

# Toscana Riders Guide

*Din guide till Inzain Toscana Tour.*



## Välkommen till Toscana Gravel Randonée 2022

Här får du all information om de olika dagarna med rutter, Veloviewer detaljer, hotell och planerade stopp.

### **Bagage.**

Alla får en väska av oss på 35 liter, där packar man det man vill ha med sig på resan. Man kommer åt den varje kväll. I tillägg får man ha en daybag, alltså en **liten** ryggsäck eller så, den kan man komma åt när vi möter bilen.

### **Save-a-ride kit.**

Här kan du läsa vad som är bra att ha på cykeln för att klara det mesta.

<https://inzain.bike/kit-att-ha-med-pa-turen/>

### **Start och mål i Pisa:**

Hotell: Terminus Plaza, Via Cristoforo Colombo, 45, 56125 Pisa PI. Tel: +39 050 500303

*Bra och centralt beläget, nära till lutande tornet i Pisa och det kända konstverket "Tuttomondo" av Keith Haring där vi planerar att ha starten och ta vår gruppbild. Hotellet har även det utrymme vi behöver för att lagra våra tomma cykelväskor och övrigt bagage.*

**Transfer:**

Om vi får veta när du kommer (efter den 6:e oktober) så ordnar vi transfer från flygplats eller ditt hotell till Terminus.

**Bilmöten:**

Vi planerar för att bilen möter oss på förutbestämda platser, trafik och annat kan såklart sätta käppar i hjulen. Förutom dessa platser så avser vi att bilen möter oss vid lunch och fikaställen. I bilen kommer vi ha vatten och energi i olika former. Du kommer kunna nå din daybag, men inte väskan, som ju färdas på taket.

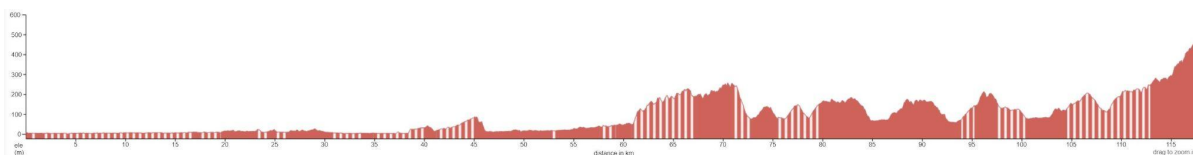
Bilens kommer ligga före oss och så invänta siste man innan den åker vidare. OM något händer så bryts all sådan planering och fokus blir på att stötta den som har problem.

Om diffarna i tid blir för stor mellan tät och kö, kan bilen behöva hoppas över någon plats.

**Foto:**

Förutom att vi kommer ta bilder från cyklar så kommer vår chaufför att agera både fotograf och drönaroperatör. Vi tycker det är jättekul om alla vill ta egna bilder och dela på en drive vi kommer lägga upp.

## Dag 1 Pisa -> Volterra (118 km/ 1,800 hm)



*En dag som börjar platt längs kanalen, kort efter lunch blir det kuperat och dagen avslutas med en rejäl klättring upp till vårt hotell i Volterra.*

**20 km** Bilmöte & foto

**41 km** Bilmöte & foto

**48 km** Castelfranco di Sotto Lunch.

**60 km** Bilmöte & foto

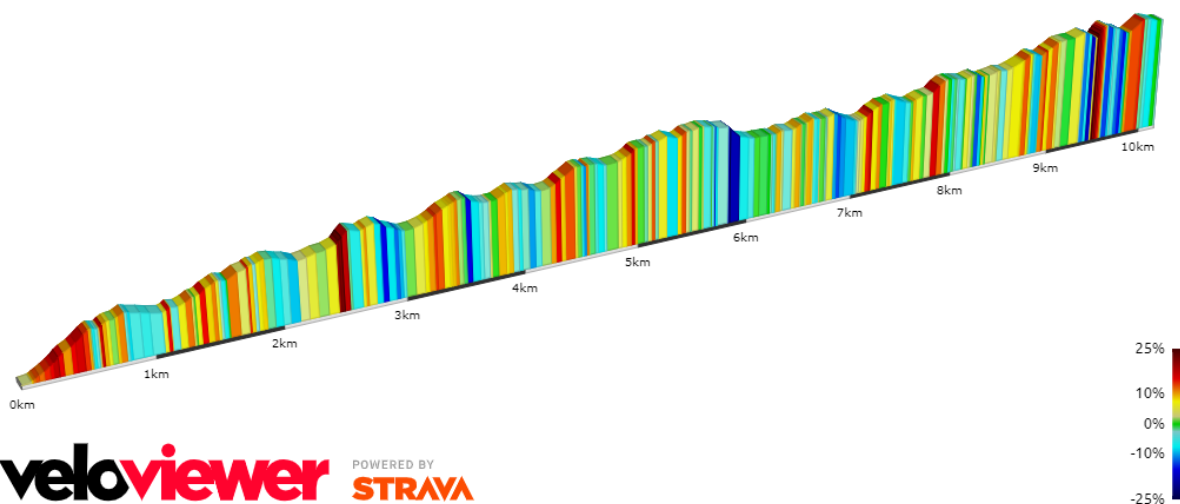
**62 km** Mindre grusväg med dagens första klättring

**[18% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 1 V3

10.2 km at 2.0%

60.8 km from start, 47.0 km to end



**70 km** Vi når *Villa Lena* där vi kan fylla Vatten

**80 km** Bilmöte & foto

**83 km** *Ghizzano* kaffe på *Circolo la Terazza*

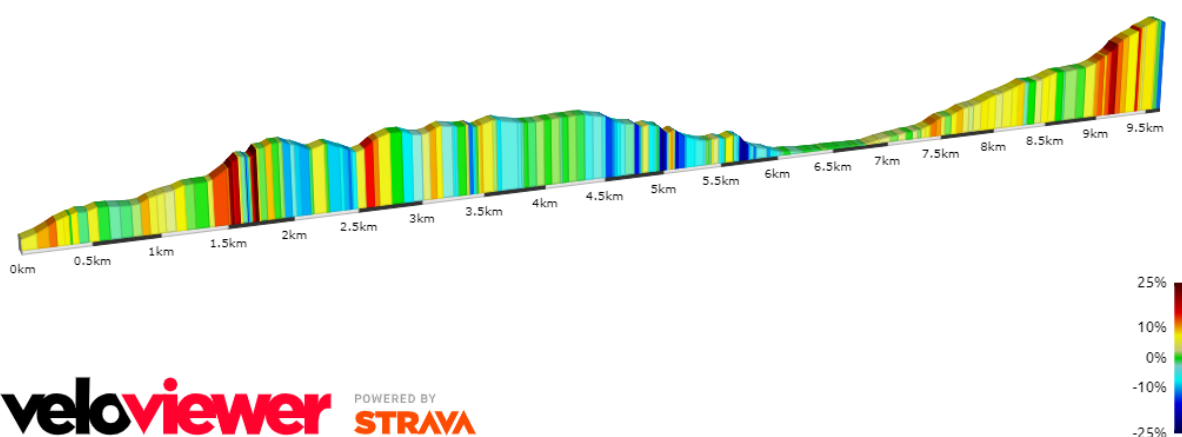
**86 km** dagens andra klättring, som egentligen är två.

