



Vivere il Parco



ISOLA di CAPRAIA

INFO-CALENDARIO 2026



Green List
Protezione / Conservazione Area



EUROPARC
Turismo Sostenibile
nelle Aree Protette



MINISTERO DELL'AMBIENTE
E DELLA SICUREZZA ENERGETICA



Orientarsi tra i simboli



Attività di educazione
ambientale e naturalistiche



Visite guidate con
spostamenti in carrozza



Attività di benessere
in natura



Visite guidate con
spostamenti in bus



Attività di Biowatching
Birdwatching, Seawatching



Attività con spostamento in
barca o motonave



Incontri con l'esperto alla
scoperta della Biodiversità



Alla scoperta dei mammiferi
marini nel Santuario Pelagos



Attività su tematiche geologiche
o mineralogiche



Attività di snorkeling o
didattiche in mare



Incontri con l'esperto alla
scoperta della Geologia



Attività di kayak in mare



Attività con aperitivo
o degustazioni



Attività nei musei



Attività dedicate
ai bambini



Attività in siti storici: torri,
fortezze, eremi, paesi



Attività di osservazione
del cielo notturno



Attività su tematiche
archeologiche



Attività all'alba o
al tramonto



Casa dell'Agronomo
Info Park Pianosa



Escursioni di cicloturismo o
con spostamenti in bici



Visite alle catacombe
di Pianosa



Trekking e uscite con lunghi
spostamenti a piedi



Visite guidate nelle ex aree
di detenzione del carcere

Cari lettori,

custodire il Parco Nazionale Arcipelago Toscano significa ogni giorno misurarsi con la fragilità e la straordinaria bellezza dei suoi luoghi, che richiedono cura, attenzione e rispetto. Questo calendario non è solo un elenco di attività, è la testimonianza concreta del lavoro che stiamo portando avanti per tutelare l'ambiente, proteggere la biodiversità e valorizzare il nostro patrimonio naturale e culturale.

Essere al servizio del Parco significa lavorare per costruire un equilibrio reale tra l'uomo e la natura. Significa ascoltare le comunità locali, capire le esigenze di chi vive le isole, confrontarsi con chi le visita, collaborare con ricercatori, guide, associazioni e imprese, affinché ogni azione contribuisca a salvaguardare i luoghi e a rendere la vostra esperienza autentica e consapevole. Conciliando prospettive diverse e trasformando le differenze in forza nascono strategie capaci di tutelare davvero il territorio e valorizzarne le potenzialità.

Il programma "Vivere il Parco 2026" offre oltre 800 esperienze, dal trekking ai laboratori didattici, dalle escursioni geologiche ai percorsi marini, e molto altro. Ogni attività è pensata anche per avvicinarvi con rispetto alla flora e alla fauna, per scoprire i segreti della geologia, per riconoscere il valore di ogni angolo di costa e di bosco. Le nuove generazioni sono al centro di questo percorso: educarle oggi significa formare i custodi consapevoli del domani.

Vi invito a camminare, esplorare, ascoltare e meravigliarvi. A sentire la forza del mare, la maestosità delle scogliere, il silenzio dei boschi, la storia millenaria dei luoghi. A vivere il Parco non come spettatori, ma come partecipanti attivi: il vostro rispetto, la vostra curiosità e la vostra presenza sono parte integrante della conservazione e del futuro di queste isole.

Lasciatevi sorprendere, siate curiosi e sentitevi parte di un patrimonio unico. Custodire questo tesoro è un impegno che possiamo condividere, perché solo insieme possiamo garantire che la magia del Parco Nazionale Arcipelago Toscano continui a incantare il mondo oggi e nelle generazioni a venire.

Matteo Arcenni

Commissario Straordinario del Parco Nazionale Arcipelago Toscano

Il Parco Nazionale Arcipelago Toscano

Il Parco comprende sette isole uniche per clima, geologia, flora, fauna e storia. Esse sono caratterizzate dalla diversità degli ambienti naturali, creati da un'evoluzione geodinamica piuttosto complessa, con una vegetazione prevalentemente mediterranea e una flora ricca di endemismi. Anche la fauna è straordinariamente biodiversa sia a terra sia a mare, con particolare riguardo all'avifauna: l'Arcipelago Toscano è infatti un punto di sosta e di nidificazione per molti uccelli migratori. Eccezionale è poi la geodiversità delle isole, dove tutti i principali processi geologici sono ben rappresentati e osservabili e la varietà mineralogica è sorprendente.

L'Area Protetta dal Parco Nazionale Arcipelago Toscano si estende per circa **177 kmq** a terra e abbraccia un tratto di mare di circa 615 kmq, includendo **tutte le 7 isole dell'Arcipelago**. Viene tutelata circa la metà della superficie dell'Elba e del Giglio, a Capraia, invece, è esclusa dall'area Parco solo la ridotta estensione dell'abitato. Montecristo, Pianosa e Gorgona sono rigorosamente protette con accesso regolamentato secondo criteri di sostenibilità. Infine l'accesso è libero a Giannutri pur essendo necessario essere accompagnati da guide in gran parte dell'isola.

L'ELBA è la terza isola italiana per estensione, con 224 kmq e dista 10 km dalla costa toscana. E' suddivisa in sette comuni: Campo nell'Elba, Capoliveri, Marciana, Marciana Marina, Porto Azzurro, Portoferraio, Rio. Il territorio è prevalentemente montuoso e collinare: il massiccio granitico occidentale culmina nel Monte Capanne (1.019 m), vetta più alta dell'Arcipelago Toscano. L'isola, nota da sempre per i giacimenti di minerali del ferro, è caratterizzata da un'eccezionale varietà di rocce e minerali, testimonianza di una serie di complessi eventi geologici che hanno portato alla sua formazione.

GIGLIO è la seconda in ordine di grandezza nell'Arcipelago Toscano (23,8 kmq). Si trova a 15 km ad ovest dell'Argentario. Percorsa da una catena di rilievi che culmina con il Poggio della Pagana (496 m) è prevalentemente granitica, ma presenta sul versante occidentale un frammento di antiche rocce sedimentarie e metamorfiche con filoni di minerali feriferi sfruttati fino agli anni '60 con le miniere situate nel borgo di Campese.

CAPRAIA, con una superficie di 19,3 kmq, è la terza isola dell'Arcipelago Toscano. Si trova a 54 km ad ovest della costa continentale e a 28 km dalla Corsica. Isola di origine vulcanica, è prevalentemente montuosa, con una dorsale di rilievi che l'attraversa tutta culminando con Monte Castello (445 m).

MONTECRISTO è la quarta isola per grandezza (10,4 kmq) e la più lontana dalla costa continentale (circa 63 km). Frequentata già in epoca romana, accolse nel V secolo San Mamiliano che fondò sull'isola una comunità monastica attiva fino al XVI secolo. È Riserva Naturale Integrale Statale dal 1971 e Riserva Naturale Biogenetica dal 1988. L'unico approdo si trova a Cala Maestra dove sorge la Villa Reale.

PIANOSA con i suoi 10,2 kmq è per estensione la quinta isola dell'Arcipelago Toscano. È situata a 14 km a sud-sud ovest dalle coste dell'isola d'Elba, a circa 27 km a nord-ovest di Montecristo e a circa 40 km ad est della Corsica. Frequentata dall'uomo preistorico e dai più antichi navigatori presenta testimonianze del neolitico, dell'eneolitico e dell'età del bronzo. Sede di strutture residenziali marittime di epoca romana, nel periodo imperiale vi fu esiliato Agrippa Postumo, nipote di Augusto. Fino al 1998 è rimasta chiusa al turismo perché sede di un penitenziario.

