

SENTIERI SUL MARE E BOSCHI DA ESPLORARE SULLA COSTA DEGLI ETRUSCHI

Sentieri panoramici, antichi borghi, boschi e testimonianze etrusche: dalla Macchia della Magona alla Buca delle Fate, un altro volto della Toscana da esplorare camminando



*Non solo spiagge e mare cristallino. La Costa degli Etruschi custodisce un patrimonio naturalistico e paesaggistico da vivere anche a piedi, lungo una rete di itinerari che attraversano colline, pinete, macchia mediterranea e antichi borghi, regalando panorami spettacolari e incontri sorprendenti con la storia del territorio. Un'esperienza adatta a tutti, dalle famiglie agli escursionisti più allenati, con il **Park Hotel Marinetta di Marina di Bibbona** come punto di partenza ideale per andare alla scoperta di questo angolo di Toscana.*

Quando si pensa alla Costa degli Etruschi, il primo pensiero corre inevitabilmente al mare. Le spiagge di Vada, Rosignano Marittimo, Cecina, Marina di Bibbona, Marina di Castagneto Carducci, San Vincenzo e Piombino sono da sempre una meta privilegiata per chi cerca una vacanza tra natura e relax. Ma basta allontanarsi di pochi chilometri dalla costa per scoprire **un paesaggio completamente diverso**, dove il blu del Tirreno lascia spazio al verde dei boschi, alle colline punteggiate di borghi e a una fitta rete di sentieri.

È proprio questa alternanza a rendere la Costa degli Etruschi particolarmente interessante per chi ama camminare. **Gli itinerari si snodano dal litorale all'entroterra**, passando attraverso pinete e macchia mediterranea, aree protette e siti archeologici, con percorsi di diversa lunghezza e difficoltà. La varietà è tale da permettere di scegliere ogni volta un'esperienza diversa: una passeggiata tranquilla in famiglia, un itinerario panoramico oppure un trekking più impegnativo.

Nei dintorni di **Castellina Marittima** sono numerosi i percorsi che permettono di alternare natura e testimonianze del passato. Tra questi, quello dei Poggi della Castellina conduce attraverso un paesaggio collinare caratterizzato da boschi e affioramenti rocciosi, fino a incontrare i **Sassi Bianchi**, formazioni calcaree dalle caratteristiche molto suggestive. Lungo il percorso si incontrano anche i resti di una vecchia fornace e di una cava, testimonianze delle attività che per secoli hanno segnato l'economia locale, fino ad arrivare all'Ecomuseo dell'Alabastro.

Poco distante, **Riparbella** offre altre possibilità per immergersi nella natura. Il **Giardino Scornabecchi** è invece una meta particolarmente adatta a chi vuole combinare trekking e divertimento, grazie alla presenza del Parco Avventura Giardino Sospeso. Anche i borghi di **Montescudaio** e **Guardistallo** sono ottimi punti di partenza per esplorare le colline della Costa degli Etruschi. I sentieri che li circondano alternano tratti più impegnativi a percorsi brevi e accessibili, con numerosi punti panoramici dai quali lo sguardo può spaziare sulla campagna toscana fino al mare.

Un'altra esperienza particolarmente suggestiva è quella del **Parco Costiero della Sterpaia**, dove il cosiddetto Itinerario poetico artistico accompagna il visitatore nel cuore del bosco. Una passeggiata che permette di conoscere alberi, fiori e piante della macchia mediterranea attraverso pannelli e illustrazioni, trasformando il cammino in un vero percorso di scoperta.

Più a sud, tra **Campiglia Marittima**, **Baratti** e **Populonia**, la natura incontra invece la storia più antica della costa. Qui si sviluppano itinerari come la Via del Ferro, la Via del Monastero, la Via della Romanella e la Via delle Cave del Parco Archeologico di Baratti e Populonia. **È proprio in questa zona che il trekking assume un fascino particolare:** Populonia fu infatti l'unica città etrusca affacciata direttamente sul mare e ancora oggi il territorio conserva importanti testimonianze della sua storia.

Tra i percorsi più suggestivi c'è quello che conduce alla **Buca delle Fate**, una piccola caletta rocciosa immersa nella macchia mediterranea. Il sentiero attraversa il bosco e passa vicino ad antiche tombe etrusche scavate nella roccia, prima di aprirsi improvvisamente sul mare. E anche il nome della Buca delle Fate nasconde una storia curiosa. **Secondo la leggenda, queste acque erano popolate da sirene che, con il loro canto, attiravano i pescatori senza lasciarli tornare a riva.** Un racconto che sembra perfettamente in sintonia con l'atmosfera quasi fiabesca della piccola baia.

A pochi chilometri dalle spiagge di Bibbona si trova uno dei luoghi più interessanti per gli amanti del trekking: la **Macchia della Magona**. Il complesso forestale si estende per circa 1.636 ettari e offre una rete di 16 sentieri per complessivi circa 50 chilometri, percorribili a piedi, a cavallo o in mountain bike. Il nome stesso racconta un pezzo di storia del territorio. **In epoca granducale, infatti, il bosco rappresentava una preziosa riserva di legname destinato anche alla fusione del ferro della Reale Magona di Cecina.** Ancora oggi, lungo alcuni sentieri, sono visibili i resti delle antiche carbonaie utilizzate per trasformare la legna in carbone.

