti abbandonati, fino a raggiungere Patresi, dove ci accoglierà Vincenzo con una ricca degustazione a base di prodotti nostrani a compenso di tutte le energie spese durante la nostra meravigliosa camminata elbana.

Km 15. Dislivello 800 m.