GIRO DELLA TOSCANA

HUNGRY CYCLIST

HUNGRY CYCLIST

REISGIDS
7-DAAGSE FIETSREIS
14 TOT 20 SEPTEMBER 2025

Inleiding

Beste Hungry Cyclist gast,

Over vier weken is het zover: jouw Giro della Toscana fietsreis!
Wij kunnen niet wachten om samen met jou door de prachtige regio's van Toscane te fietsen.

Deze reis draait om meer dan alleen fietsen —het is een perfecte mix van sportieve uitdaging en ontspannen genieten. Je ontdekt de veelzijdigheid van het Toscaanse landschap en proeft de diversiteit en de rijke smaken van de lokale keuken.
Hier gaat het niet alleen om de bestemming, maar vooral om de belevenis onderweg.
In deze reisbeschrijving nemen we je alvast mee in het programma. We verklappen nog niet alles—sommige verrassingen bewaren we voor onderweg—maar genoeg om de voorpret te laten beginnen.

Heb je na het lezen nog vragen? Laat het ons weten, we helpen je graag verder.

Met sportieve en smakelijke groet,

Ken & Mark

Inhoudsopgave

Voorbereidende informatie

Van start tot finish in het kort 5
Communicatie 6
Fietsen 7
Routes | Bevoorrading | Stops onderweg | Materiaal | Ondersteuning | Veiligheid
Eten & Drinken 11
Maaltijden | Drinken | Dieetwensen
Slapen 13
In- en uitchecken | Zwembad | Fietsenstalling | Extra uitgaven

Routeboek

Info Dag 1 17
Info Dag 2 20
Info Dag 3 24
Info Dag 4 28
Info Dag 5 32
Info Dag 6 36
Info Dag 7 40

PAKLIJST 42

VOORBEREIDENDE INFORMATIE

HUNGRY CYCLIST

— *Van start tot finish in het kort*

7 daagse rondreis met 7 gasten
Begeleiding door Ken & Mark
Start- en eindpunt **station Siena**
***

6 dagen fietsen
Dagelijks keuze uit **diverse afstanden**
Routes beschikbaar op **GPX**
Vrijblijvende begeleiding door Hungry Cyclist kopman op de fiets
Sportvoeding en sportdrinken voorzien
Volgwagen in de buurt
***

Ontbijt – **Lunch** – **Diner** inbegrepen
Authentieke en lokale keuken
***
6 overnachtingen in **4 accommodaties**

Dagschema in vogelvlucht
8.30 uur Ontbijt | 9.30 uur vertrek op de fiets |
Lunch tussen 12.00 & 14.00 uur |
Aankomst accommodatie tussen 15.00 & 17.00 uur |
19.30 uur Dagelijks diner inclusief briefing volgende dag

Communicatie

Enkele dagen voor vertrek maken we een WhatsApp-groep aan waarin we vóór en tijdens de reis belangrijke informatie en updates delen.

Tijdens de hele fietsreis zijn Ken & Mark jouw vaste aanspreekpunten en zorgen we ervoor dat je zorgeloos kunt genieten.

Overdag fietst altijd of Ken of Mark mee en de ander rijdt met de volgwagen, zodat er altijd ondersteuning dichtbij is.

‘s Avonds schuiven Ken en/of Mark aan bij het diner en geven we tijdens een korte briefing alle informatie over de volgende dag.

Heb je ons nodig en zijn we niet in de buurt? Geen zorgen, je kunt ons altijd bereiken op de onderstaande telefoonnummers. Ook het lokale noodnummer vind je hieronder.

We raden je aan om deze nummers alvast in je telefoon op te slaan.

Contactgegevens

Kopman Ken	| + 32 486 89 38 90 | ken@hungrycyclist.cc
Kopman Mark	| + 31 6 228 000 59 | mark@hungrycyclist.cc
Noodnummer	| 112

— *Fietsen*

Tijdens deze reis maken we een lus door de veelzijdige landschappen van Toscane. We rijden door de wijngaarden van beroemde wijnstreken zoals Chianti, Brunello en Montepulciano. In de Crete Senesi volgen we de slingerende wegen over de heuvels en in de Val d' Orcia heerst een rust die uitnodigt om het tempo te verlagen en volop te genieten van het moment.

De routes bevatten geen extreme beklimmingen, maar hoogtemeters zijn onvermijdelijk – en elke klim wordt beloond met een uitzicht dat de moeite waard is.

Hungry Cyclist heeft gezorgd voor een mooie mix van verschillende soorten wegen: overwegend goed asfalt, afgewisseld met stukken strade bianche die prima te doen zijn op een racefiets.

We kiezen vooral rustige binnenwegen. Alleen wanneer het niet anders kan, rijden we een kort stukje over een hoofdweg – en dat beperken we tot een minimum.

Fietsen

Dagelijkse routes & briefing

Elke dag kies je uit drie afstanden: 50 km (M), 75 km (L) of 100 km (XL). Zo bepaal je zelf hoe uitdagend jouw rit wordt
Tijdens het diner blikken we vooruit op de volgende dag. We vertellen over mogelijke shortcuts, mooie tussenstops en andere praktische tips. Ook hoor je het vertrektijdstip, waar we lunchen en welke bijzonderheden je onderweg kunt verwachten.

Meefietsen met de Kopmannen
Elke ochtend vertrekken Ken of Mark op een vooraf gecommuniceerd tijdstip voor de L-route. Je kunt hierbij aansluiten en samen met Hungry Cyclist op pad gaan. Liever je eigen tempo of een andere afstand? Dat kan natuurlijk – flexibiliteit staat bij ons altijd voorop, kies vooral wat het best bij jou past.

GPX-bestanden
Voor vertrek ontvang je alle routes als GPX-bestand. Laad ze alvast op je navigatiesysteem, zodat je onderweg altijd precies weet waar je bent en welke afslag je moet nemen.

Bevoorrading (voor) onderweg

Elke dag zorgt Hungry Cyclist voor een basis aan sportvoeding, zodat je altijd goed kunt bijtanken. Bij de start – en onderweg bij de volgwagen – kun je je bidon vullen met isotone sportdrank, rijk aan koolhydraten. Ook zijn er elektrolytentabletten beschikbaar, ideaal bij warm weer of veel vochtverlies. Voor extra energie onderweg wisselen we af tussen energierepen en vers fruit.

S*tops onderweg*

Lunch
De lunch wordt elke dag verzorgd door Hungry Cyclist. De exacte locatie en invulling hoor je tijdens de briefing op de avond ervoor.

Andere stops
Zin in een kop koffie, een dolce of een verfrissende gelato? Maak gerust een extra pauze onderweg. We tippen je graag onze favoriete lokale adresjes waar je even kunt neerstrijken en genieten.

Fietsen

Materiaal

Eigen Fiets
De routes zijn geschikt voor verschillende bandenmaten, maar voor extra comfort op de onverharde stukken raden we bij een racefiets minimaal 28 mm banden aan. Neem zelf twee reservebanden en reparatiemateriaal mee, zodat je bij een lekke band direct kunt doorrijden.

Voor soepel klimmen in de Toscaanse heuvels adviseren we een cassette van 11/32 of 11/34.