La rete escursionistica attraversa un ambiente ricco di lecci, corbezzoli, mirti, ginepri e altre essenze della macchia mediterranea e raggiunge alcuni punti panoramici particolarmente spettacolari, come il Belvedere di **Poggio Cavaliere** e il **Passo delle Golazze Aperte**. Tra i percorsi più interessanti c'è quello verso Poggio alla Nocca, una sorta di balcone naturale dal quale, nelle giornate limpide, lo sguardo arriva fino alla costa e al celebre viale di cipressi di Bolgheri.

Non manca neppure una sorpresa nel cuore del bosco: al **Mulino Vecchio**, in località **Botro di Campo di Sasso**, **una piccola cascata contribuisce a rendere ancora più suggestiva la passeggiata.**

La posizione del Park Hotel Marinetta permette di vivere questa varietà di paesaggi senza rinunciare al piacere di soggiornare sul mare. Il resort di Marina di Bibbona, immerso nel verde e affacciato su una spiaggia privata, rappresenta infatti una base ideale per alternare giornate di trekking a momenti di relax.

Dopo una camminata tra boschi, colline e panorami sul Tirreno, si può tornare in hotel per concedersi una pausa nell'area piscine o nella spa, prima di ritrovare a tavola i sapori della cucina toscana. **Un modo per scoprire la Costa degli Etruschi** non soltanto attraverso le sue spiagge, ma anche **attraverso i suoi sentieri**, la sua storia e quella natura che, passo dopo passo, rivela un volto ancora più autentico del territorio.

Park Hotel Marinetta

Il Park Hotel Marinetta si affaccia sul mare toscano di Marina di Bibbona nella splendida **Costa degli Etruschi**, un susseguirsi di spiagge incontaminate, oasi protette e antiche città medievali.

Il resort offre una vasta scelta di camere e suite con vista mare, ma anche villette indipendenti circondate dal verde in cui gli ospiti potranno soggiornare, vivendo un'esperienza sensoriale unica e irripetibile. Il punto di partenza perfetto per partire alla scoperta della costa e delle colline toscane in mountain bike o a cavallo, provando a fare diving o passeggiando nei luoghi cari al poeta Giosuè Carducci. Nel 2025 ha ottenuto la **certificazione GSTC**, il più autorevole riconoscimento internazionale per il turismo sostenibile.

A soli 100 metri dalla struttura, al di là della pineta, si trova la bellissima spiaggia privata e attrezzata con lettini e ombrelloni con annesso bar: un gioiello incastonato nel verde della macchia mediterranea, premiato con la **Bandiera Blu e la Bandiera Verde della Comunità Europea**. Il relax continua all'interno della nuova **Spa Marinetta Wellness**, il centro benessere all'interno dell'hotel dotato di una piscina idromassaggio riscaldata, biosauna, calidarium, tepidarium, docce cromo-aromatiche e un'ampia scelta di massaggi rigeneranti e trattamenti di bellezza. Inoltre gli ospiti potranno concedersi una pausa in una delle due piscine situate nel parco di fronte all'hotel, una delle quali è pensata per i più piccoli che potranno divertirsi anche nell'area giochi e nel miniclub.

L'esperienza alla scoperta della natura e delle bellezze della Toscana che offre il Park Hotel Marinetta non può che includere anche un innovativo viaggio fra i sapori: gli ospiti potranno gustare piatti gourmet a colazione, pranzo o cena in uno dei tre ristoranti dell'hotel (**Ombra della Sera, Anfora di Baratti, Granace**) dove assaporare la magica combinazione di prodotti a Km0, cucinati dagli chef secondo la tradizione toscana, rivisitata con un pizzico di creatività. A questi si è aggiunto **Crudo di Mare** il nuovo ristorante a bordo piscina con menù a base di pesce che è un vero e proprio tributo al mare. Completano l'offerta un caffè e un cocktail bar che ogni sera organizza eventi musicali per un soggiorno piacevole, rilassante, ma anche indimenticabile.

Icon Collection

È una società di consulenza del gruppo imprenditoriale Ficcanterri, nata nel 2019, che si occupa di gestire in maniera sinergica una serie di servizi (marketing, revenue, booking, acquisti, amministrazione, controllo di gestione, etc.) per le strutture **The Sense Experience Resort, Park Hotel Marinetta, San Francesco Country Resort, Borgo Verde e Hotel Botticelli**. Icon Collection ha il compito di condurre tutte le strutture verso l'innovazione sia nell'ambito dell'offerta di servizi, nel marketing, revenue & sales, nei sistemi di controllo ed efficientamento economico che nell'ottimizzazione dell'impiego delle risorse umane e finanziarie.



*Via dei Cavalleggeri Nord, 3,
57020 - Marina di Bibbona (LI)
Tel. .0586/600598 - 800.944.767
www.hotelmarinetta.it
E-mail booking@hotelmarinetta.it*



*Ufficio Stampa Travel Marketing 2, Roma
Alessandra Amati Cell. 335 8111049
www.travelmarketing2.com
E-mail alessandra.amati@travelmarketing2.com
info@travelmarketing2.com*