GIANNUTRI (2,6 kmq), con 11 chilometri di costa rocciosa, è la più meridionale delle isole toscane. Gli unici punti di approdo sono Cala Spalmatoio e Cala Maestra. Tutt'attorno si trovano splendidi fondali ricchi di biodiversità marina. Il sito archeologico della Villa Romana dei Domizi è visitabile accompagnati da guide specializzate.

GORGONA è la più piccola isola dell'Arcipelago, con 2,2 kmq di superficie e uno sviluppo costiero poco superiore a 5 km. Dista 36 km dalla costa ed è sede di una colonia penale agricola. Il territorio montuoso culmina, nel versante occidentale, con Punta Gorgona (225 m). Il versante orientale è solcato da tre piccole vallate, la più settentrionale delle quali scende a mare presso la piccola spiaggia e il villaggio-approdo di Cala dello Scalo.

Il Santuario per i Mammiferi Marini Pelagos

Il Parco Nazionale Arcipelago Toscano è totalmente inserito nel Santuario Internazionale per la Protezione dei Mammiferi Marini Pelagos che è un'area marina protetta di circa 87.500 kmq tra Italia, Francia e Principato di Monaco. Si estende nel bacino corso-ligure-provenzale da Punta Escampobariou (nei pressi di Tolone) a Capo Falcone e Capo Ferro (Sardegna), fino al confine tra Toscana e Lazio. È un'area caratterizzata da un'elevata biodiversità che comprende, oltre a balenottere, capodogli e delfini, circa 8.500 specie di animali marini.



2021 – 2030 Decennio delle Scienze Oceaniche

L'Oceano copre il 71% della superficie terrestre, la sua salute è fondamentale per la vita sulla Terra e per il benessere umano. La vita marina è in sofferenza a causa del riscaldamento globale, dell'inquinamento, della pesca intensiva di alcune specie di pesci. Per questi motivi l'ONU ha deciso di dedicargli il "Decennio del mare", a partire dal gennaio 2021. L'iniziativa - il cui titolo ufficiale è "Decade of Ocean Science for Sustainable Development" (Decennio delle Scienze del Mare per lo Sviluppo Sostenibile) - punta a sensibilizzare e mobilitare su questo tema e a far progredire la conoscenza sugli oceani per elaborare soluzioni collettive. Tra gli scopi c'è anche quello di favorire la cooperazione internazionale nel campo delle scienze oceaniche e coordinare programmi di ricerca.



Un impegno per il turismo sostenibile

L'Ente Parco ha aderito alla Carta Europea del Turismo Sostenibile (CETS) promossa da Europarc Federation, uno strumento metodologico ed una certificazione che permette di migliorare la gestione del turismo nelle aree protette. L'elemento centrale della Carta è la collaborazione tra tutte le parti interessate a sviluppare una strategia comune ed un piano d'azione per lo sviluppo turistico, nel comune obiettivo della tutela del patrimonio naturale e culturale e il continuo miglioramento della gestione del turismo a favore dell'ambiente, della popolazione locale, delle imprese e dei visitatori. Attualmente il Parco è soggetto capofila di un Piano d'Azione quinquennale (2021-2026) condiviso con le parti sociali partner e consultabile dal link :

www.islepark.it/visitare-il-parco/carta-europea-turismo-sostenibile

e dal qr code a lato:



10 PRINCIPI CETS DA SEGUIRE

- 1) Proteggere il paesaggio, la biodiversità e il patrimonio culturale
- 2) Supportare la conservazione attraverso il turismo
- 3) Ridurre l'impronta ecologica, l'inquinamento e lo spreco
- 4) Offrire ai visitatori accessi sicuri per tutte le abilità
- 5) Comunicare efficacemente l'unicità dell'area
- 6) Garantire la coesione sociale
- 7) Rafforzare l'economia locale
- 8) Offrire formazione per le competenze agli operatori
- 9) Controllare le performance ed i risultati del turismo
- 10) Comunicare le azioni e coinvolgere nella Carta



4 ASSI STRATEGICI INDIVIDUATI PER IL TERRITORIO DEL PARCO

UN TERRITORIO DA GESTIRE

- Sostenere le attività di tutela e monitoraggio del capitale naturale, della geodiversità, del patrimonio storico-culturale e del territorio, anche attraverso azioni di controllo delle specie aliene e gestione ottimale delle spiagge e della fascia costiera, compresa l'eventuale individuazione di aree di protezione a mare
- Garantire la manutenzione della rete sentieristica e il recupero delle strutture funzionali alla fruizione sostenibile dell'Arcipelago Toscano.

UN'OFFERTA DA DIFFERENZIARE

- Destagionalizzare il turismo attraverso la varietà delle esperienze (turismo naturalistico, geoturismo, turismo culturale ed eno-gastronomico, outdoor, ecc.) e delle attività educative proposte dal territorio nei confronti del turista consapevole.
- Immaginare un brand per l'Arcipelago Toscano da veicolare attraverso una comunicazione coordinata e finalizzata a promuovere una destinazione sostenibile "non solo mare".

UN'IMPRONTA DA RIDURRE

- Ridurre gli impatti ambientali operando nella direzione di un territorio "carbon free" e "plastic free" (energie alternative, ciclo delle acque, sprechi alimentari, economia circolare, gestione dei rifiuti, ...) e agire contro gli effetti dei cambiamenti climatici.
- Ripensare la mobilità interna e le connessioni nell'ambito dell'Arcipelago Toscano per far crescere le realtà locali e migliorare l'offerta turistica delle isole.

UNA COMUNITÀ DA FAR CRESCERE

- Consolidare il ruolo e la "presenza" del Parco sul territorio, attraverso l'ascolto, la collaborazione e la condivisione degli obiettivi gestionali con gli attori locali per renderli sempre più consapevoli delle potenzialità del turismo sostenibile.
- Favorire l'imprenditorialità giovanile ed una economia complementare al turismo estivo (agricoltura di qualità, pesca sostenibile, filiera corta, servizi innovativi e per l'outdoor).

La Riserva della Biosfera MAB UNESCO

La Riserva MAB UNESCO Isole di Toscana – riconosciuta dal 2003 – è composta dalle sette isole dell'Arcipelago, alcune isolette tra la costa toscana e la Corsica e dal mare che le circonda; ambienti che racchiudono una grande diversità geologica e biologica rappresentativa della regione mediterranea. Il programma MAB (Man and the Biosphere) UNESCO sviluppa le basi all'interno delle scienze naturali e sociali per l'uso razionale e sostenibile e la conservazione delle risorse della biosfera e per il miglioramento della relazione generale tra le persone e il loro ambiente. In coerenza con tali obiettivi la Riserva della Biosfera Isole di Toscana promuove progetti e iniziative finalizzate a tutelare le risorse naturali e a incentivare uno sviluppo economico sostenibile a vantaggio delle comunità locali.



L'Agenda ONU 2030

Il 25 settembre 2015 l'Assemblea Generale dell'ONU ha adottato l'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile individuando 17 obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile, cruciali per la sopravvivenza dell'umanità: educazione, salute, protezione sociale, lavoro, cambiamento climatico, protezione ambientale. Il Parco Nazionale Arcipelago Toscano - impegnato nella quotidiana azione di tutela di ciò che è fragile, prezioso e minacciato - propone nel suo catalogo dei servizi 2026 attività, esperienze, laboratori ed eventi mirati a promuovere comportamenti e stili di vita che possano contribuire al raggiungimento di questi ambiziosi traguardi. Fra i 17 obiettivi individuati dall'ONU il PNAT sta concentrando la propria attenzione su alcuni di essi, più organici alla propria missione, nella convinzione che grandi mutamenti a livello globale possano essere generati dall'insieme di piccoli gesti individuali e che scelte quotidiane consapevoli possano contribuire alla costruzione di "una vita sulla terra sostenibile, pacifica, prospera ed equa per tutti".

