

## ITALIË Wandelen en koken in Zuid-Toscane

### DATUM

---

1. Van 30 augustus tot 6 september '12 - reisnummer 12IT158B
2. Van 8 tot 15 september '12 - reisnummer 12IT158

### WAAROM DEZE REIS?

---

Ten zuiden van Pienza ligt de Val d'Orcia, een vallei die in zijn geheel op de Werelderfgoed-lijst prijkt. De kleuren van dit symmetrische cultuurlandschap en het licht zijn er bijzonder mooi. De boeren hebben hun vallei als merk gedeponneerd en terecht, want de lokale producten zijn van uitzonderlijke kwaliteit. Ideaal dus om hier een wandel- en kookweek te organiseren, onder begeleiding van Toni De Simone.

### NIVEAU

---

🚶 à 🚶🚶 5 wandeltochten met hier en daar een flinke helling.  
Deze reis is geknipt voor wie zowel van wandelen als van koken (en lekker eten) houdt.

### DAGSCHEMA

---

We geven een gedetailleerd reisschema per dag. Omstandigheden zoals bv. het weer of de fysieke conditie van de deelnemers kunnen aanpassingen aan onderstaand reisschema echter noodzakelijk maken. Dit gebeurt steeds in overleg met de groep, maar de uiteindelijke beslissing ligt bij de begeleider.

**Dag 1:** Heenvlucht naar Firenze, trein naar Siena, gevolgd door een privé-transfer naar onze logiesplaats in Castiglione d'Orcia, een mooie, traditioneel op een heuvel gelegen 'agriturismo' met een prachtig zicht op de vallei. Er wordt zowel wijn als olijfolie geproduceerd, dé typische producten van Zuid-Toscane, samen met pecorino-kaas en honing. Wij logeren in één van de bijgebouwen. We doen al meteen onze eerste grote aankopen, waarbij we merken dat de Toscaanse landbouw en keuken zich richten op eenvoud en kwaliteit: uitgelezen groenten, vroeg geoogst fruit, kwaliteitsvlees- en gevogelte, kaasspecialiteiten, verse kruiden.

**Dag 2-5:** De volgende dagen houden we ons telkens aan hetzelfde programma: 's morgens trekken we onze wandelschoenen aan en gaan te voet op verkenning in de Val d'Orcia. En in de (late) namiddag binden we de schort voor om ons aan het koken te zetten. De wandelingen brengen ons naar en rond het romantisch ogende kuuroord Bagno Vignoni, naar de Romaanse abdijkerk van Sant' Antimo, met zicht op de kegel van de Monte Amiata-vulkaan, naar de dorpen Castelnuovo dell' Abate en San Quirico d'Orcia. Het koken is een gemeenschappelijke activiteit waaraan iedereen deelneemt met de bedoeling om lekkere gerechten op tafel te toveren, zonder dat dit gastronomische prestaties worden. De sessies - waarin zowel pasta's, slaatjes, vlees- en visgerechten als desserts worden aangepakt - zijn dan ook geschikt voor minder én meer ervaren amateurkoks. En uiteraard wordt de vrucht van onze noeste arbeid 's avonds bij een heerlijk glaasje lokale wijn verorberd.

**Dag 6:** We brengen een bezoek aan Pienza, gelegen op een 491 m-hoge heuvel en het renaissance-stadje bij uitstek. Het is één van de best geslaagde modellen van renaissance-stadsplanning en werd gebouwd in de 15de eeuw op aansturen van Pius II.

**Dag 7:** We maken nog een korte wandeling, maar besteden het grootste deel van de dag aan een uitgebreide kooksessie, die zal resulteren in een gastronomisch 'laatste avondmaal' om duimen en vingers van af te likken!

**Dag 8:** Privé-transfer naar het station van Siena, trein naar de luchthaven van Firenze voor de reis huiswaarts.

## **LOGIES**

---

We logeren in een sober ingericht bijgebouw van een mooi gelegen agriturismo, in 2- of 3-persoonskamers. Er zijn 3 kleine badkamers ter beschikking.