Inzain Tuscany Gravel Day 1 V3

86.5 km from start, 21.9 km to end

**[18% max]**

9.6 km at 1.4%



**91 km** Bilmöte & foto

**95 km** en mindre stig

**103 km** Sista chansen för vatten innan Volterra

**108 km** dagens största klättring, upp till Volterra

Inzain Tuscany Gravel Day 1 V3

108.4 km from start, 0.0 km to end

**[20% max]**

9.6 km at 4.1%

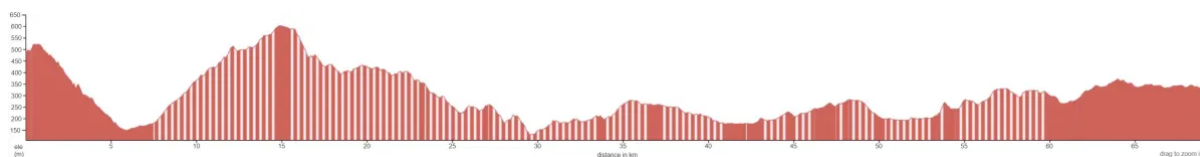


## 113.7 km Bilmöte & foto

**Hotell:** San Lino, Via S. Lino, 26, 56048 Volterra PI, tel:+39 0588 85250

*Hotellet är ett gammalt fint ombyggt kloster med gamla anor. Beläget precis innanför den vackra stadsmuren. Otroligt fint poolområde och det finns tvättmöjligheter av våra cykelkläder i närheten.*

## Dag 2 Volterra -> Siena (70 km/ 1,300 hm)



*Lite kortare sträcka men fortsatt många höjdmeter. Dagen börjar med en rejält nedförstur på asfalt, nästan direkt efter den kommer dagens tuffaste klättring. Resten av dagen mer ondulerat till Siena.*

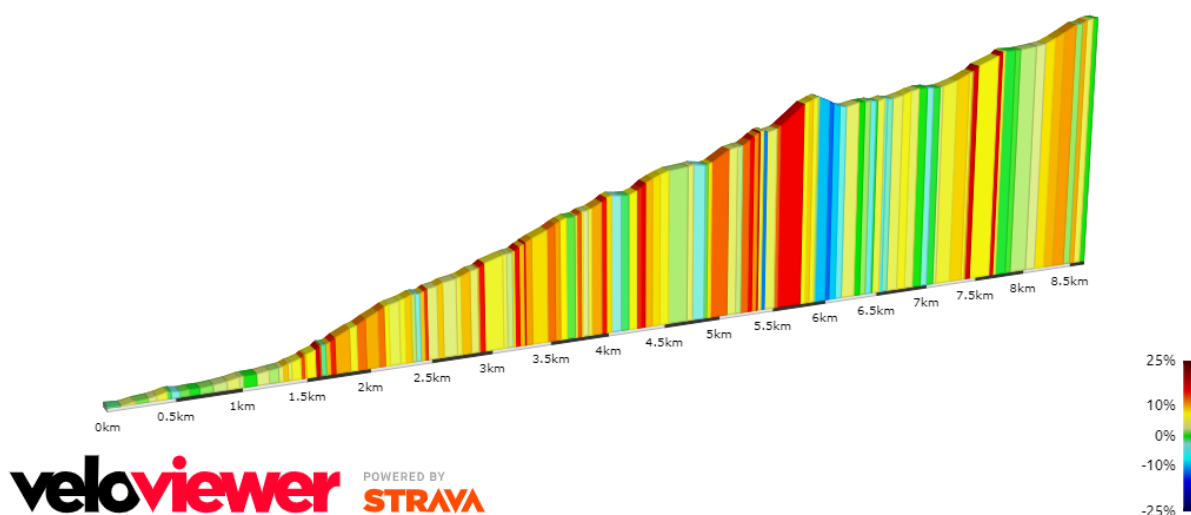
**5 km** dagens tuffaste klättring, ca 9 km på Grus.

**[15% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 2 V3

8.7 km at 5.1%

6.2 km from start, 54.4 km to end



**Km 14** Väl uppe möter vi bilen, kanske lite H2O är på sin plats.

**29 km** Alano Fika på Pitstop Mindre ställe men skönt med en kaffe

**36 km** *Quartla* Fika på Bar Quartaia Om vi vill?

**41 km** Lunch *Gracciano* Svårt med öppettider

**45.5 km** Foto

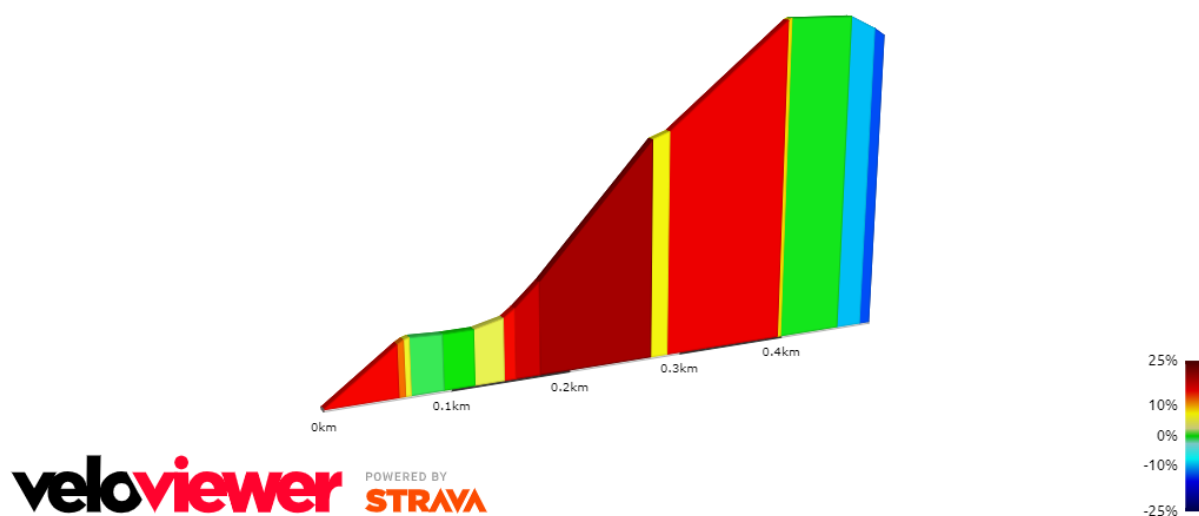
**53 km** en brant knäppa

**[22% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 2 V3

53.3 km from start, 15.4 km to end

0.5 km at 10.5%



**53 km** Monteriggiono Kaffe Bar La Bottega H2O

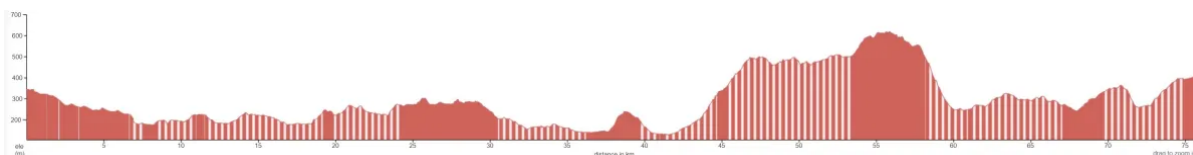
**55.5 km** H2O

**61 km** Bilmöte

**Hotell:** Athena, Via Paolo Mascagni, 55, 53100 Siena SI. Tel: +39 0577 286313

*Otroligt vackert beläget i underbara staden Siena. Stor takterass med fantastisk utsikt. Bra restaurang i hotellet även denna med fin utsikt. Fin frukost och möjlighet att tvätta kläder.*

