



GENGIÐ Í TOSKANA



18. – 25. júní 2026

Fararstjórn: Perla Magnúsdóttir

Útivistarferð
Ítalía

Ferðalýsing

Í þessari töfrandi gönguferð verður gengið um **Toskanahéraðið** á Ítalíu sem svo marga dreymir um að heimsækja. Á vegi okkar verða gróskumiklir vínakrar, **heiðgrænir ólífulundir** og önnur dásamleg gróðursæld innan um heillandi bæi og glæsilegar byggingar. Við munum ganga eftir fornum rómverskum vegum að miðaldarþorpinu **Cozzile** og heimsækjum fallega bæinn Greve sem er einn af gimsteinum **Chianti héraðsins**. Förum til **Cinque Terre** þorpanna og í skoðunarferð um **Flórens** sem er ein glæsilegasta lista- og menningarborg Ítalíu. Okkar bíður alveg sérstök upplifun þegar við förum með truffluveiðimanni í skógarferð að leita að **trufflum** og fáum að sjálfsgöðu að smakka á góðgætinu. Hvenær sem er í ferðinni er hægt að taka daginn rólega og njóta aðstöðunnar á hótelinu eða kanna umhverfið á eigin vegum. Markmið ferðarinnar er að njóta útivistar í góðum félagsskap á fallegum slóðum og upplifa fagurt landslagið með öllum skilningarvitum.

8 dagar | 7 nætur í Montecatini Terme



Gönguferðirnar

Farið verður í skipulagðar gönguferðir með staðarleiðsögumanni en íslenski fararstjórinn verður að sjálfsgöðu með í för. Hér fyrir neðan eru dæmi um mögulegar dagleiðir en teknar verða ákvarðanir um leiðirnar með skömmum fyrirvara eftir veðri og öðrum aðstæðum. Hvaða dag sem er geta farþegar valið að fara styttri leiðir á eigin vegum eða taka það rólega á hótelinu og njóta þess sem nágreinnið hefur upp á að bjóða.

Undirbúningur

Mikilvægt er að þátttakendur séu í góðu gönguformi en besti undirbúningurinn er að ganga reglulega á fjöllum. Fyrir þá sem búa á höfuðborgarsvæðinu er gott að fara t.d. reglulega upp að Steini í Esjunni. Þeir sem búa fjær velja sér sitt staðarfall til að ganga á og sameina þar með undirbúning og útiveru. Því fylgir mikil ánægja að æfa fyrir gönguferð af þessu tagi og farþegar njóta sjálfrar ferðarinnar miklu betur ef þeir æfa og undirbúa sig vel fyrir ferðina. **Vinsamlegast athugið að ef þátttakendur hafa ekki þá getu sem nauðsynleg er fyrir göngur ferðarinnar getur fararstjórinn farið fram á að viðkomandi sleppi einhverjum degi/dögum. Í staðinn er hægt að nýta sér aðstöðu hótelsins eða fara í léttar gönguferðir á eigin vegum.**



18. júní | Flug til Mílanó

Brottför frá Keflavík kl. 09:50 en mæting í Leifstöð u.þ.b. 2,5 klst fyrir brottför. Lending í Mílanó kl. 16:00 að staðartíma. Frá flugvellinum í Mílanó eru um 350 km til Montecatini Terme. Bærinn Montecatini Terme er þekktastur fyrir að vera á jarðhitasvæði og telst einn stærsti heilsulindarbærinn á Ítalíu. Í bænum eru líka margir gosbrunnar sem eru sannkölluð meistaraverk.

