



# MAN & BIOSPHERE CROSSLAND

Accompagnati da una esperta guida ambientale, andremo alla scoperta delle biodiversità nell'Appennino Tosco Emiliano, Riserva MaB Unesco. Escursioni guidate su antichi sentieri immersi tra boschi cedui e prati stabili che la natura sta in parte riconquistando, con salita alle cime circostanti dove si potranno godere panorami a 360° sulla Food Valley. Il pacchetto prevede due pernottamenti completamente immersi nella natura, colazioni, spuntini, merende e cene, con gestione del camp 24 ore su 24 con guide ambientali escursionistiche professionali e istruttori skyrunning diplomati.

## PROGRAMMA

### 1 giorno

- Ritrovo, in prima mattinata, al Parco dei Barboj di Rivalta di Lesignano de' Bagni.
- In tarda mattinata partenza con 4x4 attraverso i calanchi dell'Appennino per raggiungere la pineta di Badia Cavana. All'arrivo inizio del trekking in pineta sino alla suggestiva Badia Vallombrosana romanica con annessa Chiesa dedicata ai Santi Pietro e Paolo ove faremo una sosta per una visita e uno spuntino con i prodotti della nostra biodiversità.
- Nel pomeriggio breve trasferimento in 4x4 sino a Costa di Castrignano, visita alla Pieve di Castrignano situata su un colle accanto alle rovine del Castello Medievale e, dopo una frugale merenda, trekking sino al Monte Sporno (1.058 mt. s.l.m.). All'arrivo montaggio delle tende per il pernottamento.
- Cena, sotto un cielo stellato, con i prodotti stagionali della nostra biodiversità.
- Escursione notturna, con lampada frontale, e posizionamento delle fototrappole per catturare immagini della fauna locale.

### 2 giorno

- Attenderemo il sorgere del sole facendo colazione "al sacco" a base di prodotti tipici, yogurt locale e buon pane casereccio.
- Recupero delle fototrappole e visualizzazione delle immagini raccolte.
- In mattinata smontaggio delle tende e partenza del trekking per Calestano, attraverso le terre del Tartufo Nero di Fragno. Durante il tragitto, breve sosta all'Oratorio seicentesco di Iano che sorge su un edificio

medievale sorto, a sua volta, su un luogo di culto di epoca romana, dedicato a Giano, da cui deriverebbe il toponimo della frazione. All'arrivo a Calestano, visita guidata al borgo medievale e spuntino con i prodotti della nostra biodiversità.

- Nel pomeriggio trekking sino alle pendici del Monte Croce con sosta per merenda sul percorso. All'arrivo montaggio delle tende per il pernottamento.
- Cena, sotto un cielo stellato, con i prodotti stagionali della nostra biodiversità.

### 3 giorno

- Attenderemo il sorgere del sole facendo colazione "al sacco" a base di prodotti tipici, yogurt locale e buon pane casereccio.
- In mattinata smontaggio delle tende e salita alla vetta del Monte Croce (945 mt. s.l.m.). Dopo un frugale spuntino con i prodotti della nostra biodiversità, scenderemo lungo il sentiero che conduce a Calestano facendo birdwatching per ammirare cinciallegre, ciinciarelle, pettirossi, scriccioli e merli, ma anche, con un pizzico di fortuna, codibugnoli, lodolai gheppi, sparvieri, cornacchie, gazze, ghiandaie, uignoli, cardellini, verdoni e verzellini.
- Nel tardo pomeriggio rientro con Defender 4x4. All'arrivo possibilità di proseguire il soggiorno in Hotel/B&B.

## INFORMAZIONI

Quota individuale all inclusive a partire da € 200,00 (massimo 4 persone)

Eventuale notte pre e post tour € 70,00/persona

Attrezzatura richiesta: attrezzatura da trekking e escursionismo. Sul posto possono essere noleggiati gratuitamente bastoncini telescopici, pila frontale e monocolo ed acquistati sacco a pelo e zaino.



# MAN & BIOSPHERE CROSSLAND



Accompanied by an expert Nature Guide we will immerse ourselves in the famous Unesco's MaB Reserve of the Appennino Tosco-Emiliano and will learn more of its hidden biodiversity.

The experience includes guided hiking along old paths, lost among coppiced woods e unsown fields that Nature is claiming back, and climbs to surrounding peaks, where a 360° view of the Food Valley can be enjoyed.

The package also includes two nights spent in Nature, breakfasts, snacks and dinners, a 24 hours management of the camp and professional Nature Guides and licensed Skyrunning instructors.



## ITINERARY

### Day 1

- Early morning meeting by Barboj Park in Rivalta of Lesignano de' Bagni.
- Late morning departure by a 4x4 through Apennine's badlands until the pine grove in Badia Cavana. There a hike will take you to the vallombrosan, romanesque Abbey with its Church dedicated to the Saints Peter and Paul. Brief stop to admire the historical complex and savour a snack with products of our biodiversity.
- In the afternoon the 4x4 will bring you to Costa di Castrignano, there you will visit the old local Church built on top of a hill, not far off the ruins of a medieval castle. One more snack and the hike will resume toward Monte Sporno (1058 m a.s.l.). Once arrived it will be time to set the camp for the night.
- Dinner based on our biodiversity seasonal products under the starry night.
- Night hiking with front lamp and setting up of trail cameras to capture the images of the local fauna.



### Day 2

- While waiting dawn, breakfast with typical products, local yogurt and handmade bread. Once recovered the trail cameras, there will be time to check out their shots.
- In the morning, after taking down the tents, the hike will take you to Calestano, while crossing the lands renown for Fragno Black Truffle. Along the road, brief stop at Iano XVII century Oratory. The place was built on top of a medieval structure that on its turn, was erected on a roman place of worship -probably dedicated to Janus- and from which the

name of the hamlet is taken. Once in Calestano, tour of the medieval part of the town and snack with the products of our biodiversity.

- In the afternoon, the hiking will resume on the direction of Monte Croce with a stop along the road for a snack. Once arrived it will be time to set up the camp for the night.
- Dinner based on seasonal products of our biodiversity under the beautiful starry night.

### Day 3

- While waiting dawn, breakfast with typical products, local yogurt and handmade bread.
- In the morning, after taking down the tents, ascent to Monte Croce (945 m a.s.l.). A quick snack ,with products of our biodiversity, and while going back to Calestano, some time will be dedicated to birdwatching. You would easily admire great tits, blue tits, robins redbreast, wrens and blackbirds but also with a little bit of luck, long-tailed tits, nightingales, sparrowhawks, hobbies, carrion crows, magpies, jays, goldfinches, greenfinches and serins.
- The 4x4 Defender will be waiting to take you back. Here, will allow you to extend your stay, if you so desire in Hotel/B&B.

## FURTHER INFORMATION

Fee per person, all inclusive starting from 200 € (on a maximum of 4 people)

Optional night before or after the experience 70 €

equipment required: hiking essentials. On the Farm it is possible to rent for free telescopic poles, frontal lamps and monacles or to buy backpacks and sleeping bags.