Obiettivo 4. Fornire educazione di qualità, equa ed inclusiva, e opportunità di apprendimento per tutti

Obiettivo 6. Garantire a tutti disponibilità e gestione sostenibile dell'acqua e delle strutture igienico-sanitarie

Obiettivo 7. Garantire energia pulita e accessibile

Obiettivo 12. Garantire modelli sostenibili di produzione e di consumo

Obiettivo 13. Promuovere azioni, a tutti i livelli, per combattere il cambiamento climatico

Obiettivo 14. Conservare e utilizzare in modo durevole gli oceani, i mari e le risorse marine per uno sviluppo sostenibile

Obiettivo 15. Proteggere, ripristinare e favorire un uso sostenibile dell'ecosistema terrestre

Obiettivo 17. Rafforzare i mezzi di attuazione e rinnovare il partenariato per lo sviluppo sostenibile



Il PNAT nella prestigiosa Green List della IUCN

Qualcuno lo ha definito il premio Nobel per la natura, altri lo considerano il gotha mondiale delle aree naturali protette, nella sostanza si tratta di una lista in cui vengono inseriti e certificati i parchi e le riserve naturali che risultano essere i migliori a livello globale in termini di tutela delle risorse naturali e di gestione sostenibile del territorio. Stiamo parlando della “Green List” promossa e garantita dalla IUCN, l’Unione Internazionale per la Conservazione della Natura (International Union for the Conservation of Nature), il massimo organismo mondiale in materia di aree protette. Dal 2021 anche il Parco Nazionale Arcipelago Toscano è stato inserito in questa prestigiosa cerchia di super-Parchi. Attualmente la Green List della IUCN conta 87 aree protette in tutto il mondo.



Solo tre Parchi italiani hanno conseguito questo riconoscimento che certifica gli elevati standard gestionali di quelle aree protette che hanno dimostrato un costante impegno in quattro piloni strategici; la governance, la programmazione, il management e i risultati di conservazione. Gli esperti mondiali inviati dalla IUCN per la verifica sul campo hanno apprezzato lo straordinario capitale naturale che caratterizza l’Arcipelago Toscano, ma hanno anche registrato e valutato positivamente le tante azioni e i diversi progetti che l’ente gestore ha condotto in questi anni per conservare i valori ambientali nel rispetto delle comunità locali e in coerenza con gli obiettivi per uno sviluppo durevole promossi dall’ONU nell’ambito della Agenda 2030. I Parchi rappresentano le punte di diamante del sistema mondiale delle aree protette, un riferimento tecnico e di governance per il mantenimento delle risorse naturali fondamentali per la salute e per l’economia di tutti.



Consigli e regole per vivere il Parco

Durante la visita si invita a seguire principi di buona educazione e buon senso per vivere il Parco ascoltando in silenzio il vento, i suoni della natura e seguirne i ritmi, scoprendolo con l'aiuto delle Guide Parco che permetteranno di rendere l'esperienza unica. Per godere della natura si richiede di seguire queste semplici regole:



- NON abbandonare i sentieri segnati



- Se avvisti animali, tieniti a distanza e NON disturbarli



- NON accendere fuochi, se ne avvisti uno segnalalo al 800 425 425



- NON raccogliere fiori, piante, minerali e fossili



- Riporta a casa i tuoi rifiuti; NON abbandonare nulla nel territorio



- Se porti con te il tuo cane, tienilo sempre al guinzaglio



Isola di Capraia



Calendario attività 2026



CENTRO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE “LA SALATA”

Punto Informativo dell'Osservatorio Toscano per la Biodiversità

La struttura divulgativa situata nel porto turistico fornisce tutte le informazioni per visitare Capraia grazie all'infopoint turistico, gestito in collaborazione tra Parco Nazionale, Comune di Capraia Isola e Pro Loco. Allestimenti multimediali in realtà virtuale e applicazioni interattive consentono di rivivere la formazione geologica dell'Arcipelago Toscano ed in particolare dell'apparato vulcanico dal quale si è formata l'isola di Capraia, ma anche di scoprire le opportunità di fruizione attraverso la rete sentieristica. Uno specifico allestimento è dedicato al Santuario Internazionale dei Mammiferi Marini “Pelagos” con immagini dei suoi straordinari abitanti. Il cortile ospita splendidi modelli a grandezza reale di tursiope, di delfino comune, stenella e foca monaca. Qui si prenotano le escursioni con Guida Parco per andare alla scoperta dei sentieri, dei tesori geologici ed archeologici e della straordinaria area marina protetta dell'isola. Ingresso gratuito. Tel. 320 9606560 - 347 7714601.

ORARI

Dal 1 aprile al 31 maggio e dal 1 ottobre al 1 novembre

Mattina – venerdì, sabato e domenica dalle 10:00 alle 12:30

Pomeriggio - venerdì dalle 17:30 alle 19:00 sabato e domenica dalle 16:30 alle 18:00

Dal 1 giugno al 30 settembre

Mattina – da lunedì a domenica dalle 9:00 alle 12:30

Pomeriggio - da lunedì a domenica dalle 16:00 alle 19:30

Sera - martedì, mercoledì e giovedì dalle 21:30 alle 23:00



PALMENTI

Il Comune di Capraia, con la supervisione scientifica della Soprintendenza Archeologia, Belle Arti e Paesaggio per le province di Pisa e Livorno e grazie ai finanziamenti provenienti dal progetto INTERREG ISOS – Isole Sostenibili realizzato dal Parco Nazionale, ha attivato un percorso culturale che riscopre le **antiche tradizioni agricole** dell'isola. Sono ora visitabili gli **antichi palmenti**: vasche scavate nella roccia destinate alla produzione del vino, nelle quali si pigiavano i grappoli per ricavarne il succo, utilizzate almeno a partire dal XVI secolo. Ai tre siti già visitabili – **Forte San Giorgio**, **San Leonardo** e **Segalaio** – se ne sono aggiunti, in virtù di scavi recenti, altri situati in **località Il Piano**, la cui fruibilità è stata potenziata attraverso la predisposizione di un sentiero dedicato corredato di pannelli esplicativi.



MOSTRA ARCHEOLOGICA

All'interno della ex Chiesa di Sant'Antonio è allestita la mostra archeologica **"Capraia lungo le rotte antiche – Relitti e reperti sommersi"**, che espone reperti recuperati sia sull'isola sia nei fondali marini che la circondano. Fra i pezzi più significativi vi sono le preziose anfore risalenti alla Roma tardo repubblicana e all'inizio del periodo imperiale usate per il trasporto di vino, salsa di pesce (garum) e altre merci lungo le principali rotte del Mediterraneo. La raccolta comprende inoltre oggetti di vita quotidiana e materiali archeologici che permettono di ricostruire le attività e i contatti commerciali dell'isola nei secoli, rivelando l'importanza strategica di Capraia come scalo e punto di approdo per i naviganti dall'epoca etrusca fino a quella rinascimentale. La mostra si inserisce in un più ampio progetto di valorizzazione del **patrimonio storico-archeologico** di Capraia, promosso dal Comune di Capraia Isola e dall'Associazione Amici della Chiesa di Sant'Antonio, con la supervisione scientifica della Soprintendenza Archeologia, Belle Arti e Paesaggio per le province di Pisa e Livorno.

