

50 AÑOS

lonely planet

VIAJANDO

EXPLORA

LA TOSCANA

ESCÁPATE DE LA RUTINA



■ Buscar inspiración en museos y *piazze* repletos de obras creadas por algunos de los artistas más extraordinarios de la historia. Empezar un romántico viaje por la campiña toscana para descubrir tradiciones rurales y degustar los frutos de la tierra. Admirar el patrimonio cultural que dejaron la Edad Media y el Renacimiento. Navegar sobre aguas bullentes de vida marina de isla en isla. Llenar una copa de vino y brindar por los recuerdos de cada día.

Así es la Toscana.

**EL PRÓXIMO VIAJE SIEMPRE ES EL MEJOR.
PASA LA PÁGINA Y EMPIEZA A PLANEARLO →**

Nuestros autores



Benedetta Geddo

@@beegeddo

Nacida y criada en Italia, ha vivido en Francia, Irlanda, Polonia y EE UU antes de regresar al Piemonte, donde ahora reside. Su trabajo con Lonely Planet incluye guías, noticias y artículos. Tiene dos gatos a los que mimma más de la cuenta.



Mary Gray

@@verymarygray

Mary se encuentra en su elemento natural cenando en una bulliciosa *trattoria*. Cuando no está comiendo y bebiendo por la Toscana, se la puede encontrar dando rienda suelta a sus impulsos de urraca en anticuarios y mercadillos *vintage*.



Angelo Zinna

@@angelo_zinna

Escritor, corrector y fotógrafo establecido en Florencia, apasionado por la arquitectura rara, el medioambiente y el antiguo orbe soviético, es autor del libro *Un altro bicchiere di arak* (2016) y responsable del *podcast Cemento*. Su experiencia favorita es recorrer un sendero de los Alpes Apuanos (p. 206) tras pasar una semana pegado a la pantalla.



Arriba: Hércules y Caco de Baccio Bandinelli frente al Palazzo Vecchio (p. 45), Florencia. Pág. doble: Siena (p. 74).

Sumario

Las mejores experiencias.....	6
Viaja según la época.....	18
Crea tu ruta.....	26
7 consejos sobre la Toscana.....	34
Libros, música, <i>podcasts</i> , cine y webs.....	36

Floencia 38

Palacios del poder.....	44
En busca de Miguel Ángel.....	48
Más que el Duomo.....	52
Dante más allá de las palabras.....	56
Oltrarno artesano.....	58
El Ponte Vecchio.....	60
Escapadas botánicas.....	64
Artesanos por un día.....	66
Sugerencias.....	70

Siena y centro de la Toscana 74

Descubrir el Duomo.....	80
Un brindis por el Chianti Senese.....	82
Dulces de Siena.....	84
El verdor de la ciudad gótica.....	88
Un paseo por San Gimignano.....	92
Tras la senda del <i>cinta</i>	94
Restos góticos en la campiña.....	98
Sugerencias.....	102

Val d'Orcia 106

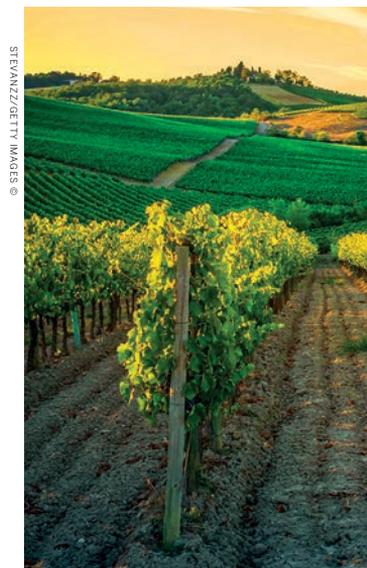
Pienza utópica.....	112
Queso, trufa y <i>pici</i>	114
La ruta perfecta por la Toscana.....	118
Un país de las maravillas del vino.....	120
Manantiales del valle.....	124
Sugerencias.....	126

Sur de la Toscana 128

La Maremma salvaje.....	134
Viaje por carretera a la Città del Tufo.....	140
Ruta por la historia etrusca.....	142
Massa Marittima histórica.....	144
Las dos caras de Capalbio.....	146
Playas y caletas apartadas.....	148
Sugerencias.....	152

Costa central 154

Livorno marinera.....	160
Cipreses artísticos.....	164
Vida en la playa.....	166
Paseo por los parques.....	170
El sabor de la Maremma.....	172
Tras los pasos de los etruscos.....	176
Sugerencias.....	180



STEVAN ALBERTZ/ALFIS

Las muchas caras de Elba 182

Las islas toscanas 186

Pisa y noroeste de la Toscana 190

Plaza de los Milagros.....	196
Lucca medieval.....	202
Senderismo en los Alpes Apuanos.....	206
Los encantos de Pistoia.....	208
A pie por la Via Francigena.....	210
Trufas en San Miniato.....	212
Un fin de semana en la Garfagnana.....	214



Viñedo, Castellina in Chianti (p. 83).