## **VERVOER**

---

De transfer van het station van Siena naar het logies (en terug) en van het logies naar Pienza (en terug) gebeurt met een privé-minibus. De overige transfers gebeuren met openbaar vervoer.

## **BAGAGE**

---

Tijdens de wandelingen draag je enkel je dagrugzakje.

## **BEGELEIDING**

---

Toni De Simone, ervaren Italiëbegeleider en kenner van de Italiaanse keuken.

## **PRIJS**

---

€ 1290

## **INBEGREPEN**

---

- vluchten Brussel-Firenze-Brussel
- luchthaventaxen
- transfers op dag 1, 6 en 8
- logies
- maaltijden, vanaf avondmaal op dag 1 t.e.m. ontbijt op dag 8
- AR-begeleiding
- BTW.

## **NIET INBEGREPEN**

---

- toegangsgelden voor bezienswaardigheden, musea e.d.
- dranken, behalve koffie en thee bij het ontbijt
- evt. fooien
- persoonlijke uitgaven
- evt. verzekering.

## **VERZEKERING**

---

Een goede reisverzekering is erg belangrijk. Zowel bij annulering vóór het vertrek als bij problemen tijdens de reis kunnen de kosten hoog oplopen. In zo'n geval is het maar best om goed verzekerd te zijn! Anders Reizen biedt de mogelijkheid om bij de boeking van een reis één van de verzekeringen

van De Europese NV af te sluiten. Je vindt hierover meer info op onze website: <http://www.andersreizen.be/nl/Boek-een-reis/Reisverzekering.aspx>

## **UITRUSTING**

---

Lees zeker: 'Tips voor een goede reisuitrusting' in de brochure of op onze website. Ook het item 'Klimaat' in de landinfo is belangrijk bij het kiezen van je uitrusting.

En nog een tip: trek je wandelschoenen aan voor de heenvlucht of stop ze in je handbagage. Mocht er iets mislopen met de bagage, kan je alvast beginnen wandelen.

Bagage:

- rugzak, reistas of valies (die je gemakkelijk zelf kan dragen over een korte afstand)
- dagrugzakje

Schoeisel & kousen:

- enkelomsluitende wandelschoenen
- lichte schoenen of (wandel)sandalen
- wandelkousen

Kledij:

- soepele (wandel)broek(en)
- wind- en waterdicht vestje
- wollen trui of fleece
- enkele lichte hemden en/of T-shirts (ook met lange mouwen, tegen de zon)
- zonnehoed of –pet
- ondergoed
- evt. zwemgerief
- short/bermuda
- keukenschort

Verzorging:

- toiletgerief
- zonnecrème met hoge beschermingsfactor
- verkoelende lotion
- beschermende lippenstift

Eet- en drinkerei:

- drankfles
- evt. (zak)mesje
- picknickbord, -beker en –bestek

Diversen:

- veilige geldbeugel om als heupgordel of rond hals te dragen (onder de kleren)
- evt. oordopjes (gesnurk)
- WC-papier
- evt. wandelstokken
- goed keukenmes
- keukenhanddoek.

## **EHBO**

---

Je begeleider beschikt over een EHBO-does. Hier nog enkele tips om je persoonlijke EHBO samen te stellen, aan te vullen of in te perken op individuele basis:

- evt. middel tegen reisziekte
- middel tegen + na insectenbeten en huidirritaties in het algemeen
- pijnstillend en koortswerend middel
- middel bij maagkrampen

- O middel bij maag- en darmklachten
- O zalf bij ontstekingen en kneuzingen van allerlei aard
- O middel tegen blaren
- O ontsmettende zalf
- O wondpleisters van verschillende breedte
- O verbanden (elastisch + niet elastisch).

## ENKELE BUITENSPORTZAKEN, AANGERADEN DOOR ANDERS REIZEN

---

Bij zaken met een \* krijg je op vertoon van je reisbevestiging 10% korting  
 Bij zaken met een \*\* krijg je op vertoon van je reisbevestiging 5% korting.