LA FOCA MONACA

Attorno a Capraia, inclusa nel Santuario Internazionale per i Mammiferi Marini "Pelagos", sono frequenti avvistamenti di mammiferi marini come delfini, balenottere, capodogli. Dopo decenni di assenza **è stata accertata lungo le coste dell'isola anche la presenza della foca monaca**, specie endemica del Mediterraneo e delle contigue acque atlantiche, dove sopravvive in nuclei riproduttivi di poche centinaia di individui concentrati nelle aree più meridionali del Mare Nostrum e lungo le coste del Sahara Atlantico e dell'isola di Madeira. Il Parco Nazionale Arcipelago Toscano organizza speciali escursioni in barca lungo le coste dell'isola alla scoperta della fauna marina di Capraia.

Se ti muovi con la tua imbarcazione, fai attenzione ad alcune semplici regole per non disturbare la foca monaca o altri animali e consulta la cartina al link sotto riportato o tramite il codice QR per sapere in quali zone puoi navigare liberamente.



[Capraia-avviso-natanti](#)

PERCORSO BOTANICO

Istituzioni, imprese e cittadini cooperano in questo progetto di valorizzazione: le aziende agricole Arura e San Rocco, dando seguito ad un impegno assunto nell'ambito della certificazione CETS (Carta Europea del Turismo Sostenibile), hanno realizzato il Percorso Botanico in via sperimentale per poi completarlo grazie al sostegno e al finanziamento del Parco Nazionale. **L'obiettivo centrale è "conoscere per riconoscere" piante, fiori, frutti di piante spontanee di macchia e non solo**, creando un luogo permanente di formazione ed esperienza che consenta, a coloro che lo attraversano, di inoltrarsi nell'isola con una maggiore consapevolezza data dal riconoscimento delle principali specie botaniche presenti.

Il percorso, lungo circa 300 metri, si estende lungo l'antica Strada Romana che dal Porto conduce al Paese, passando davanti alla sorgente e attraversando il ponte sul Vado del Porto. Si raggiunge dal Porto a partire dalla Chiesa di Santa Maria Assunta, seguendo la strada per il villaggio "Le Sughere" o dal paese partendo dalla Chiesa di San Nicola, percorrendo via San Leonardo e proseguendo in direzione del Porto costeggiando il Palmento di San Leonardo. Il percorso botanico è di **libera fruizione e aperto a tutti, 24 ore al giorno e 365 giorni l'anno**. La primavera è il momento ideale per visitarlo.



IL MIGLIO BLU

Nuoto, snorkeling, swimtrekking in una straordinaria piscina naturale. Il Miglio Blu di Capraia è **un corridoio riservato alla balneazione in sicurezza**, liberamente accessibile, all'interno del quale non si può navigare, né ancorare, né ormeggiare. Si estende lungo una fascia di costa che si sviluppa davanti all'abitato di Capraia - dalla Grotta sotto la Torre del Porto alla Torretta al Bagno. Il corridoio lungo 1100 m delimitato da 22 boe, se percorso in andata e ritorno, consente di nuotare per oltre un miglio nautico.



PRO LOCO ISOLA DI CAPRAIA EVENTI 2026



- **Sagra dell'Orata** – Stand gastronomici dei ristoranti dell'isola con ricette a base di orate allevate dalla Cooperativa Maricoltura e Ricerca di Capraia.
- **Minigiraglia** – Veleggiata da Capraia allo scoglio della Giraglia e ritorno, organizzata dalla Lega Navale Italiana – Delegazione di Capraia Isola, accompagnata da iniziative sul territorio aperte al pubblico.
- **Sagra dei Sapori delle Terre di Mare** – Preparazione e degustazione di piatti e prodotti tipici del territorio.
- **Capraia Sail Rally** – Veleggiata competitiva organizzata dall'Associazione Vele Storiche Viareggio, con museo storico galleggiante allestito presso il porto.
- **Raduno Barche Swan** – Veleggiata riservata agli yacht progettati dallo studio Sparkman & Stephens, con destinazione Capraia.
- **Rotta delle Capre** – Veleggiata da San Vincenzo, Cecina e Salivoli a Capraia, organizzata dal Circolo Nautico San Vincenzo.
- **Capraia Musica Festival** – XXI edizione della rassegna dedicata alla musica di eccellenza in luoghi caratteristici dell'isola.
- **Festival "Muovasi la Capraia"** – Serate dedicate a teatro, cinema e letteratura, tra mare e sogno.
- **Cinema sotto le stelle** – Proiezioni estive serali bisettimanali (giovedì e sabato) presso il Chiostro di San Francesco.
- **Palio Marinaro** – Tradizionale gara remiera nelle acque del porto tra i rioni dell'isola.
- **Festa della Madonna dell'Assunta** – Celebrazione religiosa con processione a mare, fuochi d'artificio e giochi.
- **Torneo di Pallanuoto** – Competizione nelle acque del porto di Capraia con squadre provenienti da tutta Italia.
- **Sagra del Totano** – Evento articolato in due fine settimana tra ottobre e inizio novembre, comprendente la gara di pesca del totano e stand gastronomici sul porto e nel centro abitato.
- **Ottobre, Mese del Totano** – Rassegna di eventi dedicati al totano con incontri, proiezioni, letture e la Totano's Cup, veleggiata non competitiva giunta alla XX edizione, con gara di pesca e Trofeo Giorgio Sismondi.

Per informazioni: prolococapraiaisola.it

Primavera nel Parco

DOMENICA 5 APRILE

Anello dello Zenobito: itinerario Geoturistico dell'isola di Capraia

Escursione alla scoperta della storia geomorfologica dell'unica isola di origine vulcanica dell'Arcipelago Toscano. Dalla piazza del paese saliremo sul Monte Arpagna, splendido punto di osservazione per un panorama a 360° e scenderemo alla selvaggia piana dello Zenobito, estremità meridionale dell'isola, da cui osserveremo Cala Rossa dominata dalla possente torre genovese. Un magnifico sentiero, alto sulla costa, ci permetterà di rientrare in paese. Ritrovo: ore 09:00 Piazza Milano (paese) – Durata: 7 ore – Livello di difficoltà: molto impegnativo – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua (2,5 l a persona), pranzo al sacco.



SABATO 25 APRILE

Chiese, mulattiere, palmenti e sorgenti

Partendo dalla medievale Chiesa di Santa Maria Assunta, nell'incantevole contesto ambientale del Vado del porto, osserveremo le aiuole del Percorso Botanico, per conoscere la flora dell'isola e i suoi utilizzi tradizionali, osservare le piccole sorgenti storiche utilizzate dalla popolazione e percorrere la 'strada romana', originale collegamento tra il porto e il paese, fino all'antico palmento situato presso l'oratorio di San Leonardo concludendo l'itinerario nella piazza dominata dalla bella Chiesa di San Nicola. Ritrovo: ore 14:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: medio – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito.



SABATO 2 MAGGIO

Capraia e l'anello dello Stagnone: biodiversità unica

Lo 'Stagnone' è l'unico lago di origine naturale nell'Arcipelago Toscano, incastonato lungo la dorsale 'montuosa' dell'isola di Capraia. L'itinerario ad anello costituisce un percorso magnifico per la varietà degli ambienti, alla scoperta della biodiversità del territorio per conoscere gli habitat naturali particolarmente preziosi e le 'unicità' del suo patrimonio floristico e faunistico. Ritrovo: ore 09:00 Piazza Milano (paese) – Durata: 6 ore – Difficoltà: Impegnativo – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua (2,5 l a persona), pranzo al sacco.