Escapadas a las playas de Versilia.....	216
Sugerencias.....	218

Este de la Toscana 222

Arezzo artístico	226
Cortona pintoresca.....	230
Senderismo en los Apeninos.....	232
Sugerencias.....	234

Datos prácticos 236	
Cómo llegar	238
Cómo desplazarse	240
Viajar seguro	242
Dinero	243
Alojamiento	244
Turismo responsable	246
Información esencial	248
Idioma.....	250

EN PROFUNDIDAD

Un juego fogoso	62
El Palio	96
La Pequeña Jerusalén	138
Bastión del anarquismo.....	200

GUÍAS VISUALES

Invencciones culinarias de Florencia.....	68
Símbolos de Siena	100
Val d'Orcia para gastrónomos.....	116
Luces del mar.....	162
El corazón de Etruria	178
Tradiciones del valle.....	228

Lago de
MassaciucoliParco Regionale
Migliarino San
Rossore Massaciucoli**Piazza dei Miracoli****La plaza de los Milagros de Pisa**

Aunque la mayoría de la gente piensa en la Torre Inclinada como parada rápida para una foto de camino a otro sitio, la plaza de los Milagros de Pisa merece unas cuantas horas. La catedral consagrada a Santa Maria Assunta, el baptisterio y la explanada cubierta de hierba del cementerio de Piazza dei Miracoli son solo algunos de los tesoros de esta ciudad, antigua potencia marítima.

 1 h desde Florencia

▶ p. 196

**Piazza dell'Anfiteatro****La plaza mayor de Lucca**

Copiando la estructura del anfiteatro romano del s. II que existió en la ciudad, la plaza mayor de Lucca es única por su forma elíptica. Edificios amarillos de perfiles irregulares circundan la *piazza* y las terrazas de sus restaurantes; en torno suyo, dentro de las murallas perfectamente conservadas de Lucca, aguarda una larga lista de obras maestras del Medioevo.

 50 min desde Barga

▶ p. 204

Piazza del Duomo, Pistoia **Las joyas ignoradas de Pistoia**

Ciudad influyente durante el Medievo, Pistoia queda injustamente fuera de los itinerarios de la mayoría de los viajeros. Su Piazza del Duomo, con la Cattedrale di San Zeno (s. XIII) y el Battistero di San Giovanni (s. XIV), se convierte en un animado mercado los miércoles y sábados.

 40 min desde Florencia

▶ p. 208



Piazza del Duomo, Florencia **Los tesoros ocultos de Florencia**

La cúpula de 116 m de altura que corona la majestuosa catedral de Santa Maria del Fiore, obra de Filippo Brunelleschi, marca el centro de la ciudad con sus tejas rojas. Pero dentro y en derredor de esta simétrica estructura, construida sobre los restos de la antigua Chiesa di Santa Reparata, se esconden otros tesoros extraordinarios.

▶ p. 52



ESTE DE LA
TOSCANA

● Poggibonsi

CENTRO DE
LA TOSCANA

● Arezzo

Riserva
Naturale
Alto Merse



● Siena

Piazza del Campo **La 'piazza' medieval de Siena**

La semicircular plaza roja en torno a la cual se levanta Siena es una de las grandes *piazze* medievales de Italia. Aquí, a los pies del Palazzo Pubblico y la torre del Mangia se celebra todos los años la carrera de caballos del Palio, desde el s. XVII.

 1½ h desde Florencia

▶ p. 87

● Asciano

Piazza Grande **Arezzo, cuna de Vasari**

La plaza central de la ciudad donde nació Giorgio Vasari data de principios del s. XIII y posee una de las obras arquitectónicas más sobresalientes de este artista del Renacimiento: el Palazzo delle Logge, un edificio de 1573 con ecos de su obra anterior en Florencia.