BELANGRIJK: Zorg ervoor dat jouw fiets in topconditie is vóór vertrek. Controleer banden, ketting, cassette en remmen, zodat je onderweg niet voor verrassingen komt te staan.

Huurfiets
Onze huurfietsen zijn uitgerust voor zorgeloos fietsplezier: met minimaal 28 mm banden, een cassette van 11/32 of 11/34, en inclusief twee reservebanden en reparatiemateriaal.

Gebruik je klikpedalen? Neem dan je eigen pedalen en fietsschoenen mee, zodat je comfortabel rijdt op vertrouwd materiaal.

Fietsen

Mechanische & fysieke ondersteuning

Pech kan altijd gebeuren – daarom zijn wij goed voorbereid. Probeer bij materiaalpech eerst zelf het probleem te verhelpen. Lukt dat niet, of krijg je te maken met fysiek ongemak? Bel dan Ken of Mark; wij staan klaar om te helpen. In de volgwagen is altijd een EHBO-kit aanwezig voor eerste zorg, en als het echt niet meer gaat, fungeert de volgwagen als bezemwagen om je veilig terug te brengen.

Na afloop van de rit kun je je fiets schoonmaken of klein onderhoud uitvoeren. Wij zorgen voor alle benodigde materialen.

Veiligheid voor alles

Jouw veiligheid staat altijd voorop. Het dragen van een helm is verplicht. Neem ook verlichting mee voor het geval je in de avonduren fietst of wanneer het weer daarom vraagt.
De verkeersregels in Italië zijn vergelijkbaar met die in België en Nederland. Gebruik je gezond verstand, wees alert en fiets veilig.

— *Eten & Drinken*

Bij Hungry Cyclist draait culinair genieten om meer dan alleen goed eten, we gaan op zoek naar de verhalen achter de gerechten.

Wat overdag langs de weg groeit zien we het liefst 's avonds op ons bord terug.

In Toscane betekent dat een gevarieerde keuken met diepe lokale wortels. Van verse, handgerolde pici pasta tot een verrukkelijke ribollita of pappa al pomodoro. We proeven romige pecorino's, de lekkerste olijfolie's uit eigen gaarden en natuurlijk staan klassiekers als tiramisu en bistecca alla Fiorentina op het menu.

Verheug je alvast op een krachtige Brunello di Montalcino of een Chianti Classico van het domein waar we overnachten.

Tijdens onze reis ontdekken we deze smaken in authentieke eetgelegenheden, waar traditie en gastvrijheid samenkomen.

Want voor ons is de lokale keuken niet alleen iets om te proeven, maar vooral ook om te beleven.
Elk gerecht vertelt een verhaal – en wij zorgen dat jij daar middenin zit.

Eten & Drinken

Maaltijden

Alle maaltijden zijn inbegrepen bij jouw reis.
Elke ochtend start je de dag met een uitgebreid ontbijt in de accommodatie waar we verblijven. De lunch is een smakelijke afwisseling tussen gezellige trattoria's, zonnige terrasjes en een sfeervolle picknick op een mooie plek langs de route.
's Avonds wisselen we diners in onze accommodaties af met maaltijden in zorgvuldig geselecteerde restaurants die de lokale keuken eren. Een diner bestaat meestal uit een aperitief, voorgerecht, hoofdgerecht en dessert – al laten we ons soms graag verrassen.

Drinken

Bij de maaltijden zijn de volgende dranken inbegrepen:
water, frisdrank, bier of een halve fles lokale wijn per persoon.
Na het diner sluiten we af met een kop koffie of thee.

Zin in iets extra's of een speciaal drankje buiten de maaltijden? Dat kan natuurlijk altijd – deze worden dan apart afgerekend.

Dieetwensen

We willen dat iedereen zorgeloos kan genieten van de reis – ook aan tafel.
Heb je een allergie of specifieke dieetwensen? Laat het ons vooraf weten, dan zorgen wij dat er altijd passende en smaakvolle opties voor je klaarstaan.

— *Slapen*

Tijdens de Hungry Cyclist-fietsreizen verblijven we niet in standaard hotels, maar in kleinschalige, idyllisch gelegen agriturismo's, fattoria's of boetiekhotels.

Zo ook tijdens onze reis door Toscane: elk verblijf is uniek en voelt als een thuis ver van huis.

Onze accommodaties bieden alle comfort en volop ruimte om te ontspannen – zowel binnen als buiten.

We overnachten tussen de wijngaarden en olijfbomen, met uitzicht op de glooiende heuvels, de Monte Amiata of de contouren van Siena aan de horizon.

Of je de dag nu afsluit op een sfeervol terras, wegdroomt met een boek aan het zwembad of je terugtrekt in de stilte van je kamer: hier vind je alle ruimte om op te laden.

Slapen

Zwembad

Alle accommodaties beschikken over een zwembad met ligbedden – de perfecte plek om na een dag fietsen te ontspannen. Neem een verfrissende duik, laat de zon je spieren verwarmen of geniet gewoon van het uitzicht over het Toscaanse landschap.

Fietsenstalling

Niet elke accommodatie heeft een officiële fietsenstalling, maar we zorgen er altijd voor dat je fiets veilig staat. Of dat nu in een afgesloten ruimte is of op een speciaal door ons gereserveerde plek, je hoeft je geen zorgen te maken.

Extra uitgaven

Overnachtingen, ontbijt, diner en drankjes tijdens de maaltijden zijn inbegrepen in de reissom. Eventuele extra's, zoals drankjes buiten de maaltijden of aanvullende diensten – zijn voor eigen rekening.

Inchecken en uitchecken
Wij regelen vooraf de check-in, zodat je kamer bij aankomst vanaf 15.00 uur klaarstaat. Bij aankomst haal je eenvoudig de sleutel op bij de receptie, terwijl wij zorgen dat je bagage al op de kamer is. Uitchecken is net zo eenvoudig: lever je sleutel in bij de receptie en reken eventuele extra kosten af.

ROUTEBOEK

HUNGRY CYCLIST

Info aankomst Siena

Om 14.00 uur wachten wij jou persoonlijk als gast van Hungry Cyclist op bij het station van Siena.
Het adres van het station is: **Piazzale Carlo Rosselli, Siena**

De treinen afkomstig vanuit Florence en Pisa stoppen hier regelmatig.
Kom je vanuit het centrum van Siena, dan is het station eenvoudig te bereiken via de roltrappen die het hoogteverschil overbruggen.

Het Hungry Cyclist-busje staat voor je klaar bij de taxistandplaats op het stationsplein, schuin tegenover de hoofdingang van het station.

Parkeren auto

Kom je met de auto, dan kun je deze veilig parkeren in Parcheggio La Stazione, de parkeergarage direct onder het stationsplein. Deze garage heeft uitstekende reviews, is voorzien van 24/7 cameratoezicht en hanteert een tarief van € 2,00 per dag (tarief onder voorbehoud van wijzigingen). Via de trap sta je direct op het stationsplein. Let wel op de maximale inrijhoogte van 2,05 meter. Heb je fietsen op het dak? Dan is het verstandig deze eerst te verwijderen voordat je de garage inrijdt.