SABATO 23 MAGGIO

Escursione alle grotte di Pozzalamone

Settimana Europea dei Parchi. L'escursione guidata, di interesse storico e naturalistico, attraversa l'area della Ex Colonia Penale Agricola per raggiungere un sito poco noto, ma di grande suggestione: le grotte di Monte Pozzalamone. Situate alla base di un imponente sperone roccioso, le grotte sono sottoroccia schermati da muretti a secco e usati in passato come caprili dai capraiesi. Proseguendo lungo l'affascinante 'sentiero delle sorgenti' raggiungeremo la diramazione penitenziaria La Mortola, da cui rientreremo al porto. Ritrovo: ore 11:30 CEA 'La Salata' (porto) – Durata: 6 ore – Difficoltà: Medio – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua (2,5 l a persona), pranzo al sacco.



DOMENICA 31 MAGGIO**Il Sentiero del Reganico: una biodiversità di emozioni**

Sentiero caratterizzato da una straordinaria ricchezza di ambienti diversi, dove scoprire i tesori botanici e faunistici dell'isola, osservare e godere di dei meravigliosi paesaggi vulcanici e cogliere la presenza umana che ha modificato l'ambiente rendendolo un mosaico di natura e storia. Pur nella sua vicinanza al piccolo borgo, l'itinerario è una esperienza di immersione nella natura selvaggia dell'isola. Ritrovo: ore 14:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2,5 ore – Difficoltà: medio-facile – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua.

Estate nel Parco**E... STATE NEL PARCO PER TUTTI**

Famiglie, ragazzi e bambini alla scoperta della natura e della storia delle isole del Parco Nazionale Arcipelago Toscano, escursioni, visite guidate, laboratori didattici, conferenze e citizen science per vivere intensamente la natura e la cultura dell'Area protetta.

E... STATE NEL PARCO JUNIOR

Per bambini da 6 a 11 anni, educazione ambientale, giochi didattici e laboratori; attività legate all'ecosistema marino e agli ambienti più significativi del Parco: specie animali e vegetali, storia naturale, conservazione, sostenibilità.

i LUNEDÌ del Parco**OGNI LUNEDÌ, IN ESTATE, IL PARCO PROPONE L'ESPERIENZA DEL SEAWATCHING E LABORATORI PER BAMBINI****Seawatching: giro in barca dell'isola di Capraia dedicato alla fauna marina**

Un tour guidato a bordo di imbarcazioni locali, con i binocoli forniti dal Parco Nazionale, dedicato ai sorprendenti protagonisti della fauna marina. Costeggiando l'isola potremo scoprire il meraviglioso Santuario dei Cetacei Pelagos e, con un po' di fortuna, osservare il salto di un tonno o di un delfino, il volo di un falco o di un gabbiano, il tuffo di un marangone o il planare a pelo d'acqua di una berta, con la possibilità di avvistare alcune specie eccezionali, come il Falco pescatore o la endemica Foca monaca del Mediterraneo. Non mancherà un meraviglioso tuffo nelle acque cristalline di Capraia. Ritrovo: 17:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Su prenotazione. € 30, € 20 (5-12 anni); € 10 (0-4 anni). Necessaria attrezzatura per la balneazione.

LABORATORIO PER BAMBINI AL CEA LA SALATA



Sotto le onde, ognuno al suo posto

Riproduzioni e carte di identità 'marine' saranno gli strumenti di un gioco dedicato alla vita nel Mediterraneo e alla conoscenza del Santuario 'Pelagos'. Attraverso l'ascolto, l'osservazione e la cooperazione, i bambini potranno riconoscere pesci, crostacei, piante, alghe e tanti altri organismi, conoscerne le caratteristiche principali e le particolari curiosità, 'metterli al loro posto' nei diversi ambienti che caratterizzano il nostro meraviglioso mare. Ritrovo: 21:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 1 ora e 30' – Su prenotazione, gratuito.

i MARTEDÌ del Parco

Nel corso dell'estate saranno proposte attività speciali per esplorare l'isola e per conoscere le sue meraviglie, incontri di divulgazione dedicati a argomenti di carattere scientifico, eventi dedicati alle produzioni locali. Si alterneranno alcune proposte, per conoscere le date degli eventi rivolgitisi al CEA La Salata:

SERATA DI OSSERVAZIONI ASTRONOMICHE

Con il Gruppo Astronomia del Museo di Storia Naturale di Rosignano Marittimo. Alla scoperta di stelle doppie, ammassi, nebulose e galassie, imparando a riconoscere le principali costellazioni. Ritrovo: Piazza Milano, ore 21:30 – Durata: 1h 30' – Difficoltà: facile – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito.



E INFINE USCIMMO...A MISURARE IL BUIO!

Come si valutano la qualità del cielo notturno? E come si valuta l'impatto dell'inquinamento luminoso? Una breve escursione in compagnia del Dott. **Luciano Massetti**, ricercatore del CNR-IBE, ci permetterà di scoprire cos'è l'inquinamento luminoso, misurarne l'impatto con strumenti specifici e vivere la magia della notte. Ritrovo: ore 21:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore – Difficoltà: facile – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito.



MOSTRA MERCATO DELLE AZIENDE AGRICOLE DI CAPRAIA**Saperi e sapori dell'isola**

Vino, miele, formaggi, birra, marmellate, confetture, liquori, sono espressione della meravigliosa isola vulcanica e il risultato del lavoro sapiente dei produttori, nel rispetto di un territorio parte del Parco Nazionale Arcipelago Toscano e della Riserva della Biosfera MAB Unesco Isole di Toscana. La mostra mercato a Km0 è l'occasione per conoscere le aziende agricole locali e scoprire i saperi e i sapori di Capraia. Ritrovo: ore 22:00 CEA La Salata (porto) – Durata: 1 ora e 30' – Ingresso libero.

COOPERATIVA MARICOLTURA E RICERCA:**Un incontro alla scoperta della 'Fattoria del mare' di Capraia**

La Cooperativa Maricoltura e Ricerca è uno straordinario esempio di eccellenza nella produzione ittica in Italia. Impegnata da sempre nel raggiungere l'obiettivo di un prodotto di alta qualità, nel rispetto del benessere animale, è indicata dalla Commissione Europea come modello di acquacoltura sostenibile. La serata sarà un incontro aperto a domande e curiosità all'insegna dell'economia della sostenibilità e di una grande passione: il mare. Ritrovo: ore 22:00 CEA La Salata (porto) – Durata: 1 ora e 30' – Ingresso libero.

**ALBA, YOGA & TREKKING****Un'esperienza dedicata al risveglio della naura (martedì 16 giugno)**

Sessione di yoga all'alba sulla terrazza della Bellavista con l'istruttrice Veronica Somma, seguita da trekking sul Sentiero del Reganico e bagno rilassante in mare.

Ritrovo: Piazza Milano (orario variabile in base all'alba) – Durata: 1h 30' – Difficoltà: facile –

Su prenotazione € 15, € 8 bambini 5-12 anni.

Necessari: scarpe da trekking, acqua.

ESPERIENZE TRA TERRA E MARE

In collaborazione con **Slow Capraia**, associazione che promuove il valore della lentezza, del viaggio consapevole e del rapporto armonico tra uomo, natura ed ecosistemi insulari. Ciascuna delle 3 attività ha un costo di € 25 – Su prenotazione. Attività riservate ai maggiori di 14 anni (minorenni accompagnati) – Attrezzatura richiesta: scarpe da trekking, acqua, dotazione per la balneazione.

