

■ Wandern in der Toscana

Wanderregionen in der Toscana ► 7 ■ Wetter und Wandersaison ► 11 ■ Stein- und Felskunde für Wanderer ► 15 ■ Pflanzenwelt ► 17 ■ Tierwelt ► 22 ■ Ausrüstung und Verpflegung ► 26 ■ Notfall und Notfallnummern ► 27 ■ Tourplanung und -durchführung ► 28 ■

■ Umgebung von Florenz

- | | | |
|------------|---|------|
| Tour 1 ** | Runde zwischen Florenz und Fiesole
Länge: 9,1 km ■ Gehzeit: 2:55 Std. ■ | ► 38 |
| Tour 2 *** | Doppelrunde um das Kloster La Verna
Länge: 7,8 km ■ Gehzeit: 2:40 Std. | ► 42 |
| Tour 3 ** | Auf den Spuren Leonardo da Vincis in den Montalbaner Bergen
Länge: 9,2 km ■ Gehzeit: 2:50 Std. ■ | ► 47 |

■ Apuanische Alpen und Garfagnana

- | | | |
|-------------|---|------|
| Tour 4 **** | Vinça und die höchsten Gipfel der Marmoralpen
Länge: 9,3 km ■ Gehzeit: 4:45 Std. | ► 52 |
| Tour 5 *** | In der Garfagnana von Barga nach Sommocolonia
Länge: 8,8 km ■ Gehzeit: 3 Std. | ► 56 |
| Tour 6 *** | Grotta all’Onda – eine Felsenwelle in den Apuanischen Alpen
Länge: 7,3 km ■ Gehzeit: 2:40 Std. ■ | ► 61 |

■ Zwischen Lucca und Volterra

- | | | |
|--------------|---|------|
| Tour 7 * | Die Villen von Compignano
Länge: 4,2 km ■ Gehzeit: 1:35 Std. ■ | ► 66 |
| Tour 8 ** | Zu den Türmen von Ripafratta und der Einsiedelei Rupe Cava
Länge: 6,8 km ■ Gehzeit: 2:50 Std. | ► 70 |
| Tour 9 * | Kamelienpracht am Fuß der Pisaner Berge
Länge: 3,5 km ■ Gehzeit: 1 Std. ■ | ► 75 |
| Tour 10 **** | In den Pisaner Bergen vom Kartäuserkloster zur Festung Verruca
Länge: 18,6 km ■ Gehzeit: 6:10 Std. | ► 78 |
| Tour 11 ** | Rund um Montefoscoli durch grüne Täler
Länge: 6 km ■ Gehzeit: 1:55 Std. ■ | ► 84 |
| Tour 12 ** | Über den Aquädukt nach Valle Benedetta
Länge: 8 km ■ Gehzeit: 2:55 Std. | ► 88 |
| Tour 13 * | Spaziergang vor den Toren Volterrinas
Länge: 5,9 km ■ Gehzeit: 2:10 Std. ■ | ► 92 |

■ Umgebung von Siena

- | | | |
|-------------|--|-------|
| Tour 14 *** | Durch das Land des Vernaccia-Weins zu den Türmen von San Gimignano
Länge: 9,6 km ■ Gehzeit: 3:10 Std. | ► 96 |
| Tour 15 * | Im Chianti-Gebiet vor den Toren Sienas
Länge: 7,5 km ■ Gehzeit: 2:10 Std. | ► 101 |

Tour 16 ***	Auf den waldreichen Höhen der Montagnola Senese Länge: 11,4 km ■ Gehzeit: 4:25 Std.	► 104
Tour 17 *	Über die sanften Hügel von Ville di Corsano Länge: 8,5 km ■ Gehzeit: 2:20 Std. ■	► 110
Tour 18 ***	Abenteuerliche Runde durch das Merse-Tal Länge: 14,3 km ■ Gehzeit: 5:05 Std.	► 114

■ Colline Metallifere

Tour 19 ****	Durch das obere Cecina-Tal zur Burg Rocca Sillana Länge: 16,7 km ■ Gehzeit: 5:25 Std.	► 120
Tour 20 ***	Le Cornate – zu den Gipfeln des toscanischen Erzgebirges Länge: 12 km ■ Gehzeit: 4:15 Std.	► 126
Tour 21 ***	Durch einsame Wälder zum Fluss Farma Länge: 10,9 km ■ Gehzeit: 4 Std.	► 130

■ Zwischen Val di Chiana und Val d'Orcia

Tour 22 **	Auf römischen Pfaden zum Kapuzinerkloster von Cortona Länge: 10,7 km ■ Gehzeit: 3:20 Std.	► 136
Tour 23 *	Zu den Etruskergräbern von Poggio Pinci und mittelalterlichen Ruinen Länge: 6,2 km ■ Gehzeit: 2:10 Std. ■	► 140
Tour 24 *	Spaziergang zum See von Chiusi Länge: 9,1 km ■ Gehzeit: 2:30 Std. ■	► 144
Tour 25 **	Durch das Naturschutzgebiet von Pietraporciana über dem Orcia-Tal Länge: 10,3 km ■ Gehzeit: 3:15 Std.	► 148
Tour 26 *	Auf der Frankenstraße durch das Orcia-Tal Länge: 9,4 km ■ Gehzeit: 2:30 Std. ■	► 154

■ Vom Monte Amiata Richtung Lago di Bolsena

Tour 27 ***	Runde von Vivo d'Orcia nach Seggiano Länge: 19,4 km ■ Gehzeit: 6 Std.	► 158
Tour 28 ***	Durch die Kastanienwälder des Monte Amiata Länge: 13,9 km ■ Gehzeit: 4 Std.	► 163
Tour 29 ***	Durch das Naturschutzgebiet Pigelletto Länge: 12 km ■ Gehzeit: 4:15 Std.	► 168
Tour 30 **	Durch das Albegna-Tal nach Roccalbegna Länge: 9,1 km ■ Gehzeit: 2:55 Std.	► 172
Tour 31 ***	Durch die Hohlwege der Etrusker bei Pitigliano Länge: 5 km ■ Gehzeit: 2:15 Std.	► 175

■ Maremma-Küste

Tour 32 **	Runde durch den Naturpark Montioni Länge: 10,9 km ■ Gehzeit: 3:10 Std.	► 180
Tour 33 **	Küstenrunde bei Puntone Länge: 8 km ■ Gehzeit: 2:50 Std. ■	► 186

- Tour 34 ** Runde durch das Naturschutzgebiet
Diaccia Botrona
Länge: 13,7 km ■ Gehzeit: 3:30 Std. ► 190
- Tour 35 * Zwischen der Lagune von Orbetello
und dem Meer
Länge: 8,4 km ■ Gehzeit: 2:10 Std. ► 194
- Register ► 202