## Dag 3 Siena -> San Quirico d'Orcia (76 km/ 1,520 hm)



En ny dag med en hel del höjdmeter, vi har flera olika alternativ så man kan välja. Vi kommer komma till ikoniska L'Eroica och det första segmentet på Strade Bianchi. Dagens mål är klassiska San Quirico d'Orcia. Vi har tre olika alternativ, nedan beskrivs MELLAN.

**12 km** Vi når L'Eroica, magin börjar.

**19 km** FOTO

**19.4 km** H2O

**26 km** Vescovado fika? Bilen Möter

**30.5 km** Start Strade Bianchi Segment Bilen FOTO

**36 km** Segment Slut FOTO

**39 km** Bibbiano Fika

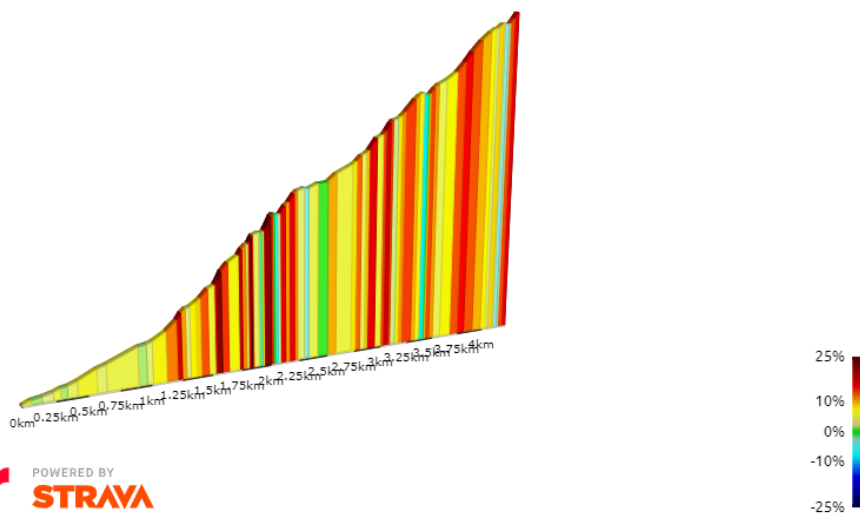
**42 km** klättring

**[20% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 3

42.5 km from start, 29.6 km to end

4.2 km at 7.9%



**veloviewer** POWERED BY **STRAVA**

**45 km** Castiglion del Bosco Lunch? FOTO

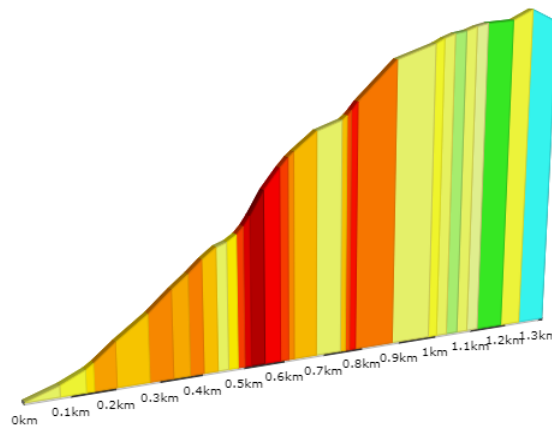
**53 km** finns flera fik under 1 km



**54 km Stigning****[20% max]****Inzain Tuscany Gravel Day 3**

53.3 km from start, 21.7 km to end

1.3 km at 7.1%

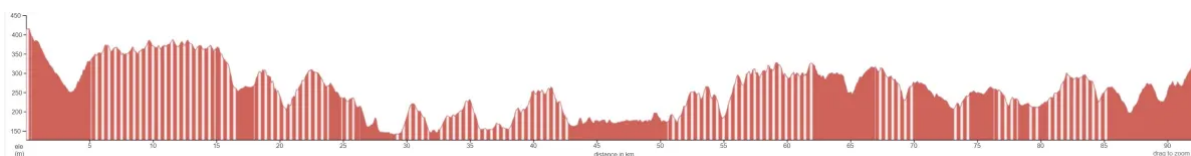


**veloviewer** POWERED BY **STRAVA**

**58 km** Montalcino Större stad. Bästa Restaurang?**68 km** Torrenieri-Montalcino fika flera ställen**Hotell:** Palazuolo , Via Santa Caterina da Siena, 43, 53027 San Quirico d'Orcia SI. Tel: +39 0577 898264

Hotell med otroligt fint poolområde. Lugnt och stilla. Mycket bra restaurang. OBS Ingen tvättmöjlighet här.

## Dag 4 San Quirico d'Orcia -> Siena (92 km/ 1,740 hm)



En av våra tuffaste dagar. Två segment av Strade Bianchi och de bästa delarna av L'Eroica

### Översikt:

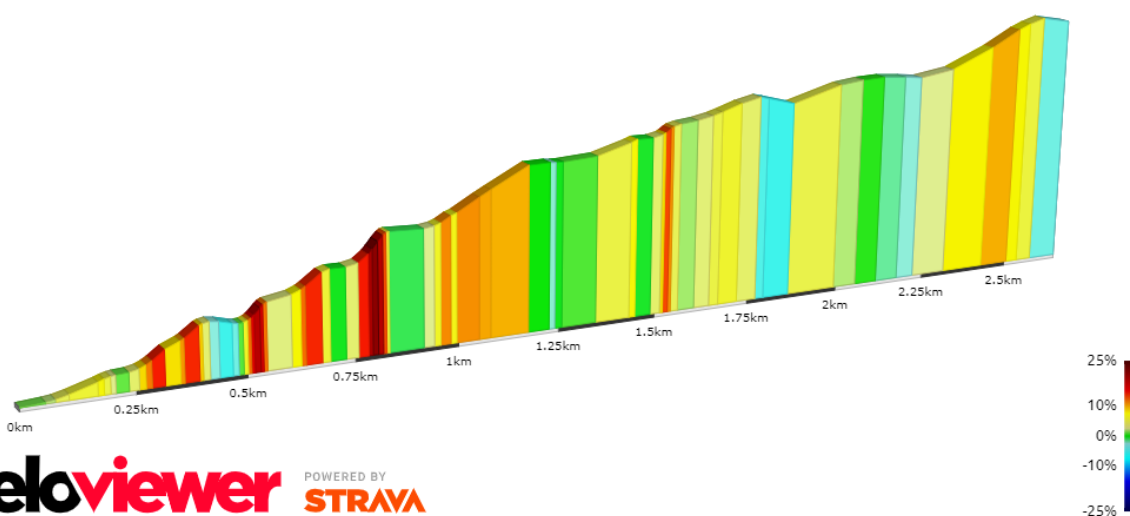
**4 km** första SB segmentet, 11 km långt. (Foto Op)