TOUR IN KAYAK

Un'esperienza unica: con kayak a pedali di facile conduzione

partiremo dal porto per esplorare alcune delle calette e tratti di costa dell'unica isola vulcanica dell'Arcipelago Toscano. Con la Guida Parco osserveremo dal mare gli elementi di particolare interesse, ammirando la geomorfologia del territorio. Ritrovo: ore 09:00 CEA La Salata (porto) – Durata: 2,5 ore – Difficoltà: facile



TREKK & SWIM

Un'esperienza tra storia e natura

Percorso escursionistico alla scoperta della ex colonia penale di Capraia e delle sue produzioni storiche. Dalla Cala di Portovecchio rientro a nuoto fino al porto, esplorando il mare con supporto logistico per gli effetti personali. Ritrovo: ore 9:00, CEA La Salata (porto) – Durata: 3 ore – Difficoltà: medio-facile.



TREKK & PACKRAF

Esperienza dedicata alla scoperta dei sentieri e delle coste

Trekking panoramico sul Sentiero del Reganico fino alla Cala dello Zurletto. Rientro via mare con packraft (kayak gonfiabile) e gommone di appoggio, tra coste vulcaniche, storia e geologia dell'isola viste dal mare. Ritrovo: ore 9:00, Piazza Milano – Durata: 3 ore – Difficoltà: facile.



ALBA IN BARCA

In mare, per assistere all'emozionante nascita del giorno

Salpando sotto un cielo di stelle navigheremo fino alla bellissima Cala della Mortola, dove sosteneremo per ammirare l'aurora. Ripresa la navigazione faremo un tour guidato attorno all'isola per scoprire il patrimonio naturalistico, paesaggistico, geologico, e godere di un tuffo nelle sue acque cristalline. Ritrovo: orario variabile secondo il sorgere del sole CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore e 30' – Su prenotazione. Servizio guida € 10 + Servizio barca (pagamento a bordo) € 30. Numero partecipanti: 8. Attrezzatura: giacca antivento, attrezzatura per la balneazione.



DALLA PESCA ALLA TAVOLA - un'esperienza esclusiva dedicata al mare

Chiacchierando con i pescatori dell'isola nelle vicinanze dei pescherecci, scopriremo il mare di Capraia protetto dal Parco Nazionale Arcipelago Toscano, le tecniche di pesca, le regole di tutela, la stagionalità del pescato e la passione di una vita dedicata al mare. La visita si conclude con una degustazione presso la pescheria locale Pescianel, dove il pescato del giorno viene trasformato in ricette semplici e sapienti, che valorizzano i sapori naturali rispettando la stagionalità. Info e prenotazioni **CEA La Salata**.



VISITA AGLI IMPIANTI DI ITTICOLTURA MARICAP

Trasferimento in piccole imbarcazioni fino a Cala di Portovecchio.

Visita guidata all'impianto di itticoltura Maricap, azienda locale dal 1998. Scopriremo specie allevate, tecniche innovative e la produzione di alta qualità nel mare protetto di Capraia. Info e prenotazioni [CEA La Salata](#).



i MERCOLEDÌ del Parco

GEOWATCHING

In barca alla scoperta dell'isola vulcanica dell'Arcipelago

Un tour guidato a bordo di imbarcazioni locali, dedicato alla bellezza selvaggia di Capraia, l'unica isola di origine vulcanica dell'Arcipelago Toscano. Costeggiando l'isola 'leggeremo' la storia geomorfologica, il significato di termini e forme, il valore del suo patrimonio geologico. Il tour ci farà scoprire il fascino straordinario di questo territorio sostando presso alcuni dei siti non raggiungibili a piedi di straordinario impatto emozionale, dove sarà possibile un tuffo nelle acque cristalline. Ritrovo: ore 09:15 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Su prenotazione. € 30 intero; € 20 ridotto (5-12 anni); € 10 (0-4 anni). Necessaria attrezzatura per la balneazione.



SEAWATCHING

Giro dell'isola in barca dedicato alla fauna marina

Vedi pag 72.

Ritrovo: 17:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Su prenotazione. € 30, € 20 (5-12 anni); € 10 (0-4 anni). Necessaria attrezzatura per la balneazione.



TREKKING AL TRAMONTO

Escursione guidata nella Ex Colonia Penale fino al 'Dattero'

Trekking guidato dedicato alla storia, alla natura e alle emozioni.

Attraversando il "tenimento agricolo" della ex colonia penale conosceremo una pagina di storia poco nota, ma di grande rilevanza. Raggiunta la località 'Il Dattero', magnifico punto panoramico sulla costa occidentale, ammireremo il tramonto. Rientreremo sotto lo spettacolo del cielo notturno illuminato dalla Via Lattea e da innumerevoli stelle. Ritrovo: orario variabile in base al tramontare del sole CEA La Salata (porto) – Durata: 5 ore – Livello di difficoltà: medio-facile – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito. Attrezzatura: scarpe da trekking, scorta di acqua (1,5 l a persona), cena al sacco, giacca, torcia/cellulare con funzione di torcia.



TREKKING DEL KM0 CON TRAMONTO AL 'DATTERO' E VISITA AI PRODUTTORI LOCALI



Un trekking guidato dedicato alla storia della ex Colonia Penale Agricola, alle attività produttive presenti nell'area e alla natura selvaggia di Capraia. Attraversando le diramazioni penitenziarie raggiungeremo una delle aziende locali di cui scopriremo storia, protagonisti e produzioni. Dopo la visita proseguiremo l'itinerario fino alla località 'Il Dattero' per godere della vista del tramonto e quindi torneremo al porto sotto la volta stellata.

Visita a 'Il Saracello', azienda casearia locale (1 e 29 luglio, 19 agosto). Conosceremo le caratteristiche delle simpatiche caprette allevate a Capraia, i metodi di allevamento e le produzioni casearie. Un piccolo cadeau di assaggio ci farà apprezzare la qualità di questa produzione, tradizionale ed oggi unica per il territorio.

Visita a 'Valle di Portovecchio', azienda agricola multifunzionale attiva da oltre 25 anni. (8 luglio, 5 agosto, 2 settembre) I fondatori ci faranno conoscere le attività e le eccellenti produzioni di qualità (miele, marmellate, confetture, liquori), che potremo assaporare con un piccolo cadeau di assaggio.

Visita a La Mursa, azienda agricola locale a carattere familiare. (22 luglio, 12 agosto, 9 settembre) Sui più alti terrazzamenti dell'isola scopriremo le particolari attività viticole, le tecniche di coltivazione, i metodi di produzione, arricchendo l'esperienza con un piccolo cadeau di assaggio.

Visita a La Sorgente, azienda agricola locale. (22 giugno, 15 luglio, 26 agosto). Sui terrazzamenti della splendida Cala di Portovecchio, nei pressi di un piccolo edificio utilizzato un tempo come caseificio, scopriremo le tecniche di coltivazione e lavorazione della produzione di capperi e olio cui l'azienda si dedica, apprezzandone la bontà con un cadeau di assaggio sul posto.

Ritrovo: 17:00 **CEA La Salata** (porto) – Durata: 6 ore – Livello di difficoltà: medio – Su prenotazione. € 15; € 8 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta d'acqua (1,5 l a persona), cena al sacco, giacca, torcia/cellulare con funzione di torcia.

i GIOVEDÌ del Parco

SNORKELING PER ADULTI

Sorprendenti habitat e organismi marini lungo la costa di Capraia



Un'imbarcazione dedicata permetterà di esplorare tratti di costa accessibili solo dal mare e di fare snorkeling nelle acque cristalline dell'isola con una Guida Parco. Dopo un'introduzione a terra sugli habitat marini e sul Santuario Pelagos - un ampio sistema di tutela del mare che collega ecosistemi, rotte migratorie e aree di alimentazione di cetacei, tartarughe marine e migliaia di altri organismi marini - in acqua sarà possibile riconoscere ambienti e specie, vivendo un'esperienza diretta e coinvolgente alla scoperta della biodiversità del mare di Capraia.