BELANGRIJK: voor wie met de auto komt en eigen fiets meeneemt: Bij het vervoer van fietsen op een fietsdrager is het in Italië verplicht om deze te voorzien van een rood wit gestreept markeringsbord van minimaal 50 x 50 centimeter.

Dag 1

Van: Canalicchio di Sopra
Naar: Canalicchio di Sopra
Afstanden: 35 km

'Benvenuto in Italia'

Bij het station van Siena heten we je als gast van Hungry Cyclist van harte welkom.

Heb je je eigen fiets mee? Dan bevestigen wij die ter plekke zorgvuldig op de fietsendrager van het Hungry Cyclist-busje. Alle materialen voor een veilige en stevige bevestiging zijn aanwezig.

Na de ontmoeting bij het station rijden we direct naar onze eerste accommodatie, prachtig gelegen op de flanken van de heuvel van Montalcino. Rond 15.00 uur arriveren we en kun je inchecken in jouw kamer.

Daarna heb je de keuze: lekker ontspannen bij de accommodatie, misschien een duik in het zwembad, of alvast de benen losrijden tijdens een eerste fietsrit. Deze korte tocht geeft je meteen een voorproefje van het Toscaanse landschap.

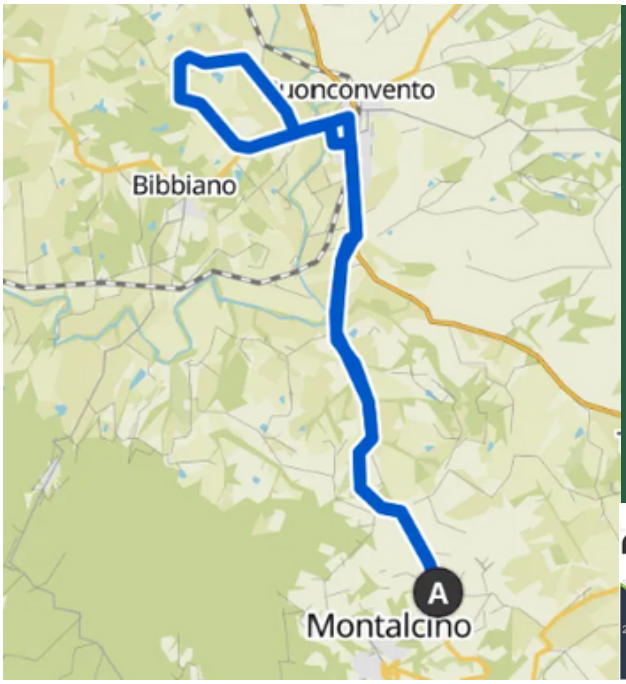
Voor gasten met een huurfiets worden de fietsen ter plekke door onze partner afgeleverd.

Rond 18.00 uur luiden we, onder het genot van een aperitief, de reis officieel in en maken we verder kennis met elkaar.

Voor het diner rijden we naar het charmante dorpje Sant'Angelo in Colle. Op het sfeervolle Piazza Castello, in een knusse lokale trattoria, genieten we van onze eerste Toscaanse maaltijd – een voorproefje van de culinaire verwennerij die ons de komende dagen te wachten staat.

Na terugkeer in de accommodatie sluiten we de dag af met de indrukken van onze eerste kennismaking met Toscane. Of, zoals ze hier zeggen: Buona notte!

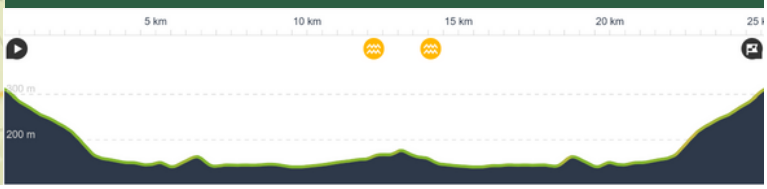
— *Dag 1*



Route info

Start : Canalicchio di Sopra
Finish : Canalicchio di Sopra

Afstand | 25 km
Hoogtemeters | 270
Onverhard | 16%



Toscane weetjes

'La mano al borsa'

Italianen hebben niet alleen een prachtig rijke taal in woorden, maar ook het gebruik van hun handen spreekt boekdelen. 'La mano a borsa' is het meest gekende handgebaar gebruikt door de Italianen, waarbij ze al hun vingertoppen samenbrengen. De betekenis hierachter is dat ze aan hun gesprekspersoon vertellen dat ze de kern van hun verhaal moeten samenvatten. Met andere woorden zeggen ze dus 'Wat wil je nou?'.

'No bene'

Dat krijg je te horen als je nietsvermoedend na 11.00 uur een cappuccino bestelt in Italië.
Italianen zullen na een zware maaltijd, een hete drank nemen om de maaltijd sneller te laten verteren. Maar als er melk bij deze drank zit, wordt dat proces net vertraagd en ligt je eten extra zwaar op de maag. Bij voorkeur drinken de Italianen hun cappuccino voor het ontbijt.

Dag 2

Van: Canalicchio di Sopra
Naar: Canalicchio di Sopra
Afstanden: 65 - 75 - 95 km

Vandaag is het vanaf de start meteen klimmen geblazen. De geleidelijke klim richting Montalcino is absoluut de moeite waard, niet alleen vanwege het heerlijke fietsritme, maar ook vanwege de steeds weidser wordende vergezichten. Na Montalcino slingert de route als het ware om de heuvel heen, over schitterende stroken strade bianche waar het verkeer vrijwel afwezig is. Je zal snel merken waarom het event 'Eroica Montalcino', dat hier gereden wordt, is uitgegroeid tot een van de populairste evenementen in Toscane.

Het is een grote rondrit vol afwisseling: het stille achterland van Montalcino, de glooiende uitlopers van de Crete Senesi en af en toe een passage door een charmant dorpje waar de tijd lijkt stil te staan.

— *Dag 2*

Van: Canalicchio di Sopra
Naar: Canalicchio di Sopra
Afstanden: 65 - 75 - 95 km

Halverwege wacht op een mooie plek een smakelijke picknick, met lokale lekkernijen.

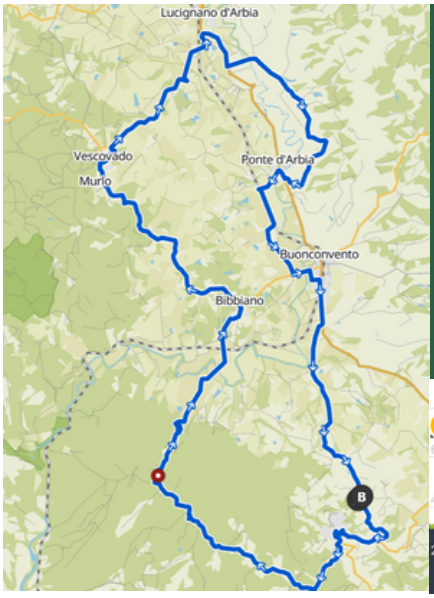
Perfect om de energievoorraad aan te vullen voor het tweede deel van de rit.

Aan het einde van de dag is het zwembad bij Canalicchio di Sopra een waar voorrecht: ontspannen in het koele water, omringd door hun eigen Brunello-wijngaarden en olijfbomen.

