



CLUB ALPINO ITALIANO
CASTELFRANCO EMILIA
www.caicastelfranco.com – info@caicastelfranco.it

SAN GEMINIANO e MONTERIGGIONI

cicloescursione del giorno 23/05/2026

In collaborazione con FIAB sez. MO

Informazioni organizzative

Punto di ritrovo: Fortezza Poggio Imperiale, via della fortezza - Poggibonsi
Ritrovo Fortezza ore 9,00 Partenza ore 9,30

Quote iscrizione soci CAI: per l'anno 2026 gratuita

Assicurazione: Soci CAI comprensiva nella tessera associativa; NON soci 8,50 Euro

Accompagnatori:

Marco: 346 619 0940

Informazioni Tecniche

Difficoltà: Salita /Discesa MC/MC+ FIAB***

Tipologia di percorso: Strade bianche con ghiaia facili, pezzi con facili single track, strade asfaltate, ciclabili. Bici consigliate E-bike MTB, Gravel con copertoni >40 mm e con ottima padronanza del mezzo.

Lunghezza: KM 60

Dislivello: + 900m

Durata escursione: 6 ore circa con soste.

Equipaggiamento richiesto

MTB in condizioni efficienti, casco (obbligatorio), kit di riparazione, pranzo al sacco, acqua.

Descrizione dell'itinerario

Le mete di questo tour sono San Geminiano e Monteriggioni che con torri medievali e possenti cinte murarie e suggestivi panorami sulle colline circostanti, fanno di queste due cittadelle le più affascinanti destinazioni turistiche della Toscana.

Si parte dal Poggio Imperiale (la fortezza di Poggibonsi), percorrendo a ritroso la via Francigena e affrontando subito una decina di chilometri ondulati nei quali spicca la salita di Montefalconi. E' l'ascesa successiva - quella verso San Geminiano - la più difficile dell'intero tour, viste le elevate pendenze sterrate iniziali senza però difficoltà tecniche. La scalata al borgo si fa successivamente su tratto asfaltato e più dolce, terminandola salita nell'incantevole centro storico medievale.

Ma sarà nella successiva discesa su strada bianca che si potrà ammirare il più bel colpo d'occhio sulle torri cittadine.

Il tracciato ora scorre veloce verso sud, tra larghe sterrate e i sentieri della via Francigena, affrontando poi lo strappo per Campiglia e il tratto verso Colle val d'Elsa (anche qui si attraversa il centro storico, prima di scendere verso il fiume Elsa).

Si continua per ciclabile fino ad incrociare la variante ciclistica della via Francigena che in una decina di chilometri conduce ad Abbazia Isola e quindi a Monteriggioni; qui si può con salita facoltativa accedere alla cittadella fortificata con una possente cinta muraria contraddistinta da ben quindici torri. Gli ultimi quindici chilometri seguono fedelmente la ciclabile della Val d'Elsa che in leggerissima discesa, porta verso Poggibonsi e alla salita conclusiva fino al Poggio Imperiale.

Legenda difficoltà percorsi cicloescursionistici secondo la scala CAI

TC (turistico) percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole anche carrozzabili.

MC (per cicloescursionisti di media capacità tecnica) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce ...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.

BC (per cicloescursionisti di buone capacità tecniche) percorso su sterrate molto sconnesse o sumulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici).

OC (per cicloescursionisti di ottime capacità tecniche) come sopra ma su sentieri dal fondo moltosconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.

Per "sconnesso" si intende un fondo non compatto ecosparso di detriti, si considera "irregolare" un terreno non scorrevole segnato da buche, gradini e/o avvallamenti. Alle sigle può essere aggiunto il segno + se sono presenti tratti significativi con pendenze sostenute.

Assunzione di rischio da parte del partecipante alla gita

Rimane inteso che è sempre possibile condurre a mano la biciletta (sia in discesa che in salita) qualora il partecipante ritenga opportuno farlo, anche in base alle condizioni del fondo stradale e alle proprie capacità tecniche.

Inoltre, a discrezione del capogita, per ragioni di sicurezza, imprevisti e/o per qualsivoglia motivazione ritenuta valida, il percorso previsto può essere modificato in parte o completamente.

La MTB è una attività nella quale è insita una componente di rischio ineliminabile.

I partecipanti alle gite sono quindi conoscenza dei pericoli per la propria e altrui incolumità personale e delle difficoltà tecniche che l'escursione inevitabilmente comporta.

I partecipanti hanno l'obbligo di prendere visione del regolamento gite della sezione del CAI di Castelfranco Emilia e delle relative norme di comportamento ad esse collegate.