Ritrovo: 17:00 CEA La Salata (porto) – Durata: 1 ora e 30' – Difficoltà: facile – Su prenotazione € 30. Attrezzatura: pinne, maschera, boccaglio, asciugamano.

ESCURSIONE IN NOTTURNA

Percorso sensoriale alla scoperta della natura e del cielo notturno



Abituandoci all'oscurità e al silenzio della notte, cammineremo lungo un agevole percorso verso il cuore dell'isola utilizzando i nostri sensi per scoprire il territorio: udito, olfatto, tatto e persino gusto, saranno strumenti preziosi per conoscere la natura attorno a noi. Sdraiati sulle rocce di origine vulcanica ammireremo il cielo stellato, meraviglioso per lo scarso inquinamento luminoso, dove individueremo le principali costellazioni, apprezzando, anche al buio, della straordinaria bellezza dell'isola. Ritrovo: ore 21:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 1 ora e 30' – Difficoltà: facile – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua, giacca, torcia/cellulare con funzione di torcia.

i VENERDÌ del Parco

L'ISOLA DEI PALMENTI

Escursione guidata e visita all'area archeologica delle Tigghielle



Un itinerario immerso nella macchia mediterranea ci permetterà di visitare Le Tigghielle, la piccola area archeologica dove si trova il nucleo più numeroso di palmenti, antiche vasche scavate nella roccia e utilizzate per la pigiatura dei grappoli e la produzione del vino. Osservando le particolarità dei palmenti capraiesi, potremo Immaginare la vita e l'aspetto della Capraia di un tempo, comprendere il significato di tali manufatti nel contesto storico, economico e sociale. Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: medio-facile – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito. Attrezzatura: scarponcini trekking, scorta di acqua.



LE STELLE RACCONTANO

Attività per bambini e famiglie

Osservare il cielo notturno è come leggere un grande libro di racconti: stelle, costellazioni e pianeti sono protagonisti di storie affascinanti, antichi miti e leggende lontane. A pochi passi dal borgo e con gli occhi all'insù ammireremo la meraviglia del cielo notturno, impareremo a riconoscere le stelle principali, le costellazioni, i pianeti visibili e conosceremo miti, storie e leggende della volta celeste. Ritrovo: ore 21:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 1 ora e 30' – Difficoltà: Facile – Su prenotazione, gratuito. Attrezzatura: telo, giacca.



TREKKING DEL KMO

La macchia in tavola: Arura Azienda Agricola.

(10 e 24 luglio, 21 agosto). Uniche o comuni, sempre preziose: le piante dell'isola di Capraia sono espressione di una straordinaria evoluzione rispetto al territorio. Un'escursione guidata lungo il bellissimo Percorso Botanico di Capraia ci permetterà di osservare e conoscere la flora dell'isola, dalle specie più caratteristiche a quelle più rare e i loro utilizzi. Al termine dell'escursione faremo sosta presso Arura Azienda Agricola, dove Susanna e Adriana Casini ci faranno scoprire le eccellenti produzioni tra tradizione e innovazione, e godere di un aperitivo capraiese con...la macchia nel piatto. Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: facile – Su prenotazione. € 15; € 8 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni. Attrezzatura: scarponcini trekking, scorta di acqua.



TREKKING DEL KMO

Vini dell'isola vulcanica: Azienda Biologica La Piana.

(31 luglio, 14 e 28 agosto). Nel cuore dell'isola, all'interno del Parco Nazionale, a poca distanza da antichi palmenti, in un contesto ambientale meraviglioso, è il vigneto 'storico' dell'Azienda Biologica La Piana. Insieme ad Alice Bollani, titolare dell'azienda, potremo camminare tra i filari alla scoperta della storia dell'azienda, delle diverse tipologie di uve, dei metodi di coltivazione e delle sue produzioni. Un assaggio ci farà apprezzare le caratteristiche peculiari dei vini prodotti a un passo dal mare sull'isola vulcanica dell'Arcipelago Toscano. Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: facile – su prenotazione. € 15; € 8 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua.



TREKKING DEL KMO

Capraia isola di miele: Azienda Agricola San Rocco.

(17 luglio, 7 agosto, 4 settembre). Una escursione guidata lungo l'incantevole Sentiero del Reganico, storico percorso immerso tra colori e profumi della macchia mediterranea, ci permetterà di conoscere le piante pollinifere e nettarifere appetite dalle api. In località San Rocco faremo sosta all'apiario della Azienda Agricola San Rocco, dove con Roberta e Sofia potremo fare una esperienza emozionante. Adeguatamente protetti, ci potremo avvicinare agli alveari, scoprirne la struttura, conoscere l'affascinante mondo delle api e apprezzare, con un assaggio guidato, il sapore dell'isola nel miele. Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: facile – Evento su prenotazione. € 15; € 8 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua.



i SABATI del Parco

SEAWATCHING

Giro in barca dell'isola di Capraia dedicato alla fauna marina

vedi pag. 72. Ritrovo: 17:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Su prenotazione.
€ 30, € 20 (5-12 anni); € 10 (0-4 anni). Attrezzatura: attrezzatura per la balneazione.



VISITA GUIDATA DEL BORGO

Una passeggiata per le suggestive strade lastricate del borgo

Dalla Chiesa di San Nicola, al Forte San Giorgio, alla Torre del Porto, fino alla Chiesa di Sant'Antonio, osservando gli edifici più significativi e le case tradizionali, i piccoli angoli verdi e le testimonianze delle attività quotidiane. Scopriremo le vicende che hanno segnato la storia della comunità isolana, le tradizioni e le curiosità della vita di un tempo. Alla Chiesa di Sant'Antonio sarà possibile visitare la mostra archeologica 'Capraia lungo le rotte antiche – relitti e reperti sommersi'. Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore – Difficoltà: Facile – Su prenotazione. € 4 (servizio guida).



le DOMENICHE del Parco

TREKKING DEDICATO AL TRAMONTO

Escursione guidata nella Ex Colonia Penale fino al 'Dattero'

Trekking guidato per emozionarsi scoprendo Capraia. Attraversando il 'tenimento agricolo' dell'ex colonia penale scopriremo la storia dell'istituto penitenziario. Raggiunta la località 'Il Dattero', magnifico punto panoramico sulla costa occidentale, ammireremo il tramonto. Rientreremo sotto lo spettacolo del cielo notturno illuminato dalla Via Lattea e da innumerevoli stelle. Ritrovo: orario variabile in base al tramonto CEA La Salata (porto) – Durata: 5 ore – Difficoltà: Medio-facile. Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito. Attrezzatura: scarpe trekking, scorta di acqua (1,5 l a persona), cena al sacco, giacca, torcia/cellulare con funzione di torcia.



Autunno nel Parco

SABATO 3 OTTOBRE

La Ex Colonia Penale Agricola tra natura e storia

Nel 1873 fu istituita anche a Capraia una Colonia Penale Agricola, dismessa nel 1986. La agevole escursione guidata ci permetterà di scoprire il meraviglioso ambiente dell'isola e le sue trasformazioni. Percorreremo la strada panoramica che collega le antiche diramazioni della colonia e scopriremo una Capraia di altri tempi e i tesori naturalistici di questo scoglio vulcanico nel Mediterraneo. Ritrovo: ore 14:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: Facile – Su prenotazione, € 8, ridotto 5-12 anni € 4, 0-4 anni gratuito.