 1½ h desde Florencia

▶ p. 226



0

20 km

LA MAREMMA

Plan de viaje

IMPRESCINDIBLES Y JOYAS OCULTAS

Los 400 km de litoral de la Toscana no solo ofrecen playas de arena en localidades costeras muy familiares. En el corazón de la Maremma se podrán explorar vestigios etruscos, ciudades artísticas que suelen pasarse por alto y la primera reserva natural de la región.

Información

Centros urbanos Livorno, Massa Marittima, Grosseto

Duración 14 días

Cómo desplazarse La Maremma ocupa en torno al 25% de la tierra firme toscana, desde Cecina hasta el Lacio. El recorrido empieza en Livorno y discurre después por la costa, con desvíos frecuentes al interior para descubrir algunos lugares secretos de la región.

Consejos En la Maremma se encuentra la comarca vinícola de Morellino di Scansano. Las bodegas suelen abrir para visitas desde la primavera hasta el verano, lo que hace aún más apetecibles los desvíos hacia la campiña. La zona cuenta con muchos *agriturismi* (casas rurales).

Mar Tirreno



Bolgheri

Famosa por sus *super-toscans* elaborados con variedades foráneas, Bolgheri es una parada obligada para cualquier enófilo.

 50 min desde Livorno



Cecina

San Vincenzo



Piombino

Populonia

Los vestigios etruscos miran al mar abierto en la antigua ciudad de Populonia. Si el tiempo lo permite, vale la pena hacer una excursión hasta la Isola d'Elba desde el cercano puerto de Piombino.

 1 h 15 min desde Livorno




Pianosa



0

20 km

Livorno

Tras un delicioso *cacciucco* (cazuela de pescado y marisco) en la ciudad costera de Livorno, es el momento de sentarse al volante para llegar hasta el extremo sur de la Toscana.

Montevarchi



Massa Marittima

En el interior hay que visitar el casco medieval de Massa Marittima, donde la refinada Cattedrale di San Cerbone (s. xi) alberga algunas de las esculturas más bellas de Giovanni Pisano.

🚗 1 h 20 min desde Livorno

San Gimignano
Poggibonisi

Riserva Naturale Alto Merse

Parco Regionale della Maremma

Es la diversidad lo que distingue a la Maremma, y difícilmente se encontrará un ecosistema más variado que esta reserva natural. Espesos bosques, playas, aves, ruinas y acendradas tradiciones agrícolas se aúnan para formar un entorno frágil y fascinante.

🚗 15 min desde Grosseto

Città del Tufo

Pitigliano, Sovana y Sorano (arriba) conforman la zona conocida como Città del Tufo, con impresionantes ciudades construidas sobre formaciones de roca volcánica que llevan habitadas desde tiempos etruscos.

🚗 1 h 20 min desde Grosseto

Golfo de Follonica

Follonica

Riserva Naturale Provinciale Diaccia Botrona

TOSCANA

Castel del PIANO

Capalbio

Este pueblo en lo alto de una colina ofrece unas vistas insuperables de la costa tirrena; pero para contemplar un panorama verdaderamente único hay que dirigirse al cercano Giardino dei Tarocchi (jardín del Tarot), donde la artista franco-estadounidense Niki de Saint Phalle creó un fascinante parque escultórico.

🚗 45 min desde Grosseto

Grosseto

Pitigliano

Vetulonia

De regreso a la costa, la necrópolis etrusca merece una parada para ver sus tumbas monumentales, que se han conservado intactas 2500 años.

🚗 30 min desde Grosseto

Porto Santo Stefano

Orbetello

Monte Argentario

LACIO

Giglio

EL ABRUPTO NORTE

Plan de viaje

IMPRESCINDIBLES Y JOYAS OCULTAS

El montañoso norte de la Toscana ofrece muchas oportunidades para el senderismo entre los aguzados picos y valles herbosos de los Alpes Apuanos y los Apeninos. Pero las zonas de la Garfagnana y Lunigiana, además de amplios espacios naturales, ofrecen cultura, gastronomía, vino e historia para quienes opten por transitar las rutas menos holladas.

Información

Centros urbanos Lucca, Castelnuovo di Garfagnana

Duración 12-14 días

Cómo desplazarse Aunque el transporte público llega hasta los principales centros urbanos, el automóvil sigue siendo la manera más práctica de explorar la zona, sobre todo si se pretenden visitar espacios naturales apartados. Lucca es el mejor punto de partida.