**[18% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 4

2.7 km at 4.5%

3.7 km from start, 86.3 km to end



**veloviewer** POWERED BY **STRAVA**

**16 km** Bilen möter

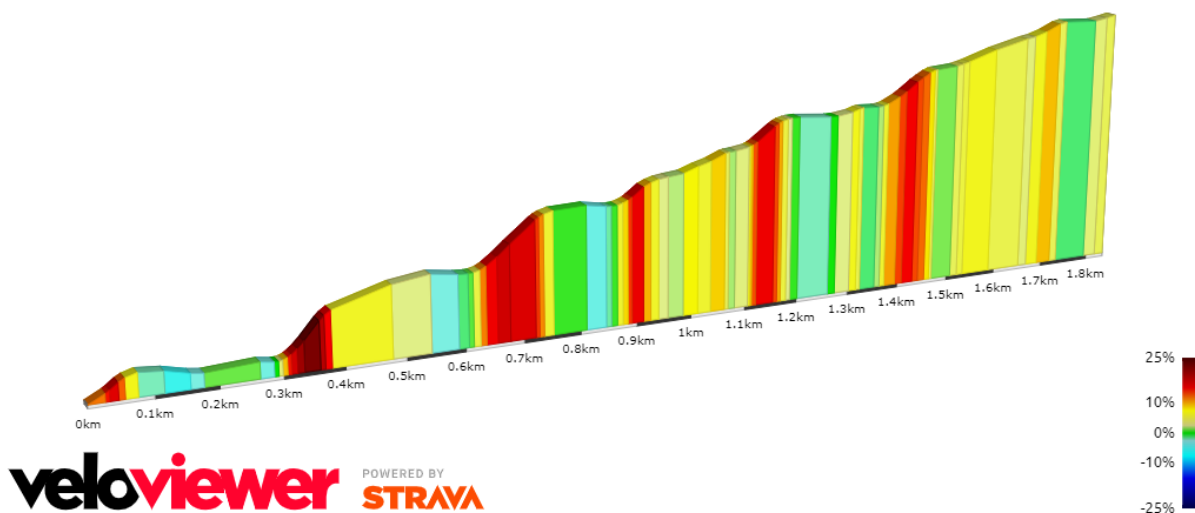
**22 km** stigning

**[20% max]**

### Inzain Tuscany Gravel Day 4

20.5 km from start, 70.2 km to end

1.8 km at 5.3%



28 km Buonconvento Fika Finns flera ställen.

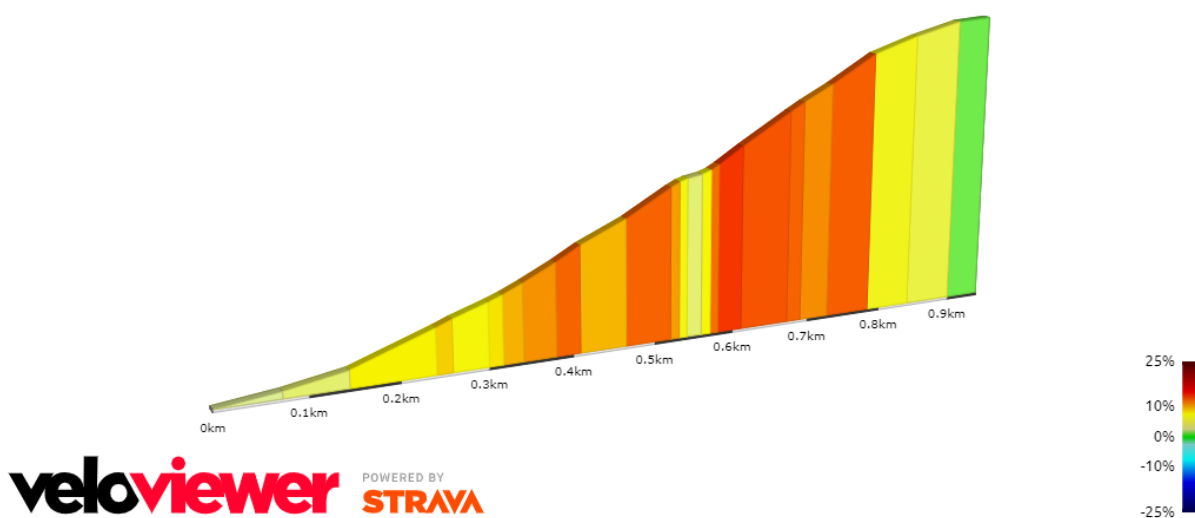
29 km Knäppa

[13% max]

### Inzain Tuscany Gravel Day 4

29.4 km from start, 62.3 km to end

0.9 km at 8.1%



### 40 km klättring

[15% max]