DOMENICA 4 OTTOBRE**Chiese, mulattiere, palmenti e sorgenti**Vedi 25 aprile - **Pag 71****SABATO 17 OTTOBRE****Capraia e l'anello dello Stagnone: biodiversità unica**Vedi 2 maggio - **Pag 71****DOMENICA 18 OTTOBRE****Yoga & trekking**

Un percorso che unisce, in una prospettiva olistica, yoga e immersione nella natura.

L'escursione guidata, lungo un itinerario molto panoramico di facile percorrenza, costituirà una esperienza di ricerca di benessere attraverso la pratica yoga condotta da Veronica Somma, insegnante diplomata alla scuola Sadhana di Carlos Fiel. Nella natura, attraverso lo yoga, ritroveremo più consapevolmente l'armonia con tutto ciò che ci circonda. Ritrovo: ore 09:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2,5 ore – Difficoltà: Facile. Su prenotazione. € 15; € 8 (5-12 anni). Attrezzatura: scarpe con suola scolpita, scorta di acqua

**SABATO 31 OTTOBRE****La Ex Colonia Penale Agricola tra natura e storia**Vedi 3 ottobre - **Pag 80****DOMENICA 1 NOVEMBRE****Chiese, mulattiere, palmenti e sorgenti**Vedi 25 aprile - **Pag 71****Arrivare all'isola di Capraia**

L'isola di Capraia è raggiungibile tutto l'anno con circa 2 ore e 45' di navigazione partendo dal porto di Livorno. Per visitare l'isola non è necessario tragettare l'auto poiché l'unica strada carrabile di 800 metri è servita da collegamenti in autobus e vi sono limitazioni nei periodi di maggiore affluenza turistica. La compagnia di navigazione per Capraia è la **Toremar** tel. 0586 896113.



AVENZA MAPS

Scaricando l'applicazione gratuita, sulla piattaforma di Avenza Maps, è disponibile la carta ufficiale dei sentieri di **Capraia**



Aiutaci a prevenire gli **INCENDI BOSCHIVI!**

Se avvisti un incendio in un bosco
chiama questo numero:

800 425 425



Segui sempre queste regole:

Non gettare mozziconi di sigaretta o fiammiferi ancora accesi;

Non accendere fuochi nel bosco, usa solo le aree attrezzate;

Non abbandonare mai il fuoco e prima di andare via accertati che sia completamente spento;

Se devi parcheggiare l'auto accertati che la marmitta non sia a contatto con l'erba secca;

Non abbandonare i rifiuti nei boschi e nelle discariche abusive, sono un pericoloso combustibile;



Le strutture ricettive CETS

La certificazione delle strutture di accoglienza nell'ambito della Carta Europea del Turismo Sostenibile nelle Aree Protette (CETS) Fase 2 è uno strumento per orientare il visitatore nella scelta delle eccellenze del territorio. Numerose strutture hanno aderito al disciplinare elaborato sotto la supervisione di Europarc Federation e di Federparchi, con il coinvolgimento degli operatori della filiera turistica locale. Gli operatori hanno sottoscritto una serie di impegni con l'Area Protetta:

- 1 - migliorare l'offerta turistica e rafforzare la collaborazione con il Parco;
- 2 - porre attenzione al proprio comportamento ambientale;
- 3 - sostenere lo sviluppo locale e la tutela del territorio.

Ecco l'elenco delle strutture ricettive che hanno ottenuto la certificazione e il diritto di fregiarsi del marchio CETS.

Per maggiori informazioni inquadra il QR



ISOLA D'ELBA

Agriturismo Castiglione

Telefono: 0565 976633

Sito web: agriturismocastiglione-elba.com

Agriturismo dei Girasoli

Telefono: 339 419 2257

Sito web: agriturismodeigirasoli.com

Agriturismo La Lecciola

Telefono: 349 3541404

Sito web: lalecciola.com

B&B Villa El Mar

Telefono: 347 481 6227

Sito web: villaelmar.it

Camping Appartamenti Tallinucci

Telefono: 0565 964069

Sito web: campingtallinucci.it

Camping Enfolà

Telefono: 0565 939001

Sito web: campingenfolà.com

Camping Laconella

Telefono: 0565 964228

Sito web: campinglaconella.it

Camping Valle Santa Maria

Telefono: 0565 964228

Sito web: vsmaria.it

Camping Village Elba DOC

Telefono: 0565 949966

Sito web: elbadoc-campingvillage.it

Camping Village Scaglieri

Telefono: 0565 969940

Sito web: campingscaglieri.it

Casa per Ferie Sassi Turchini

Telefono: 392 2394607

Sito web: sassiturchini.org

Hotel Barracuda

Telefono: 0565 976893

Sito web: hotelbarracudaelba.it

Hotel Biodola

Telefono: 0565 974812

Sito web: biodola.it

Hotel Capo Sud

Telefono: 0565 964021

Sito web: hotelcaposud.it

Hotel Casa Rosa

Telefono: 0565 969931

Sito web: elbasolare.it/hotel-isolaelba/hotel-casa-rosa

Hotel Corallo

Telefono: 0565 906042

Sito web: elbacorallo.it

Hotel Danila

Telefono: 0565 969915

Sito web: hoteldanila.it

Hotel del Golfo

Telefono: 0565 9021

Sito web: hoteldelgolfo.it

Hotel Fabricia

Telefono: 0565 933181

Sito web: hotelfabricia.com

Hotel Frank's

Telefono: 0565 968144

Sito web: frankshotel.com

Hotel Galli

Telefono: 0565 988035

Sito web: hotelgalli.it

Hotel Hermitage

Telefono: 0565 9740

Sito web: hotelhermitage.it

Hotel Il Caminetto

Telefono: 0565 915700

Sito web: hotelilcaminetto.it

Hotel Montemerlo

Telefono: 0565 988051

Sito web: hotelfetovaia.it

Hotel Paradiso

Telefono: 0565 939034

Sito web: hotelparadisoelba.it

Hotel Punto Verde

Telefono: 329 3427411

Sito web: puntoverdehotel.it

Hotel Sant'Anna del Volterraio

Telefono: 0565 961219

Sito web: volterraio.it

Hotel Villa Rita

Telefono: 0565 908095

Sito web: villarita.it

Hotel Viticcio

Telefono: 331 2716471

Sito web: hotelviticcio.it

Le Sughere del Montefico

Telefono: 345 3585035

Sito web: lesughere.it

Residence Capobianco

Telefono: 0565 915308

Sito web: residencecapobianco.it

Tenuta delle Ripalte

Telefono: 0565 94211

Sito web: tenutaelleripalte.it

ISOLA DI CAPRAIA**Agriturismo Valle di Portovecchio**

Telefono: 0586 905242

Sito web: isoladicapraia.it/vallediportovecchio

Il Gamberino

Telefono: 335 627 4056

Sito web: ilgamberino.capraia@gmail.com

La Mandola Eco Hostel

Telefono: 0586 1754324

Sito web: lamandolacapraia.com

ISOLA DEL GIGLIO**Hotel Campese**

Telefono: 0564 804003

Sito web: hotelcampese.com

Hotel La Guardia

Telefono: 0564 808077

Sito web: laguardiahotel.it



islepark.it

**Parco Nazionale
Arcipelago Toscano**

informazioni
e prenotazioni
Tel. 0565 908231

parcoarcipelago.info



Foto:

Alessandro Beneforti; Alex Catardi; A. Pierce Alamy Stock Photo; Cosmo-media; Fabio Guidi; Giorgio Romano; Gipodesigner; Gino Guglielmi; Giuseppina Della Bianca; Laura Carricato; Legambiente Arcipelago Toscano; Life Sea.Net; Mariella Ugolini; Mario Napoleone; Piazzale dell'Astronomia; Roberto Ridi per il PNAT; Wildestanimal Alamy Stock Photo.