’s Avonds keren we terug naar Montalcino om in het stadje opnieuw te genieten van de Toscaanse keuken – een perfecte afsluiting van een dag vol iconische, stoffige wegen en onvergetelijke uitzichten.

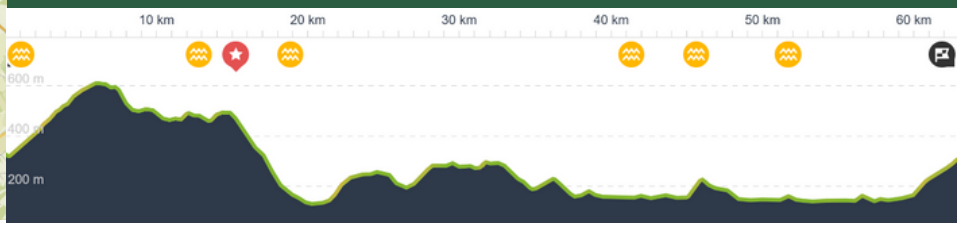
Dag 2

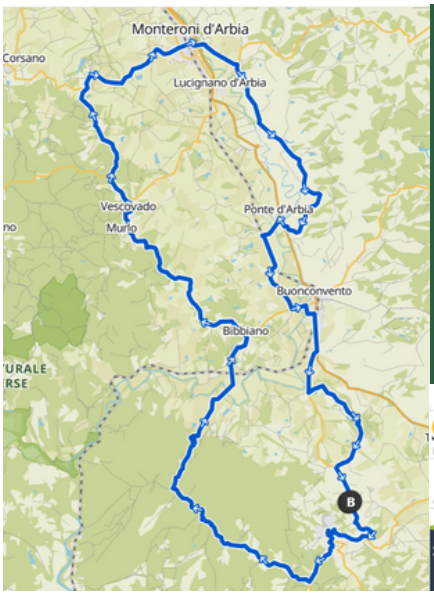
GIRO DELLA TOSCANA



Start : Canalicchio di Sopra
Finish : Canalicchio di Sopra

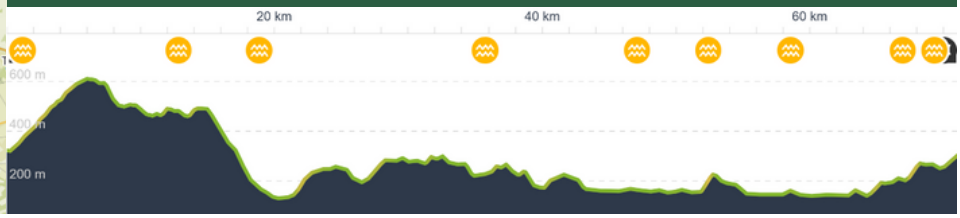
Afstand | 65 km
Hoogtemeters | 1.010
Onverhard | 31%

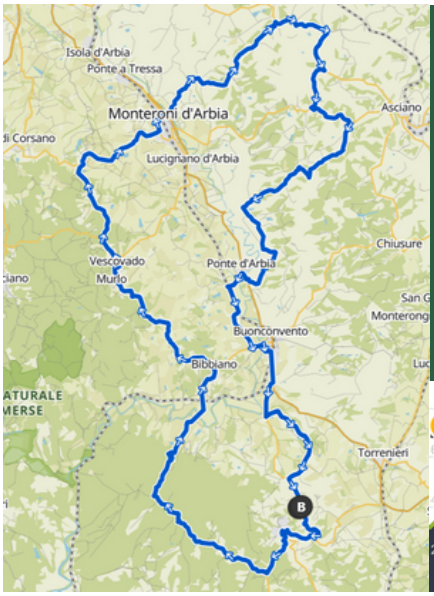




Start : Canalicchio di Sopra
Finish : Canalicchio di Sopra

Afstand | 75 km
Hoogtemeters | 1.120
Onverhard | 35%





Start : Canalicchio di Sopra
Finish : Canalicchio di Sopra

Afstand | 95 km
Hoogtemeters | 1.680
Onverhard | 35%

— *Toscane weetjes*

Fietsen	**Ciclismo**
Mijn fiets	La mia bicicletta
Het voorwiel	La ruota anteriore
Het achterwiel	La ruota posteriore
De ketting	La catena
Versnelling	Il cambio
Remmen	Frenare
Lekke band	La gomma
Fietspomp	Pompa da bicicletta
De fietsenmaker	il mecanico bicicletta
Repareren	Riparare
Fiets is kapot	La bicicletta è rotta
Linksaf	a sinistra
Rechtsaf	diritto
Rechtdoor	avanti dritto
Wat is het hier mooi!	Com'è bello qui!
Wel steil hier zeg!	Beh, lo stile qui dice!
Mag ik naar het toilet?	Posso andare in bagno?
Ik ben kapot!	Sono tutti fucked up!

— *Dag 3*

Van: Canalicchio di Sopra
Naar: Locanda in Tuscany
Afstanden: 50 - 75 - 100

Vandaag verlaten we ons verblijf aan de flanken van de heuvel van Montalcino. Op de fiets werp je nog één keer een blik op de imposante vestigingsmuren van dit 16e-eeuwse heuveldorp, voordat je door de beroemde Brunello-wijngaarden de Val d'Orcia in rijdt.

De panorama's van gouden tarwevelden zijn indrukwekkend – niet voor niets is de Val d'Orcia sinds 2004 erkend als UNESCO-werelderfgoed. Terwijl je vooruitkijkt over de glooiende Toscaanse heuvels, blijft de uitgebluste vulkaan Monte Amiata, met zijn 1.740 meter hoogte continue in beeld.

De route leidt langs het stadje Pienza en langs filmwaardige panorama's die o.a. dienden als decor voor scènes uit de Gladiator film.

Rond het middaguur stoppen we bij een biologische pasta boerderij die al sinds 1992 hun eigen granen verbouwt.

Hier maken ze verse pasta's volgens het echte farm-to-table principe.

Een heerlijke, voedzame lunch die garant staat voor nieuwe energie voor de laatste kilometers van de dag.

Dag 3

Van: Canalicchio di Sopra
Naar: Locanda in Tuscany
Afstanden: 50 - 75 - 100

Aan het einde van de etappe wacht ons een bijzonder verblijf nabij Gallina: Locanda in Tuscany.

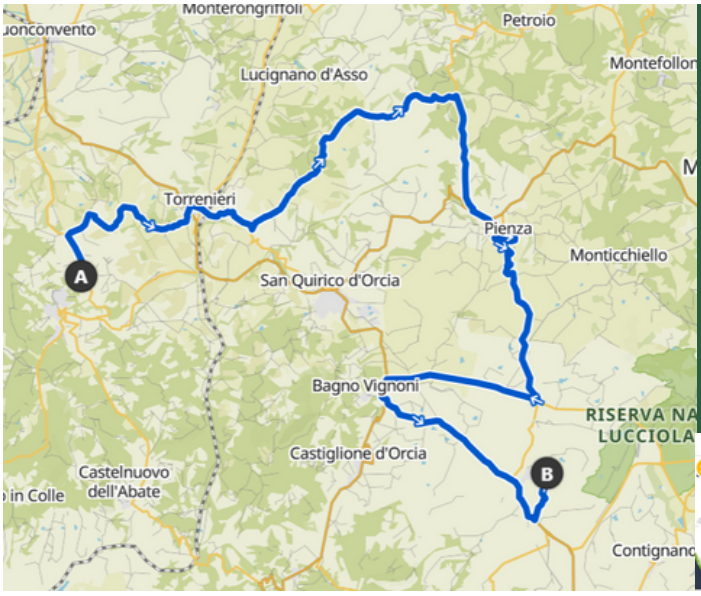
Deze voormalige boerderij is omgetoverd tot een kleinschalig boetiekhotel, volledig vrij gelegen in het landschap en ver weg van drukte en verkeer.