19. júní | Lucca & hæðirnar í kring

Í dag uppgötvaðum við svokallaða Montecarlo svæði á hæðunum umhverfis gömlu virkisborgina Lucca. Svæðið er einkum frægt fyrir framleiðslu eðalhvítvína. Leið okkar liggur í gegnum skóglendi og vínekrur áður en við komum að 500 ára gömlu eikartré, litla þorpinu San Martino og heillandi bænum Montecarlo. Við snæðum dæmigerðan hádegisverð á sveitabæ og tökum því næst rútu til Lucca. Hún er helst þekkt sem gömul virkisborg en á 13. og 14. öld var hún ein af valdamestu borgum Evrópu. Mikilfenglegir virkisveggir hennar frá miðri 17. öld eru enn uppistandandi. Við röltum um þröngar götur gamla bæjarins, göngum uppi á hluta virkisveggjanna og njótum útsýnis yfir borgina

- ✓ Göngutími: u.þ.b. 3 klst.
- ✓ Hækkun/lækkun: u.þ.b. 200 m
- ✓ Erfiðleikastig: létt



20. júní | Chianti hérað & truffluleit



Ferð dagsins er upp í hinar fögru Chiantishire hæðir, fram hjá ólífulundum, víngörðum og gróskumiklu skóglendi. Frá hæðunum sést til Flórens og á björtum degi er jafnvel hægt að sjá Appennínafjöllin. Við komum til bæjarins Greve sem er einn af gimsteinum Chianti héraðsins. Þar er mælt með að heimsækja Falorni sem er margverðlaunaður handverks kjötframleiðandi sem selur vöru sína á aðaltorginu. Síðdegis bíður

okkar alveg sérstök upplifun þegar við förum í skógarferð að leita að trufflum. Trufflur eru af ætt asksveppa, vaxa neðanjarðar og þykja mikið lostæti. Við fræðumst um trufflurnar og endum svo daginn á að smakka á staðbundnu víni og snarli á einstökum stað.

- ✓ Göngutími: u.þ.b. 4 klst.
- ✓ Hækkun/lækkun: u.þ.b. 350 m
- ✓ Erfiðleikastig: miðlungs

21. júní | Frídagur

Í dag slökum við á og njótum þess sem hótelið og nágrenni þess hefur upp á að bjóða. Hugguleg verönd er við hótelið og notalegt að slappa af í heilsulindinni og láta göngupreytu liðinna daga líða úr sér.



22. júní | Cinque Terre

Nú heimsækjum við Cinque Terre þorpin sem eru á heimsminjaskrá UNESCO sökum einstakra menningarminja. Við förum með rútu til La Spezia og þaðan áfram með lest til Vernazza sem er í Cinque Terre þjóðgarðinum. Þar göngum við af stað fram hjá ólífutrjám og stórkostlegu útsýni í áttina að bænum Corniglia sem er eini Cinque Terre bæjanna sem ekki er hægt að koma sjóleiðina að. Hér skoðum við okkur um og tökum því næst lest til að sjá annað fallett þorp, Manarola. Eftir að hafa slappað vel af og notið þess að vera á þessu dásamlega svæði förum við aftur með lest til La Spezia og því næst með rútu til Montecatini.



- ✓ Göngutími: u.þ.b. 2,5 klst.
- ✓ Hækkun/lækkun: u.þ.b. 400 m
- ✓ Erfiðleikastig: miðlungs- erfitt - langur dagur
- ✓ Göngustígarnir eru oft og tíðum þröngir og grýttir og stór hluti þeirra tröppur

23. júní | Flórens



Það eru fáar borgir sem komast í hálfkvisti við Flórens. Flórens er höfuðborg Toskanahéraðs og liggur á hásléttu rétt sunnan við Appenínafjöllin. Við göngum yfir Ponte Vecchio brúna og inn í San Nicolo hverfið sem er eitt það elsta í Flórens. Hér minnir margt enn á miðaldir, þökk sé fornum virkisveggjum frá 14. öld og þröngum strætum. Hér minnir margt á lítið Toskanarþorp. Áfram verður gengið um þröngar götur og í gegnum

Rósagarðinn upp að Piazzale Michelangelo torginu. Þar njótum við stórkostlegs útsýnis yfir borgina. Gönguferð okkar heldur áfram að San Miniato al Monte kirkjunni sem er falinn gimsteinn. Þaðan förum við að Porta Romana borgarhliðinu og endum að lokum gönguna í Oltrarno hverfinu. Þar er hægt að skoða hefðbundið handverk borgarinnar og einnig eru margir notalegir veitingastaðir og vínkjallarar þar sem hægt er að hvíla lúin bein. Síðdegis er frjálst til að skoða þessa frábæru borg á eigin vegum.