#### Inzain Tuscany Gravel Day 4

2.0 km at 4.8%

38.0 km from start, 52.6 km to end



### 49 km Asciano Lunch La Mencia La Botteghina

**51 km SB Segment 2 startar FOTO**

**[17% max]**

**Inzain Tuscany Gravel Day 4**

51.2 km from start, 39.0 km to end

2.3 km at 3.9%



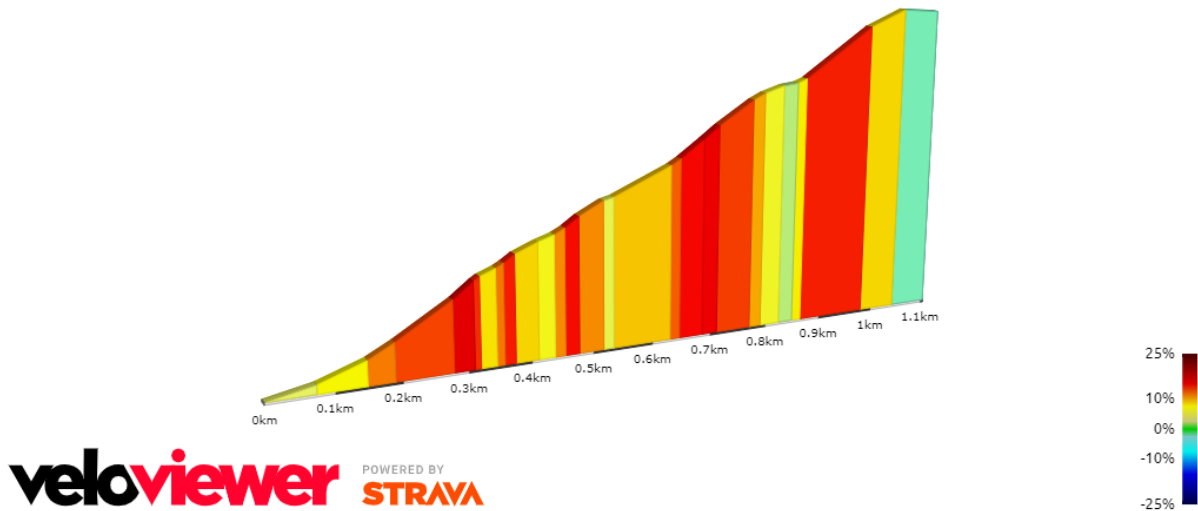
**55 km Knäppa**

**[14% max]**

**Inzain Tuscany Gravel Day 4**

55.0 km from start, 36.6 km to end

1.1 km at 9.7%



**62 km Segmentet slut H20 Bilmöte.**

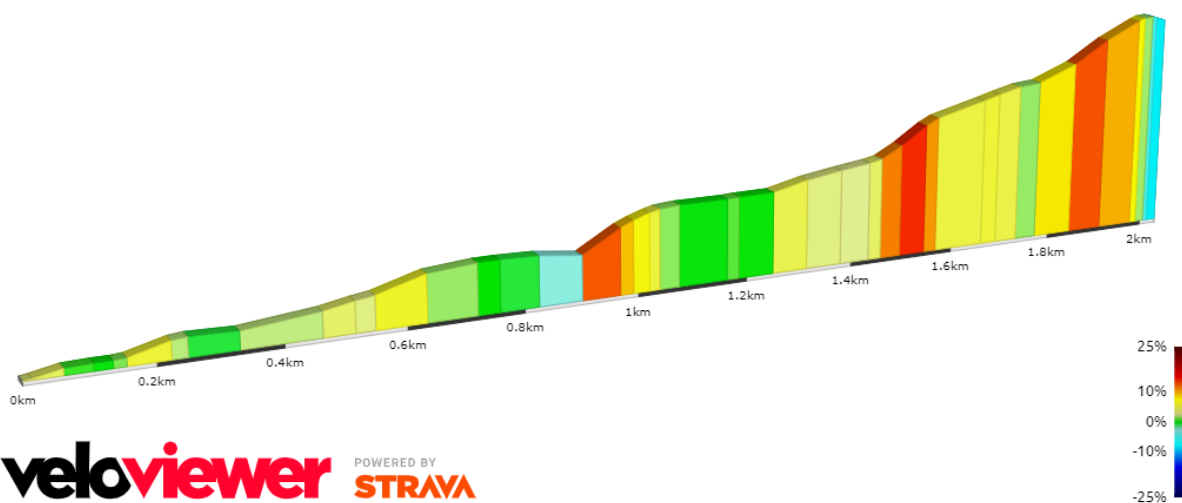
**79 km Pianella Kaffe Norra ändan**

**80 km knäppa****[11% max]**

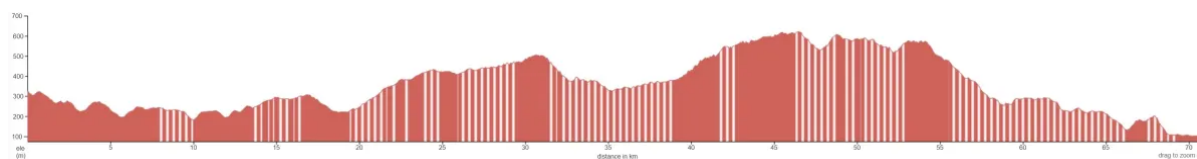
Inzain Tuscany Gravel Day 4

2.0 km at 4.0%

79.9 km from start, 10.6 km to end

**85 km** Asfalt till Siena.**Hotell:** Athena, Via Paolo Mascagni, 55, 53100 Siena SI. Tel: +39 0577 286313*Samma hotell som Dag 2*

## Dag 5 Siena -> Poggibonsi (71 km/ 1,270 hm)



Vi kör L'Eroicas NV del innan vi viker av mot Siena och avslutar dagen med skön nedförsåka.

**6.5 km** Bail om man vill, fortsatt bara rakt fram

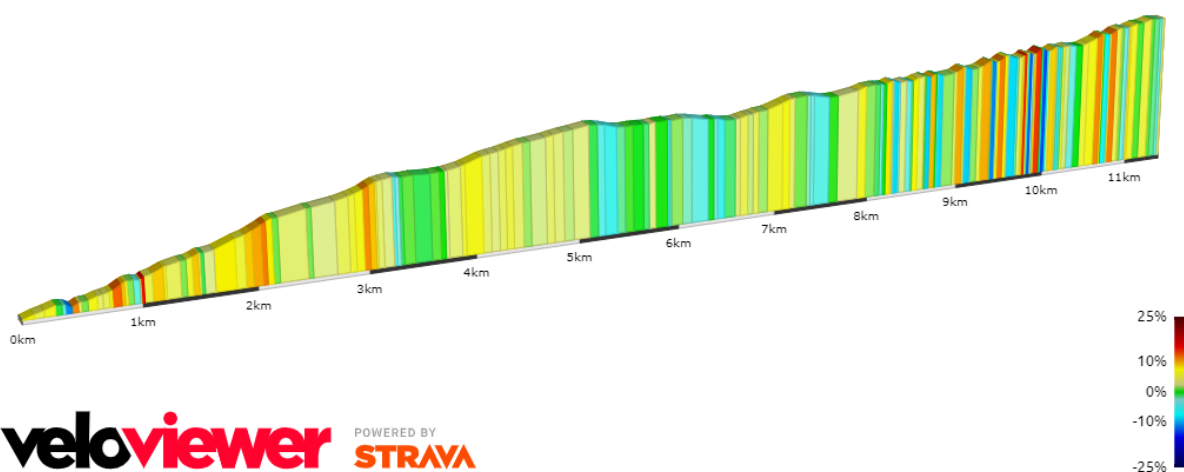
**20 km** stigning

**[10% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 5

11.4 km at 2.5%

19.3 km from start, 40.3 km to end



**veloviewer** POWERED BY **STRAVA**

**30 km** Kaffe?

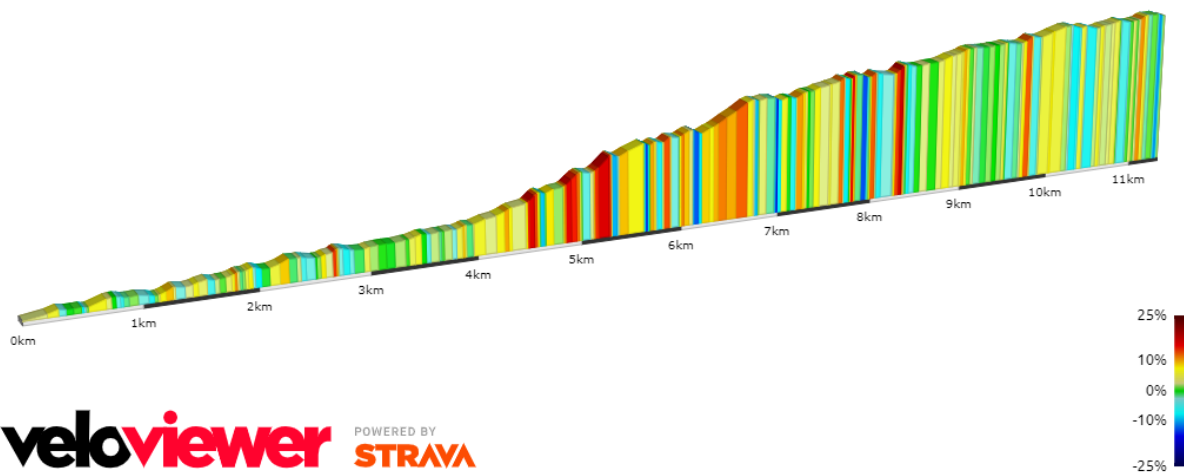
**35 km** stigning

**[15% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 5

11.4 km at 2.6%

35.2 km from start, 24.5 km to end



**veloviewer** POWERED BY **STRAVA**

46 km Collo Petroso finns ej på Google men ser ok ut.