Hier ben je letterlijk 360 graden omringd door het adembenemende decor van de Val d'Orcia.
Vanaf het zwembad heb je een uitzicht dat je niet snel zult vergeten: de vallei aan je voeten en de Monte Amiata aan de horizon.

's Avonds genieten we hier ter plekke van een diner met lokale producten en wijnen, een waardige afsluiting van de dag.

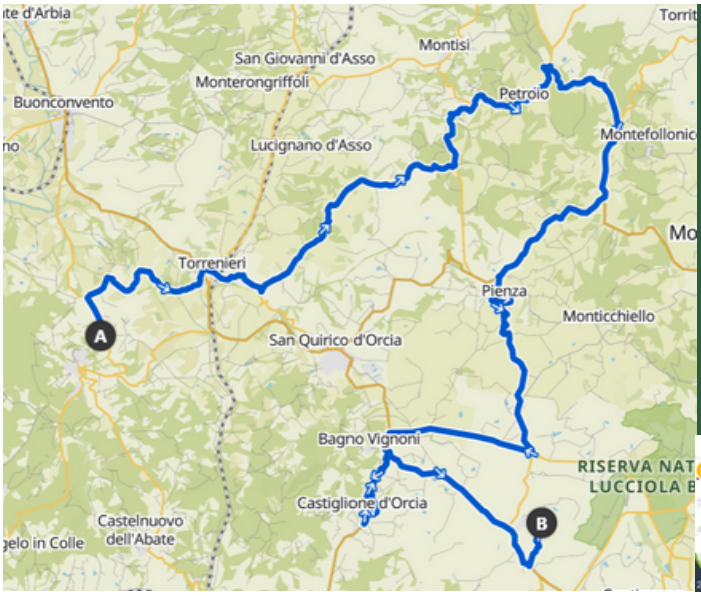
Dag 3

GIRO DELLA TOSCANA



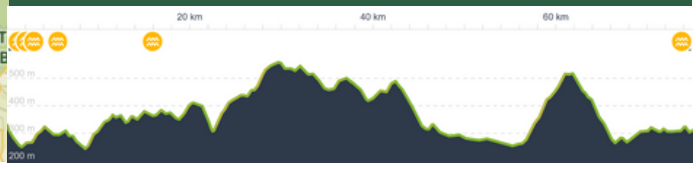
Start : Canalicchio di Sopra
Finish : Locanda in Tuscany

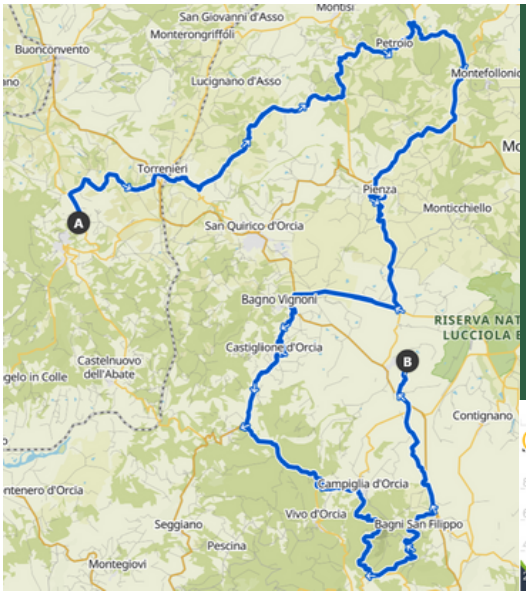
Afstand | 50 km
Hoogtemeters | 680
Onverhard | 31%



Start : Canalicchio di Sopra
Finish : Locanda in Tuscany

Afstand | 75 km
Hoogtemeters | 1.180
Onverhard | 24%





Start : Canalicchio di Sopra
Finish : Locanda in Tuscany

Afstand | 100 km
Hoogtemeters | 1.730
Onverhard | 19%

Toscane weetjes

'Peccato mortale culinario'

In mei 2022 reed Mathieu van der Poel voor het eerst de Giro en veroverde direct op de eerste dag de roze trui. En daags erna verdedigde hij deze met verve. Hij kon niet meer stuk bij de wieler gekke Italianen. Totdat…… er op social media een video opdook van Van der Poel die een bord pasta eet. De kopman bedenkt zich geen moment, pakt de fles ketchup en spuit 'm zo goed als leeg over zijn bord spaghetti. Je zou er in Italië haast de doodstraf voor krijgen, net als spaghetti carbonara met room.

Eten	Mangiare
Tafel	Il tavolo
Het bord	Il piatto
De vork	La forchetta
Het mes	Il coltello
De lepel	Il cucchiaio
Peper & zout	Pepe e sale
Brood	Pane
Olijfolie	Olio d'oliva
Ober	Cameriere
Plat water	Acqua non frizzante
Bruisend water	Acqua frizzante
Het smaakt heerlijk!	Il sapore è delizioso!
Compliment aan de chef	Complimenti allo chef!
Ik zit vol	Ho mangiato a sufficienza!
De rekening s.v.p.	Il conto per favore

— *Dag 4*

Van: Locanda in Tuscany
Naar: Locanda in Tuscany
Afstanden: 65 - 80 - 100

Vandaag rijden we vanuit de Val d'Orcia richting Montepulciano, tot aan de oostelijke grens van Toscane.

Na de eerste kilometers door het weidse landschap van de Val d'Orcia te hebben rijden we via een prachtige grint strook richting Pienza. Het is een prachtig zicht om trap voor trap het charmante stadje Pienza steeds dichterbij te zien komen.

Na een afdaling klimmen we gestaag richting Monticchiello en vlak voor dit dorpje buigen we rechtsaf, de prachtige maar pittige beklimming van de Poggio Piano op. Deze klim van ruim drie kilometer telt meerdere haarspeldbochten en trakteert ons eenmaal boven op een panoramisch uitzicht over de hele vallei.

Via glooiende wegen vervolgen we de route naar Montepulciano. Al van ver is het stadje zichtbaar: trots en majestueus op een heuveltop, omringd door uitgestrekte wijngaarden waar de beroemde Vino Nobile di Montepulciano wordt gemaakt.

In de buurt van Montepulciano wacht ons een picknick bij een pecorino kaasboerderij. In de mand: een zorgvuldig samengestelde selectie van verse pecorino's, geserveerd in de tuin met uitzicht op het stadje en de omliggende wijnranken – een feest voor al je zintuigen.

