

Thomas Mayr

Rennradfahren in der Toskana

18 ausgewählte Touren

Delius Klasing Verlag

Inhalt

Vorwort	7
Wissenswertes	9
Allgemeines	9
Flora und Fauna	9
Klima und Wetter	10
Essen und Trinken	12
Wahl des Urlaubsortes	15
Unterkunft	15
Ausrüstung	16
Verkehr	16
Gesundheit und ärztliche Versorgung	19
Telefon	19
Kurzer geschichtlicher Rückblick	19
Allgemeine radsportliche Hinweise	25
Tour 1: Siena – Pianella – Montelupo – Lucarelli – Castellina – Siena Auf dem Gipfel des Chianti	28
Tour 2: Poggibonsi – Castellina in Chianti – Greve – Sambuca – Castellina – Poggibonsi Der schönste Anstieg des Chianti	33
Tour 3: Siena – Taverna d'Arbia – Asciano – Buonconvento – Murlo – Siena Die Crete – »weibliche« Landschaftsformen	36
Tour 4: Siena – Pianella – Castelnuovo Berardenga – Gaiole – Radda – Castellina – Siena Im Herzen des Chianti	39
Tour 5: Volterra – San Gimignano – Il Castagno – Saline di Volterra – Volterra Rund um die alte Etruskerstadt Volterra	42
Tour 6: Volterra – Casole d'Elsa – Pomarance – Saline di Volterra – Volterra Kurven und Anstiege ohne Ende	47
Tour 7: Colle di Val d'Elsa – Poggibonsi – Tavernelle – Gambassi – Colle di Val d'Elsa In den Weinbergen der Colli Fiorentini	50

Tour 8: Bibbiena – La Verna – Caprese Michelangelo – Subbiano – Bibbiena	
Die Wallfahrt zum heiligen Berg des Franz von Assisi	53
Tour 9: Montevarchi – Reggello – Vallombrosa – P. di Consuma – Bibbiena – Tala – Montevarchi	
Pratomagno – ein richtiger Berg in der Toskana	56
Tour 10: Montepulciano – Sarteano – Radicofani – Pienza – Montepulciano	
Zum Robin Hood der Toskana	59
Tour 11: Montalcino – Arcidosso – Abbadia San Salvatore – Quirico d'Òrcia – Montalcino	
Monte Amiata – ein Vulkan in der Toskana	63
Tour 12: San Quirico d'Òrcia – Asciano – Monte San Savino – Pienza – San Quirico d'Òrcia	
Ein Besuch bei Pius II.	67
Tour 13: Lucca – Camaiore – Carrara – Cave di frantiscritti – Viareggio – Massaciùccoli – Lucca	
Carrara Marmor – zum weißen Gold Michelangelos	71
Tour 14: Sorano – Pitigliano – Manciano – Saturnia – Sovana – Sorano	
Ein Schwefelfluss im Süden der Toskana	76
Tour 15: Cecina – Guardistallo – Monteverdi Marittimo – Castagneto Carducci – Cecina	
Eine schöne Trainingstour	80
Tour 16: Cecina – Castagneto Carducci – Monteverdi Marittimo – Serrazano – Pomarance – Micciano – Cecina	
Der »steilste Zahn« der Toskana	83
Tour 17: Cecina – Montenero – Livorno – Gabbro – Castellina M. – Riparbella – Cecina	
Im Hinterland der etruskischen Riviera	86
Tour 18: Portoferaiio – Marciana – Lacona – Portoferaiio	
Elba – Frankreich in Italien	89
Ortsregister	93