47 km Lunch (avstickare)

48 km stigning

[15% max]

Inzain Tuscany Gravel Day 5

47.6 km from start, 22.4 km to end

1.0 km at 7.1%



veloviewer POWERED BY STRAVA

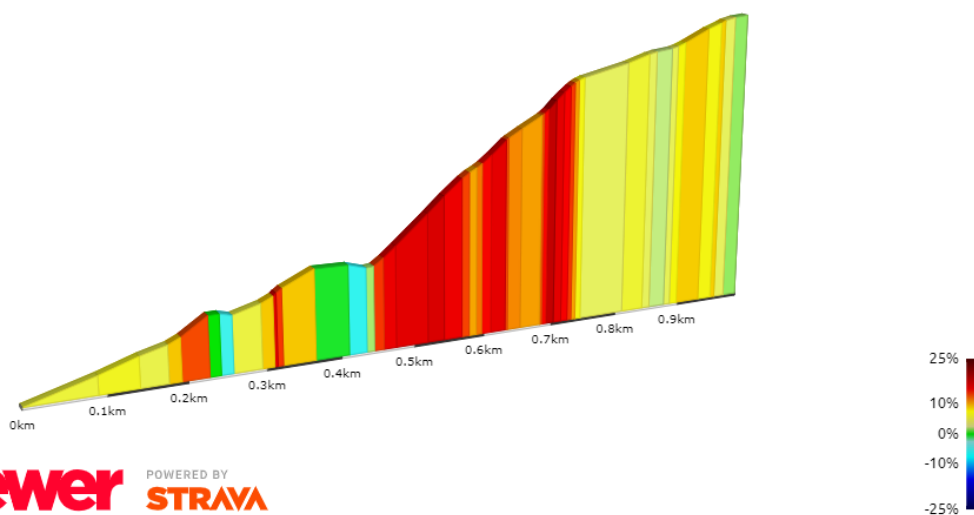
49 km Stigning

[15% max]

Inzain Tuscany Gravel Day 5

47.7 km from start, 22.3 km to end

1.0 km at 7.9%



veloviewer POWERED BY STRAVA

50.3 km finns ej på Google men ser ok ut. En bit Stig?

54 km väg som ej finns på Google men ser ok ut. 10 km

km 57-67 Bilmöte



**Hotell:**

Hotell Ristorante Alcide, Viale Guglielmo Marconi, 67, 53036 Poggibonsi SI. Tel:+39 0577 937501

*Bra restaurang. Stora rum. Hotell med lång och fin historia. Tvättmöjlighet finns här.*

## Dag 6 Poggibonsi -> Cecina (90 km/ 1,300 hm)

*Lite mer asfalt idag, vi passerar en del fina naturområden och spännande byar på vår väg mot medelhavet. Väl där följer vi stranden upp till Cecina där vi tillbringar natten.*