- ✓ Göngutími: u.þ.b. 3 klst.
- ✓ Vegalengd: 6-7 km
- ✓ Hækkun/lækkun: u.þ.b. 150 m
- ✓ Erfiðleikastig: létt til miðlungs

24. júní | Ólífulundir, olíumyllur & Montecatini Alto

Í dag göngum við skemmtilega hringleið sem hefst í þorpinu Massa. Á þessari þægilegu göngu verður farið eftir fornum rómverskum vegi að miðaldaþorpinu Cozzile og á leiðinni gefst færi á að sjá einstakan byggingarstíl Santuario di Croci helgidómsins og hrífandi landslag ólífulunda, skóga og vínakra. Við munum stoppa á leiðinni við hefðbundna ólífuolíumyllu þar sem við fáum að



smakka á afurðum svæðisins. Eftir hádegi munum við svo taka kláf upp í gamla miðaldaþorpið Montecatini Alto.

- ✓ Göngutími: u.þ.b. 4 klst.
- ✓ Hækkun/lækkun: u.þ.b. 290 m
- ✓ Erfiðleikastig: létt til miðlungs

25. júní | Heimferð frá Mílanó

Nú er komið að heimferð eftir góða göngudaga. Við leggjum snemma af stað út á flugvöll í Mílanó og flogið verður heim kl. 17:00. Lending á Íslandi kl. 19:15 að staðartíma.

Hotel Adua

Gist verður allar næturnar á Hotel Adua í miðlægum en þó rólegum hluta Montecatini Terme, í um 10 mínútna göngufjarlægð frá lestarstöðinni. Öll herbergin eru með hárpurrku, sjónvarpi, öryggishólfi, loftkælingu, míníbar og ókeypis þráðlausri nettengingu. Á hótelinu er veitingastaður, bar og setustofa ásamt friðsælum garði og verönd. Einnig er heilsulind með innisundlaug, gufubaði og hvíldarsvæði. Í heilsulindinni er hægt að bóka ýmsar tegundir af meðferðum gegn gjaldi.



Verð:

349.900 kr. á mann í tvíbýli | 24.900 kr. aukagjald fyrir einbýli.

Innifalið:

- ✓ Flug með Icelandair og flugvallarskattar.
- ✓ Ferðir á milli flugvallarins í Mílanó og hótelsins.
- ✓ Gisting í tveggja manna herbergi með baði.
- ✓ Morgunverðarhlaðborð.
- ✓ Fjögurra rétta kvöldverður með salatbar öll kvöld.
- ✓ Vínsmökkun og létt snarl í Lucca.
- ✓ Trufflusveppaleit ásamt vínsmökkun og léttu snarli.
- ✓ Kláfur upp og niður á Montecatini Alto.
- ✓ Heimsókn að olíumyllu ásamt léttu snarli.
- ✓ Lestir Cinque Terre daginn.
- ✓ Göngudagskrá.
- ✓ Leiðsögn staðarleiðsögumanns í gönguferðum.
- ✓ Íslensk fararstjórn.



Ekki innifalið

- ✓ Aðgangseyrir inn á söfn, hallir og kirkjur.
- ✓ Kláfar eða stólalyftur upp á fjöll að undanskildum undir innifalið.
- ✓ Hádegisverðir.
- ✓ Þjóf fé.
- ✓ Ferða- og forfallatryggingar.