Dag 4

Van: Locanda in Tuscany
Naar: Locanda in Tuscany
Afstanden: 65 - 80 - 100

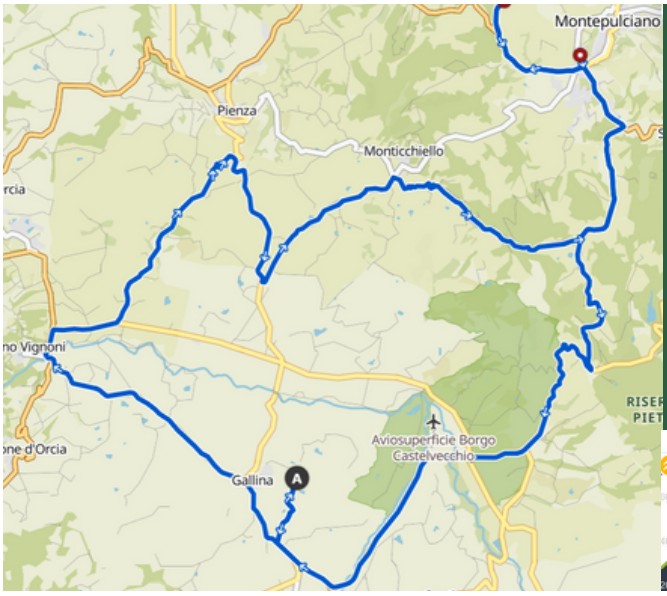
Net als op de andere dagen is er ook vandaag keuze uit verschillende afstanden. Zowel vóór als na de lunch kun je beslissen welke route je wilt rijden.

Uiteraard denken wij graag mee als er wensen zijn rondom de samenstelling van de route of de invulling van de dag. Mocht er gedurende de week behoefte zijn aan een rustmoment – of juist aan de combinatie van een korte route met extra ontspanning – dan bespreken we graag de mogelijkheden.

Voordat we vanavond aan tafel gaan, starten we met een heerlijk aperitief in de tuin en proosten we, met onze blik over de Val d'Orcia en de ondergaande zon.

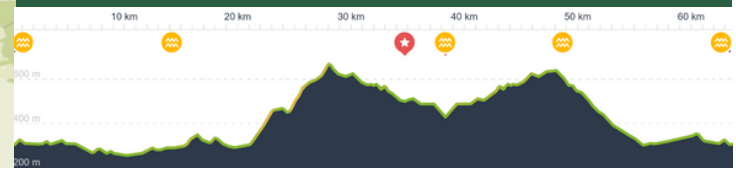
Dag 4

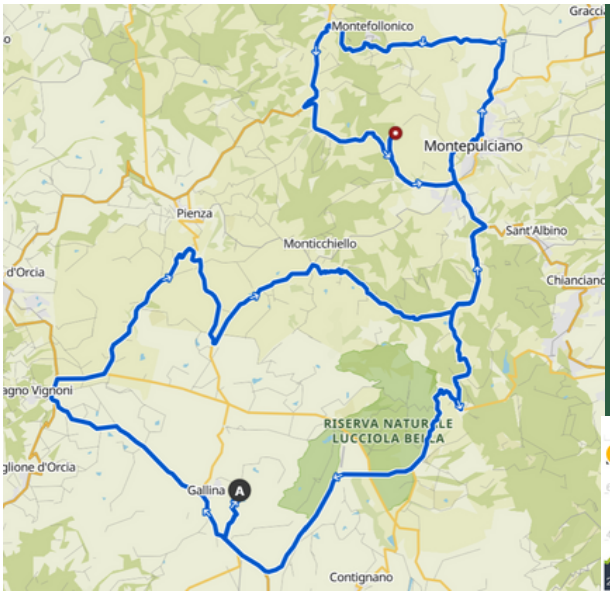
GIRO DELLA TOSCANA



Start : Locanda in Tuscany
Finish : Locanda in Tuscany

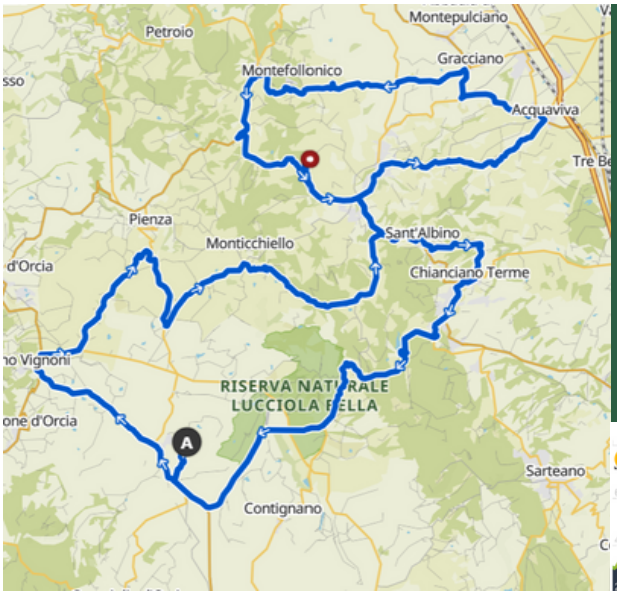
Afstand | 65 km
Hoogtemeters | 1.000
Onverhard | 23%





Start : Locanda in Tuscany
Finish : Locanda in Tuscany

Afstand | 80 km
Hoogtemeters | 1.350
Onverhard | 18%



Start : Locanda in Tuscany
Finish : Locanda in Tuscany

Afstand | 100 km
Hoogtemeters | 1.690
Onverhard | 11%

— *Toscane weetjes*

Slapen	Dormire
De kamer	Il tavolo
De kamersleutel	La chiave della camera
De deur	La porta
De lift	L'ascensore
De trap	Le scale
De bagage	Il bagaglio
Het bed	Il piatto
De douche	La doccia
Het bad	Il bagno
Een handdoek	Un asciugamano
De lamp	La lampada
De televisie	La televisione
Roomservice	Servizio in camera
De nooduitgang	L'uscita di emergenza

'La vita è una combinazione di magia e pasta'
Deze uitspraak spreekt voor zich, Italianen kunnen niet zonder hun pasta (en wij ook niet). Nergens kan je lekkerdere pasta eten dan in Italië. Maar hoe eet je nu spaghetti op de juiste manier? Gebruik je je vork en lepel? Of juist je vork en mes? Beiden zijn fout volgens de Italianen! Ze kijken je dan ook erg raar aan wanneer je je bord spaghetti in stukken begint te snijden en vervolgens opeet met je lepel. De gouden Italiaanse regel geldt hier: gebruik enkel je vork. Na wat oefenen draai jij als een echte Italiaan zo die slierten op je vork!

— *Dag 5*

Van: Locanda in Tuscany
Naar: Fattoria di Corsignano
Afstanden: 80 - 100 km

Vandaag staat de oversteek-etappe op het programma. Dwars door Toscane rijden we noordwaarts, vanuit de Val d'Orcia richting de Chianti-regio. De route buigt om Siena heen en trakteert ons op een enorme diversiteit aan landschappen.

De lange route voert ons langs enkele hoogtepunten, zoals de fotogenieke agriturismo Baccoleno – beroemd van talloze reismagazinecovers – en het tijdloze dorpje Chiusure, waar het leven nog altijd in een rustig tempo lijkt te verlopen.

