

## 7 GIORNI IN ELBA

**Attenzione :** questo programma e' puramente indicativo e potrà essere modificato in base alle condizioni meteo e/o desiderata dei partecipanti

### Giorno 1: Anello di Capoliveri

- **Distanza:** circa 35 km
- **Percorso:** Lacona – Capoliveri – Lido di Capoliveri – Lacona
- **Descrizione:** Partendo da Lacona, si raggiunge Capoliveri attraverso strade secondarie. Dopo una visita al borgo, si scende verso il Lido di Capoliveri per una pausa sul mare, per poi rientrare a Lacona. [Italia-Route.it](http://Italia-Route.it)

### Giorno 2: Esplorazione di Porto Azzurro

- **Distanza:** circa 40 km
- **Percorso:** Lacona – Norsì – Porto Azzurro – Lacona [Bici da Strada](#)
- **Descrizione:** Questo itinerario conduce a Porto Azzurro passando per la località di Norsì. Si pedala lungo strade panoramiche con vista sul mare, ideali per evitare il traffico.

### Giorno 3: Anello di Marina di Campo

- **Distanza:** circa 50 km
- **Percorso:** Lacona – Marina di Campo – Sant'Ilario – San Piero – Lacona
- **Descrizione:** Un percorso che attraversa il pittoresco paese di Marina di Campo e i borghi collinari di Sant'Ilario e San Piero, offrendo scorci suggestivi dell'entroterra elbano.

### Giorno 4: Visita a Rio nell'Elba

- **Distanza:** circa 55 km
- **Percorso:** Lacona – Porto Azzurro – Rio nell'Elba – Lacona
- **Descrizione:** Partendo da Lacona, si attraversa Porto Azzurro per poi salire verso Rio nell'Elba, uno dei borghi più antichi dell'isola, utilizzando strade poco trafficate.

### Giorno 5: Anello di Marciana Marina

- **Distanza:** circa 60 km
- **Percorso:** Lacona – Procchio – Marciana Marina – Poggio – Lacona
- **Descrizione:** Questo itinerario conduce alla scoperta della costa nord dell'isola, passando per Procchio e Marciana Marina, con ritorno attraverso il borgo di Poggio.

### Giorno 6: Esplorazione di Cavo

- **Distanza:** circa 60 km [Piste Ciclabili](#)
- **Percorso:** Lacona – Porto Azzurro – Rio Marina – Cavo – Lacona
- **Descrizione:** Un percorso che porta fino alla frazione di Cavo, attraversando Rio Marina e offrendo panorami costieri mozzafiato.

## **Giorno 7: Relax a Lacona**

- **Distanza:** variabile
- **Percorso:** Giornata dedicata al relax, con la possibilità di esplorare i dintorni di Lacona o semplicemente godersi la spiaggia locale.