

Cos'è il Trekking Urbano

È un nuovo modo di fare turismo, meno strutturato e lontano dai circuiti famosi. Un turismo più libero e ricco di sorprese, che privilegia i panorami, i monumenti meno conosciuti, i luoghi dove avviene la vita quotidiana dei cittadini. Il trekking urbano è un turismo sostenibile che decongestiona i centri monumentali e rallenta i passaggi turistici. Il turista che cammina ha un rapporto attivo e partecipa con la città visitata ed instaura con essa un rapporto emotivo che lo fidelizza. Per i residenti il trekking urbano è uno stile di vita salutare ed un modo per riappropriarsi del luogo in cui si abita, conoscendolo meglio ed usandolo per tonificare cuore, cervello e muscoli.

Chi pratica il Trekking Urbano

E' per tutti. Il trekking può diventare uno sport intenso inserendo nel percorso scale ed asperità del suolo, mentre per i meno forti ed i meno giovani è uno sport dolce.

Quando si pratica il Trekking Urbano

Tutto l'anno, anche in pieno inverno. A qualunque ora, anche di notte. A differenza del trekking praticato nei campi e nei boschi, quello in città non è limitato dal buio e dai terreni fangosi.

Dove si pratica il Trekking Urbano

Nelle città ricche di storia e di panorami. Dove c'è molto verde e poco inquinamento.

Perché si pratica il Trekking Urbano

Camminare a lungo, in modo sportivo e frequente è un antidoto contro la depressione, l'obesità ed il diabete, i disturbi cardiocircolatori e legati all'invecchiamento, soprattutto all'osteoporosi.



V° Giornata Nazionale del **Trekking Urbano**

Trekking e misteri

Camminare in
città nella
notte di
Gnoissanti



Siena
Ancona
Arezzo
Ascoli Piceno
Bari
Biella
Bologna
Brescia
Campobasso
Chieti
Cosenza
Ferrara
Forlì
Genova
Lucca
Macerata
Mantova
Massa
Matera
Palermo
Pavia
Perugia
Pisa
Prato
Ravenna
Salerno
Savona
Tempio Pausania

31 Ottobre 2008



COMUNE DI PISA

Trento
Treviso
Urbino
Verona
Viterbo



Sala delle Ninfe, Palazzo Fiumi e Fossi

Pisa di notte: amori e misteri

Nella notte di Ognissanti, il fantasma dell'eroina Chinzica de' Sismondi, ci conduce alla scoperta di storie d'amore e disperazione.

Il viaggio ha inizio nel Palazzo dei Fiumi e Fossi, dove è affrescata la storia di Amore e Psiche, che suscitavano l'invidia di Venere. Il palazzo sorge dove era l'abitazione del Conte Ugolino della Gherardesca, condannato a triste fine con i suoi familiari. Dalla saola delle Ninfe, (bagno delle divinità femminili), si percorre via San Martino e, dall'antico ponte della Campana, si entra nella Cittadella Nuova. La fortezza, costruita dai fiorentini per dominare Pisa, ci accoglie con grotte, passaggi segreti, luoghi di guerra, che nel '700 si trasformarono nel giardino denominato Giardino Scotto, luogo di incontro di letterati e di amanti. Dopo la visita alla suggestiva Torre, che si affaccia sull'Arno e che ci è possibile visitare passando dalla sede dell'Associazione Nazionale Marinai d'Italia, la serata si conclude con un brindisi.



Cittadella Nuova



Giardino Scotto

Informazioni sul percorso: ◀

Tempo di percorrenza: **2 ore**

Lunghezza: **circa km 1**

Difficoltà: **facile**

Punto di partenza: **Logge di Banchi**

Orario di partenza della visita guidata:
ore 21:00

Per informazioni e prenotazioni:

dal 06.10.08 al 26.10.08

Martedì, Mercoledì, Giovedì

dalle ore 10:00 alle ore 12:00

Ufficio Turismo

Tel. 050 910365 - 910789

turismo@comune.pisa.it

Prenotazione obbligatoria
Occorre portare torcia elettrica
Si consiglia di indossare
abbigliamento comodo