Consejo Hacer un alto en una relajante casa rural en cualquier punto de Castelnuovo di Garfagnana o Barga.

Vagli

Un sinfín de senderos parten de Vagli, donde un lago cubre hoy la ciudad perdida de Fabbriche di Careggine. Es fundamental visitar Campocattino.

🚗 40 min desde Castelnuovo di Garfagnana

Carrara



Parco Naturale delle Alpi Apuane

Colonnata

Cruzando los Alpes Apuanos se llega a este pueblecito famoso por su lardo (tocino curado) y sus canteras de mármol. Una larga caminata por la montaña conduce al mural *David*, obra del artista callejero brasileño Eduardo Kobra a 850 m altitud.

🚗 1 h 20 min desde Lucca

Seravezza

Pietrasanta

Tras tanta caminata, es momento de regresar a la costa para tomarse un respiro en Pietrasanta, un pueblo con mucha actividad artística a solo 3 km de las playas de arena de Versilia.

🚗 40 min desde Lucca

Marina di Pietrasanta

Lido di Camaione



Mar Mediterraneo



Camprocattino



Lago de Vagli



Careggine

Lago de Pontecosi

Pieve Fosciana



Garfagnana

NOROESTE DE LA TOSCANA



Fornovolasco

Barga

El ambiente rústico de este pueblito encantador se combina con la naturaleza agreste de los bosques circundantes; nada mejor para relajarse que alguna casa rural.

🚗 50 min desde Lucca

Castelnuovo di Garfagnana

El principal núcleo urbano de la Garfagnana brinda un sinfín de oportunidades tanto para descargar adrenalina como para relajarse.

🚗 1 h desde Lucca



Fornaci di Barga

Lucignano

Calavorno

Isola Santa

El tiempo parece detenido en este mágico borgo que consta de unas pocas docenas de casas con techos de piedra frente a un lago artificial.

🚗 20 min desde Castelnuovo di Garfagnana

Borgo a Mozzano

Merece la pena hacer una breve parada en este aislado pueblo, famoso por su producción de papel, para admirar el puente del Diablo (s. XI), supuestamente construido por el mismo Satanás.

🚗 30 min desde Lucca

Serchio

Vinchiana



Torre del Lago

Lago de Massaciucoli

Monsagrati

Lucca

Se parte de la ciudad medieval de Lucca, antesala de la Garfagnana, para tomar la SS12 hacia el norte antes de torcer a la izquierda y seguir el curso del río Serchio.



7 consejos sobre LA TOSCANA

RECOMENDACIONES PARA EMPEZAR CON BUEN PIE

1 Billetes para el transporte público

Nunca se debe subir a un autobús, tren o tranvía sin billete. Desde la pandemia del covid-19 se ha eliminado la posibilidad de adquirirlo pagando en efectivo al conductor y también casi por completo los dispositivos para pago con tarjeta a bordo, que ya eran raros. Hay que buscar los *edicole* (quioscos de prensa), estancos, supermercados y bares con el logotipo "AT". Autolinee Toscane (at-bus.it) es el organismo que gestiona el transporte público en la Toscana. Una vez a bordo, recuérdese validar los billetes en las máquinas.

2 Vestir con corrección

La mayoría de los toscanos se inclina por un atuendo clásico y elegante, con predominio de prendas bien confeccionadas en colores neutros. Para no desentonar, es aconsejable prescindir de ropa desgastada, estampados chillones y chanclas.

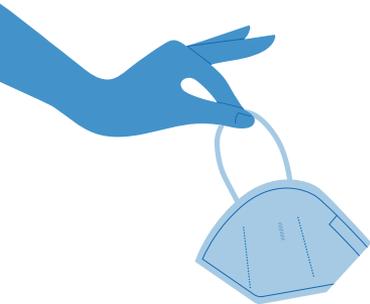
3 Cerrado los lunes

La mayoría de los museos y lugares de interés cultural, así como otros espacios que no encajan en esta categoría, cierran los lunes, al igual que algunas tiendas y servicios.

4 Cómo pagar en las cafeterías

Los procedimientos de pago en un bar-café toscano son algo peculiares. Cuando el local está concurrido, hay que pedir en la caja, pagar y presentar después el recibo al camarero. Cuando uno está solo, o únicamente hay un par de clientes más, se puede acudir directamente a la barra. Recuérdese que en la mayoría de los bares se paga un recargo, que puede ser elevado, por tomar el café en la mesa (*a tavolo*) y no en la barra (*al banco*).