Tussen Asciano en Taverna d'Arbia fietsen we over een weg die soms het gevoel geeft alsof je over een bergkam rijdt: zacht klimmend en dalend, met aan beide zijden adembenemende uitzichten. Naarmate we dichter bij onze eindbestemming komen, verschijnen de eerste contouren van de Chianti-streek aan de horizon.

Dag 5

Van: Locanda in Tuscany
Naar: Fattoria di Corsignano
Afstanden: 80 - 100 km

Ons verblijf voor de komende nacht ligt letterlijk te midden van een wijn- en olijfbomengaard. Een prachtig domein, waar je tussen de wijnranken kunt wandelen en een schitterend uitzicht hebt op de skyline van Siena. De Torre del Mangia, de 102 meter hoge toren van het stadhuis op de Piazza del Campo, steekt trots boven de stad uit en vormt een majestueus decor voor onze aankomst.

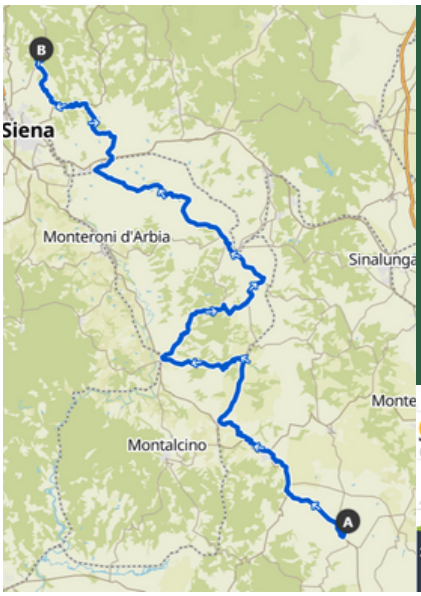
's Avonds schuiven we aan tafel aan in het restaurant van deze authentieke fattoria om wederom van een heerlijke Toscaanse maaltijd, met olijfolie en wijnen van eigen bodem, te genieten.

Dag 5

GIRO DELLA TOSCANA

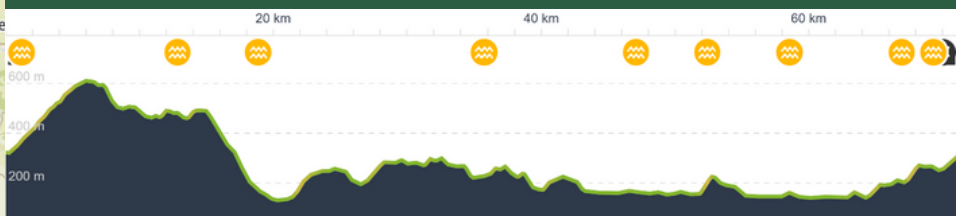
Start : Locanda in Tuscany
Finish : Fattoria di Corsignano

Afstand | 80 km
Hoogtemeters | 1.130
Onverhard | 13%



Start : Locanda in Tuscany
Finish : Fattoria di Corsignano

Afstand | 100 km
Hoogtemeters | 1.490
Onverhard | 16%



Toscane weetjes

'Buongiorno, ciao o salve'?

Buongiorno! Wie kent deze Italiaanse groet niet. Al sinds mensenheugenis begroeten Italianen elkaar wanneer ze een bar of winkel binnengaan met een uitbundig 'buongiorno'. Vanaf het einde van de middag zal deze 'goedemorgen' overgaan in een avondgroet met 'buona sera'. En wanneer gebruik je 'salve'? 'Salve' gebruik je vooral wanneer je iemand niet kent. Het is een meer formele begroeting en je kunt het op elk moment van de dag gebruiken.

Ken je iemand al wat langer, dan wordt 'ciao' gebruikt. 'Ciao' kun je gebruiken zowel bij het begroeten als bij het afscheid nemen. Wil je bij het afscheid een meer beleefde groet gebruiken, spreek dan iemand aan met 'arrivederci'.

Voor Italianen is een goede eerste indruk belangrijk. En wanneer je je bewust bent van de diverse mogelijkheden om iemand te begroeten, kun je een goed eerste contact leggen. Een Italiaan zal dit erg waarderen en met veel vriendelijkheid beantwoorden.

Tijd	Tempo
Goedemorgen	Buongiorno / ciao / salve
Goedemiddag/avond	Buona sera
Tot ziens	Arrivederci
De ochtend	La mattina
De middag	Il pomeriggio
De avond	La sera
De nacht	La notte
Hoe laat is het?	Che ora è?
Het is 3 uur	Sono le tre.
Het is half 3	Sono le due e mezza
Het is kwart voor 3	Sono le tre meno un quarto.
Het is kwart over 3	Sono le tre e un quarto.
Een, twee, drie	Uno, due, tre
Vier, vijf, zes	Quattro, cinque, sei
Zeven, acht, negen	Sette, otto, nove
Tien, elf, twaalf	Dieci, undici, dodici

— *Dag 6*

Van: Fattoria di Corsignano
Naar: Castello di Tornano
Afstanden: 60 - 80 - 95 km

Vandaag staat de Chianti op ons programma – een streek die veel meer is dan alleen een beroemde wijnregio. Het landschap is een schoolvoorbeeld van Toscane: zacht glooiende, groene heuvels, olijfbomen, statige cipressen en eindeloze wijngaarden. Dé perfecte omgeving om onze Toscane-ervaring fietsend af te sluiten.

De 'Gallo Nero' (zwarte haan) zullen we vandaag vaak tegenkomen. Hij is het symbool van de Chianti Classico en verwijst naar een historische legende… maar dat verhaal bewaren we voor de briefing.

Onderweg loont het de moeite om even te stoppen in Radda in Chianti, het fietshoofdstadje van de regio, waar de zwarte haan trots uitkijkt over de vallei.
Voor liefhebbers van de Eroica is een bezoek aan Casa Eroica in Gaiole in Chianti een must. In deze belevingsruimte met bijbehorende winkel duiken je in de geschiedenis van de beroemde retro-wielerwedstrijd.

Onze route voert ons ook langs het enige echte Eroica-café: Agribar Eroica Caffè, gelegen aan de voet van het kasteel van Brolio. Hier kunnen we de sfeer van de race opsnuiven en genieten van een lekkere lunch.

We verblijven de laatste nacht in het karaktervolle Castello di Tornano, een kasteel zoals het hoort: gelegen op een heuvel, omringd door bossen en wijngaarden, een paar kilometer buiten Gaiole in Chianti. En, met een zwembad in de slotgracht!

Dag 6

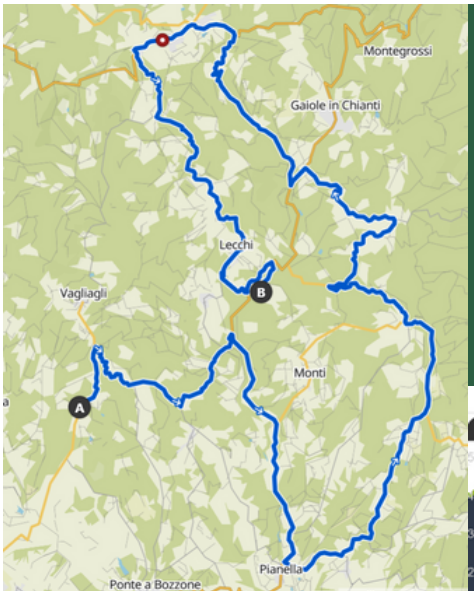
Van: Fattoria di Corsignano
Naar: Castello di Tornano
Afstanden: 60 - 80 - 95 km

Vanavond sluiten we onze reis culinair af met de pièce de résistance van de Toscaanse keuken. We verplaatsen ons naar Gaiole in Chianti, waar Ado en Alma ons verwelkomen in hun sfeervolle osteria.

