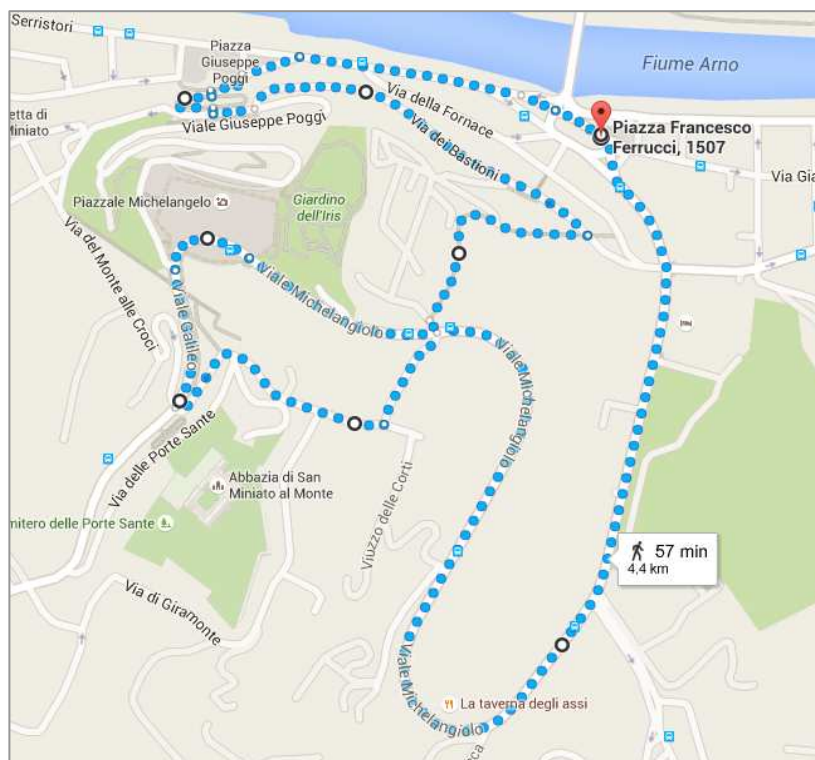


Passeggiando verso la terrazza di Firenze: il Piazzale Michelangelo

La passeggiata proposta di seguito si svolge al di là dell'Arno, da Piazza Ferrucci verso il Piazzale Michelangelo. Il tragitto prevede una prima parte più impegnativa, con una lieve pendenza per tutto il percorso di Viale Michelangelo e una pendenza maggiore per il breve tratto di Via S. Miniato al Monte in direzione della Chiesa di S. Miniato. La seconda parte del percorso si svolge, invece, in discesa, salvo un breve tratto pianeggiante. L'intera passeggiata potrà essere percorsa in poco meno di un'ora, mantenendo una velocità del passo di circa 5 km/h. Ricordiamo di iniziare la passeggiata tenendo per qualche minuto un ritmo blando per "scaldare" il corpo e di terminarla riducendo la velocità mantenuta nella fase centrale fino a ripristinare le stesse condizioni fisiologiche (frequenza cardiaca e respiratoria) iniziali.

Arrivando con la macchina è possibile parcheggiare nei pressi di Piazza Ferrucci e di Viale Michelangelo. Il percorso è raggiungibile anche con gli autobus linea 41, 23 e 12 (quest'ultimo in direzione Stazione S. Maria Novella).



Partendo da Piazza Ferrucci si sale per Viale Michelangelo, facilmente transitabile per i pedoni grazie ad un marciapiede molto ampio. Prima di giungere al famoso Piazzale omonimo si svolta a sinistra in Via di San Miniato al Monte per poi proseguire a destra in Via del Monte alle Croci. Qui si trova la bella Chiesa di San Miniato. Passando da quest'ultima è possibile raggiungere l'adiacente Abbazia di S. Salvatore al Monte. Scendendo lungo la scalinata o per il viale di ghiaia si arriva al Piazzale Michelangelo. La passeggiata prosegue verso destra imboccando ancora una volta Viale Michelangelo e poi a sinistra di nuovo in Via di San Miniato al Monte che, in questo tratto, corre in discesa fino ad incontrare Via dei Bastioni. Percorrendo quest'ultima strada si giunge all'ultimo tratto delle "rampe" che portano a Piazza Giuseppe Poggi. Da qui, seguendo il lungarno Benvenuto Cellini, si torna nuovamente al punto di partenza.