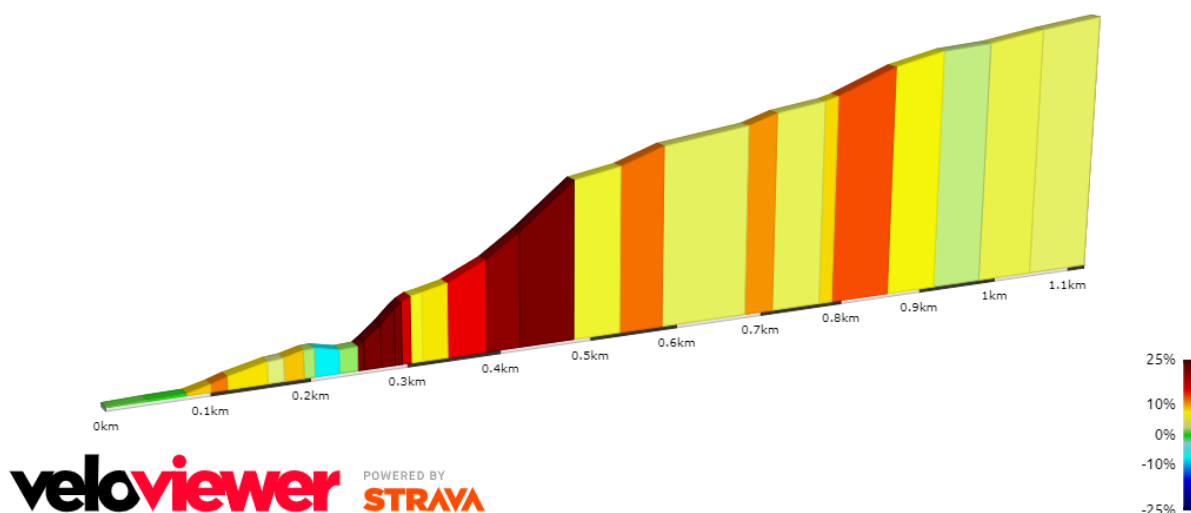
### 3.6 km Snäppa

**[21% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 6 V2

1.1 km at 8.9%

3.6 km from start, 85.1 km to end



### 21 km Castel San Gimignano Torn och skönhet Bilen möter

27 km litet stigparti

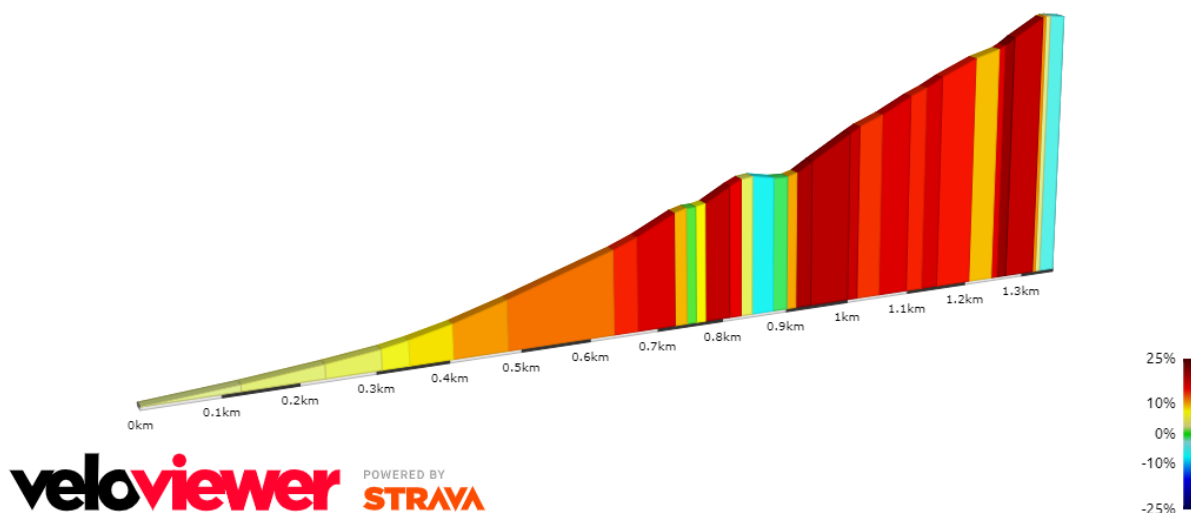
### 36 km Knäppa

**[18% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 6 V2

1.4 km at 10.1%

34.5 km from start, 54.0 km to end



**40km Knäppa****Inzain Tuscany Gravel Day 6 V2**

39.6 km from start, 48.8 km to end

**[19% max]**

1.4 km at 6.3%

**41 km** litet stigparti**44 km** Bilmöte**49 -52 km** Lunch

Ner till Cecina, platt och fint

**Hotell:** Tornese, Viale Galliano, 36, 57023 Cecina LI. Tel:+39 0586 188 1060*Bra läge nära stranden med fin restaurang*

## Dag 7 Cecina - Pisa (70 km/ 556 hm)

Vi närmar oss slutet men än finns det en del fint kvar. Vi börjar längs vattnet och slingrar oss sedan fram i dalen, sista biten till hotellet i Pisa är på asfalt.

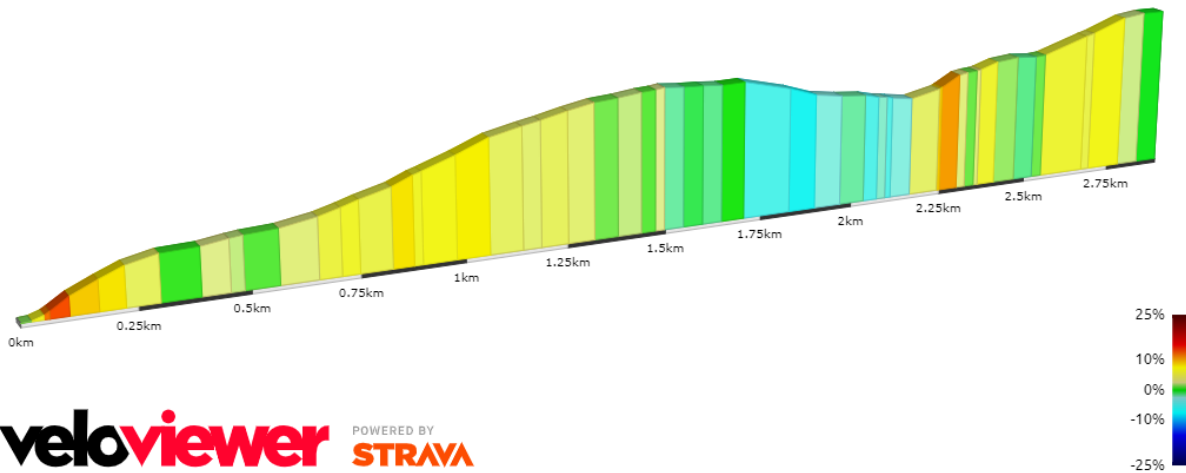
**33 km** Knäppa

**[10% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 7

2.9 km at 2.7%

32.8 km from start, 34.2 km to end



**36 km** Lavendelträdgård

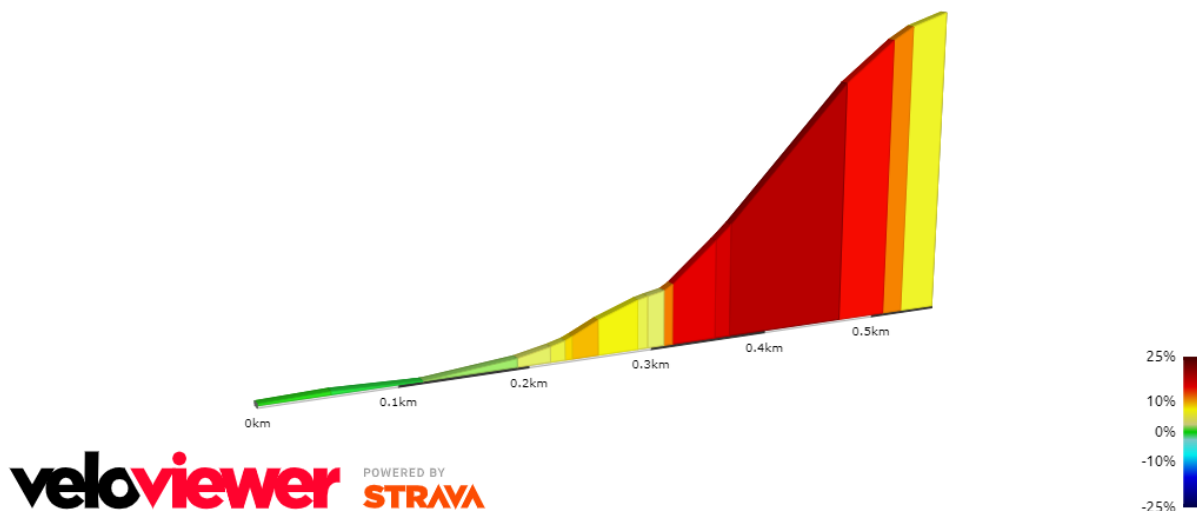
**43 km** Knäppa

**[19% max]**

Inzain Tuscany Gravel Day 7

0.6 km at 8.5%

42.9 km from start, 26.5 km to end



**48 km** Lunch Torretta Vecchia

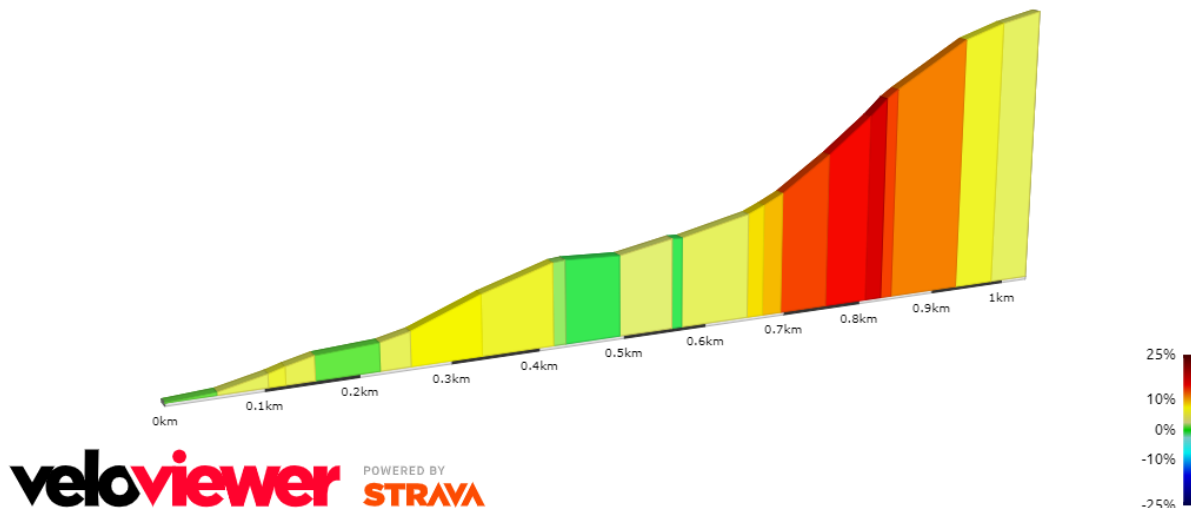
**49 km** Knäppa

Inzain Tuscany Gravel Day 7

47.9 km from start, 21.0 km to end

**[14% max]**

1.0 km at 6.2%



**Hotell:** Terminus Plaza

Via Cristoforo Colombo, 45, 56125 Pisa PI. Tel: [+39 050 500303](tel:+39050500303)