Hun specialiteit? Heerlijke vleessoorten, met als absolute aanrader de bistecca alla Fiorentina, die zij op voortreffelijke wijze bereiden. Het is de perfecte plek om samen aan tafel terug te blikken op de afgelopen dagen op de fiets – verhalen te delen, te lachen, en de reis af te sluiten zoals het hoort: met goed gezelschap, voortreffelijk eten en een glas wijn in de hand.

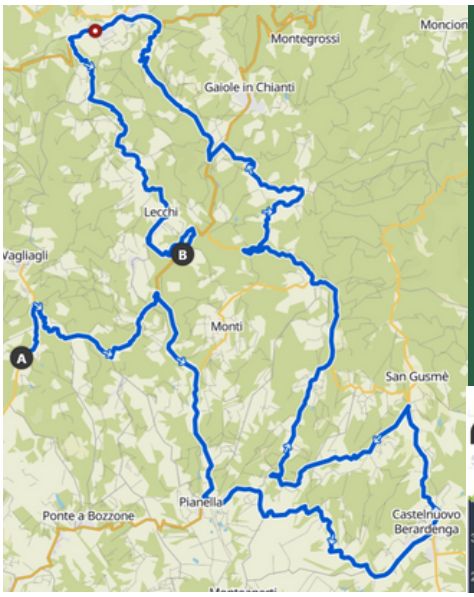
Dag 6

GIRO DELLA TOSCANA



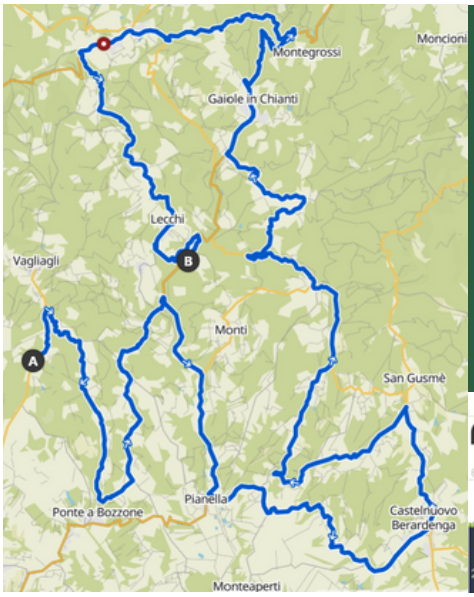
Start : Fattoria di Corsignano
Naar : Castello di Tornano

Afstand | 60 km
Hoogtemeters | 1.040
Onverhard | 11%



Start : Fattoria di Corsignano
Naar : Castello di Tornano

Afstand | 80 km
Hoogtemeters | 1.360
Onverhard | 8%



Start : Fattoria di Corsignano
Naar : Castello di Tornano

Afstand | 95 km
Hoogtemeters | 1.760
Onverhard | 6%

Toscane weetjes

Venerdì 17! Attenzione!

Italianen en bijgeloof zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Terwijl eenBelg of Nederlander op vrijdag de 13de liever thuis blijft, wordt in Italië het getal 13 juist gezien als geluksgetal. Menig voetballer hoopt op een nummer 13 op zijn shirt. Italianen blijven daarentegen angstvallig binnen op vrijdag de 17de.

Dat verklaart ook meteen waarom de Renault 17 in Italia R177 heet, en waarom de vliegtuigen van Alitalia geen stoelnummer 17 hebben. Het bijgeloof gaat soms zelfs zo ver dat in sommige straten huisnummer 17 wordt overgeslagen. Nummer 16 wordt dan gevolgd door 16a en daarna komt 18. Zo omzeil je het ongeluk!

Een Italiaan zal door ‘onheil af te wenden’ geen klopbeweging maken op een houten oppervlak (‘afkloppen’), maar juist ijzer aanraken ‘toccareferro’. Het ijzer zou verwijzen naar het traditionele hoefijzer dat als geluksvoorwerp werd gezien.

Dag 7

We hebben het er liever nog niet over, maar ook voor deze reis geldt er een moment dat de terugreis aan gaat breken.

Na het ontbijt pak je voor de laatste keer jouw spullen en maak je je gereed voor vertrek. Zonder haast.

Een laatste blik op de prachtige omgeving van de agriturismo, een laatste duik of een laatste wandeling door de omgeving kunnen zeker op het programma staan deze ochtend.

Transfer naar station Siena

Vanuit Castello di Tornano vertrekken wij rond 11.00 uur weer terug naar het station in Siena.

Uitgangspunt is om uiterlijk om 12.00 uur weer ter plekke te zijn. Je wordt op dezelfde plek weer afgezet als waar we jou hebben opgepikt.

Wanneer je nog een bezoek wilt brengen aan Siena dan is het centrum vanaf hier zeer goed bereikbaar middels enkele roltrappen die het hoogteverschil overbruggen.

Vanaf station Siena is er een directe treinverbinding naar Pisa en Florence (Firenze Santa Maria Novella). Informatie over de exacte treintijden en tarieven kan je vinden via https://www.trenitalia.com/

Reizen	| Viaggi
Het station	| La stazione
De trein	| Il treno
Kaartje kopen	| Acquista il biglietto
Perron 2	| Piattaforma 2
De bus	| L'autobus
Taxi	| Taxi
De luchthaven	| L'aeroporto
Het vliegtuig	| L'aereo
Op tijd	| Puntuale
Vertraging	| Ritardo
De tolweg	| La strada a pedaggio
Het centrum van Siena	| Il centro di Siena
De roltrappen	| Le scale mobili

PAKLIJST

HUNGRY CYCLIST

Paklijst

Onderstaand een paklijst om je alvast een beetje op weg te helpen :

- Paspoort
- Gegevens verzekering
- Fiets | bij eigen fiets
- Fietshelm
- Fietsschoenen
- Fietsbril
- Eigen klikpedalen wanneer gewenst
- Fietscomputer / navigatie
- Verlichting fiets
- 2 bidons (750ml)
- Binnenbanden, bandenlichters, fietspompje en/of CO2 patronen
- Inbussleutel
- Fietsslot
- Fietsoutfits mooi weer
- Fietsoutfit slecht weer
- Windstopper
- Zwemkleding, slippers
- Opladers | fietscomputer, oplader DI2 en gsm
- Zonnebrandcrème
- Muggenzalf/spray
- Vrijetijdskleding voor na het fietsen.

GIRO DELLA TOSCANA

Heb je nog vragen? Laat het ons zeker weten.

ken@hungrycyclist.cc | +32 486 89 38 90
mark@hungrycyclist.cc | + 31 6 228 000 59

HUNGRY CYCLIST
BUITENGEWOON GENIETEN
OP EN NAAST DE FIETS