5 Situación con el covid-19

Tras haber soportado uno de los confinamientos más duros del mundo, los toscanos se muestran aún bastante cautos con el covid-19. Aunque la mayoría de las restricciones se ha levantado, todavía tienen bastante uso las mascarillas. La fuente de información más actualizada es la web del Ministerio de Sanidad (salute.gov.it/travellers).

6 Echar unas risas

Los toscanos son gente animada que está de vuelta de todo. Aquí se practica un humor irónico y mordaz, con una jerga pintoresca, abundancia de tacos, recelos frente a la corrección política y gusto por los juegos de palabras. Los comerciantes pueden parecer un tanto bruscos a las personas sensibles y reservadas.

7 Habla local

He aquí unas cuantas palabras para manejarse por la Toscana.

Grazie Gracias.

Prego Maravillosa palabra con significados distintos según las situaciones. Es la respuesta habitual a *grazie*, pero también puede ser una invitación para actuar. *Prego* puede significar algo parecido a “adelante” o “dígame” (un camarero lo utiliza cuando se dispone a atender al cliente) o “después de usted” (cuando se cede el puesto en una cola).

Hoha-Hola Un chiste privado que ilustra el modo en que los toscanos, y en particular los florentinos, suele pronunciar “Coca-Cola”. La tendencia regional a sustituir el sonido “k” seguido de “a” u “o” por una “h” es una peculiaridad lingüística que conviene tener presente cuando se pide café o el famoso refresco.

► Para más información sobre el idioma, véase p. 250.



Inventaciones culinarias de **FLORENCIA**

02



01



03



01 'Lampredotto'

Un clásico de la comida callejera: estómago de vaca cocinado en caldo de verduras, cubierto con salsa verde y servido en pan redondo. Se puede probar en Il Trippaio di San Frediano, o decantarse por la versión

vegana que inventó el chef Gaetano Cerasuolo.

02 'Schiacciata'

Pan plano, parecido a la focaccia, que se cuece en el horno y se adereza con aceite de oliva virgen extra y mucha sal. No es necesario hacer

cola durante horas en All'Antico Vinaio, porque puede probarse solo en el Forno Pugi o con quesos y carnes del país en Saporì Toscani.

03 'Negroni'

Lo inventó el conde Camillo Negroni

en 1919 al sustituir la soda por ginebra en un cóctel americano que le pareció demasiado flojo. Este clásico florentino es perfecto para el traspase (cuidado con las resacas). Hay que probarlo en el Caffè Rivoire.

04



05



06



07



04 'Cantucci'

Ya en el s. xvi devoraban lo Médicis estas galletas secas de almendras. Como más ricas están es mojadas en *vin santo* (vino de postre). Se pueden probar en Il Cantuccio di San Lorenzo.

05 'Gelato Buontalenti'

Puesto que dicen que Bernardo Buontalenti inventó el *gelato* en el s. xvi, ¿por qué no probar el sabor que lleva su nombre –con crema, azúcar y huevos– en la Gelateria Badiani?

06 'Schiacciata all'uva'

La versión dulce de la *schiacciata* lleva uvas tintas. En septiembre, después de la vendimia, se puede probar una deliciosa porción en el Forno Becagli.

07 'Pappa al pomodoro'

Un plato toscano "pobre" tan sabroso como sencillo: sopa de pan, tomates, albahaca y aceite de oliva. Un buen sitio para pedirlo es la Osteria Santo Spirito.

lonely planet

PLANIFICA TU VIAJE A LA TOSCANA CON NUESTRA SELECCIÓN DE EXPERIENCIAS INOLVIDABLES



MIRA CON OTROS OJOS
Lugares secretos y puntos de vista diferentes



CREA TU VIAJE
Combina experiencias únicas que se adapten a ti



PONTE EN MARCHA
Con recomendaciones de autores locales



VIAJA RESPONSABLE
Apoya la economía local, viaja seguro y con un impacto positivo

geoPlaneta 

NUESTRO COMPROMISO

Lo contamos tal y como es. Nuestro trabajo consiste en hacer realidad increíbles experiencias viajeras. Nuestras recomendaciones siempre se seleccionan de forma independiente tras haberlas experimentado en primera persona, por lo que los viajeros siempre podéis confiar en nosotros para ayudaros a vivir un gran viaje.

PVP. 25,00 €

10321391




* MAPA DESPLEGABLE