Avventura	Ezelstraat 71 - 8000 Brugge 050 330078 Leuvense Stwg. 601 – 1030 Brussel 02 7261121 St-Amandstraat 20 - 9000 Gent 09 2233792
Base Camp*	Bevelsestwg. 42 - 2560 Nijlen 03 4817676
De Berghut*	Plezantstraat 11 - 9220 Hamme 052 478522
De Zwerver**	Turnhoutsebaan 19 – 2400 Mol 014 320428
De Zwerver*	Herenthoutseweg 202 – 2200 Herentals 014 212118
Horizon Buitensport*	Kokkelbeekstraat 48 – 9100 Sint-Niklaas 03 7782590
Kariboe*	Naamsesteenweg 111 – 3001 Leuven 016 230772
Trapper	Lierseweg 124 – 2200 Herentals 014 211783
Traxs*	Kempische Steenweg 192 – 3500 Hasselt 011 234488
Trekking Buitensport*	Oude Gentbaan 259 – 9300 Aalst - 053 705222

## REISLITERATUUR

---

### Literatuur over de renaissance:

- J. Burckhardt, De Cultuur der Renaissance in Italië. Het standaardwerk over de renaissance. Hoewel het boek (geschreven in vorige eeuw) op sommige vlakken achterhaald is, vormt het nog steeds een basiswerk over deze periode. Het werd in het Nederlands vertaald;
- P. Burke, De Italiaanse Renaissance;
- A.J. Lemaitre en E. Lessing, Florence en de Renaissance - het Quattrocento: helder geschreven beeld van de belangrijkste kunstenaars;
- S. Bajard en R. Bencini, Villa's en tuinen van Toscane;
- G. Vasari, De levens van de kunstenaars, deel 1 en 2: 16de-eeuwse biografieën van de belangrijkste kunstenaars uit de renaissance;
- Castiglione, De Hoveling (vertaling van "Il Cortegiano" uit 1528): interessant beeld van het leven aan het hertogelijk hof van Urbino.

### Proza over Toscane:

- L. Reinirkens, De culinaire avonturen van Fra Bartolo: een roman vol gekke avonturen van een op eten verlekkerde Toscaanse broeder uit de 18de eeuw, gestoffeerd met tal van Toscaanse recepten;
- F. Mayes, Een huis in Toscane en Bella Toscane: prachtige romans over de liefde van de schrijfster voor Toscane;
- V. Gonley, Smaak van Toscane: kookboek;
- H. Nolthenius, Moord in Toscane: misdaadroman die zich afspeelt in het middeleeuwse Toscane
- C. Kent, Najaar in Toscane: sfeervolle roman over de avonturen van een groepje mensen die jaarlijks hun vakantie samen doorbrengen in een hoeve in de natuur van Toscane;
- K. Beevor, Een Jeugd in Toscane: De auteur was vijf jaar in 1916 toen haar ouders een vervallen kasteel in Toscane kochten. Ze brengt het Toscane van haar jeugd op onnavolgbare wijze opnieuw tot leven. Haar beschrijvingen van het boerenleven, de kleurrijke dorpsmarkten en niet te vergeten de onovertroffen Toscaanse keuken, kennen hun gelijke niet;
- J. Jansen, Toscaanse sprookjes.

Aanvullende informatie vind je in reisgidsen, die je kan lenen bij openbare bibliotheken, of kan aankopen in de betere reisboekhandel, bv.

- Alta Via – Nassaustraat 29 – 2000 Antwerpen
- Anticyclone des Açores – Wolvengracht 34 – Brussel
- Atlas & Zanzibar – Kortrijksesteenweg 19 – 9000 Gent – [www.manymaps.com](http://www.manymaps.com)
- De Reyghere – Markt 13 – 8000 Brugge
- [www.AltiplanoBooks.be](http://www.AltiplanoBooks.be)

### **KENNISMAKINGSBIJEENKOMST?**

---

Voor deze reis is geen kennismakingsbijeenkomst voorzien.

### **VERTREKINFO**

---

De vertrekinfo, met o.a. de vluchtgegevens, de afspraakplaats en een deelnemerslijst, wordt een tweetal weken voor vertrek doorgemaid.