*Samma hotell som dag 1*

# Kontaktlista

Crew

Inzainers



# WhatsApp Splitwise Grouptrack

Vi sköter kommunikation i gruppen via WhatsApp då den fungerar bäst på platser där internet kan vara lite skakigt.

Ladda ner appen och gå med via denna länk

<https://chat.whatsapp.com/LJiUE22f5scEI7y2ApS6nJ>

Se till att du slår på notifieringar för appen på din cykeldator, då får du upp meddelande direkt, vilket är smidigt. Undran? Fråga mig eller någon annan i vår Crew.

## Ekonomi

Jag har kört ett antal resor som dessa i olika former och kommit fram till att SplitWise är ett bra sätt att hantera utlägg på cafeér restauranger affärer mm mellan gruppmedlemmar.

Man kan betala något och välja vilka som ska dela på utlägget och i slutändan räknar den ut vem man är skyldig eller ska få pengar av. Det är verkligen supersmidigt och ofta brukar det bli småslantar om man tänker på att betala ibland. Det är självfallet frivilligt men funkar bäst om alla är med. Själva regleringen gör vi på slutet och kör via swish.

Ladda ner appen och gå med via denna länk:

<https://www.splitwise.com/join/Y3p3a38654s+6kj6f>

## Grouptrack

För er som kör Garmin tycker jag ni ska aktivera LiveTrack och GroupTrack

Det innebär att vi kan se varandra direkt på våra garmins OCH skicka meddelanden. Det har räddat oss i Grusets Vänner ett flertal tillfällen. Man kan se var alla är på kartan och enkelt skicka färdigskrivna meddelanden.

Här är en guide till hur man gör.

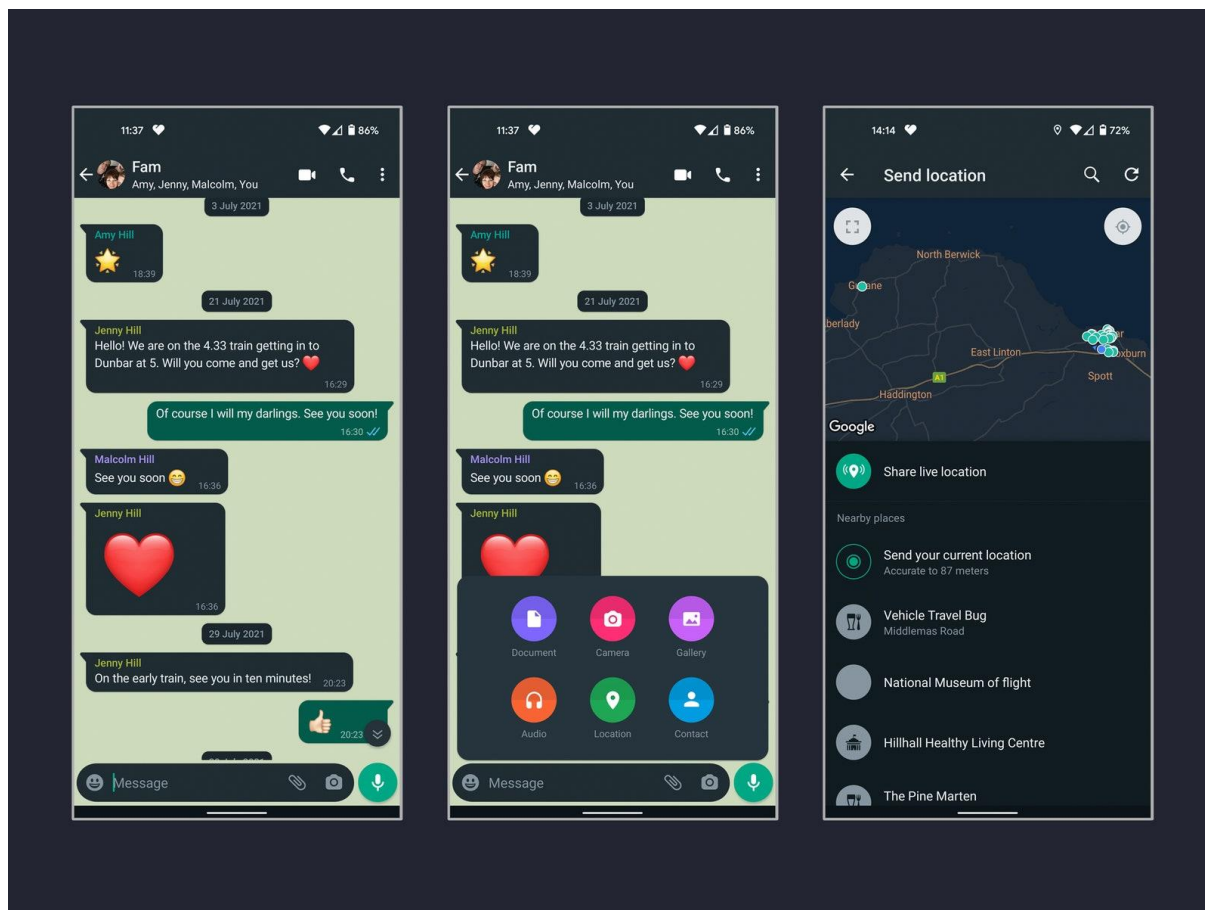
<https://support.garmin.com/en-US/?faq=cOx7CXs0fL07ahuRoOgNI8>

## Dela position via WhatsApp

Man kan också enkelt dela sin position via Whatsapp, här kan du läsa hur man gör, det fungerar oavsett om du har iPhone eller Android.

## How to Share Your Location Using WhatsApp

If the person or people you want to share with use WhatsApp, it's easy to share your location with them. This is available on both [Android](#) and [iOS](#).



1. Open WhatsApp and select the *Chats* tab.
2. Choose the person or group you want to share with.
3. On an iPhone, tap the plus icon at the bottom left. On an Android phone, tap the paperclip icon at the bottom right.
4. Choose *Location*.
5. Click *Send Your Current Location* for a snapshot of where you are now, or *Share Live Location* to share your real-time position as you move around for the period you specify (from 15 minutes up to 8 hours).