



**LA MONASTICA**  
RESORT & SPA



**LA MONASTICA  
RESORT & SPA**  
**Experiences**



# Experiences

IN RESORT

## YOGA AND MEDITATION

Yoga e meditazione

## VISIT TO OUR VEGETABLE GARDEN

Visita al nostro orto

## GARDENING CLASS

Lezione di giardinaggio

## COOKING CLASSES

Lezioni di cucina

## COCKTAIL MASTERCLASSES

Masterclass di cocktail

## DINNER UNDER THE STARS

Cena sotto le stelle

## STARGAZING EXPERIENCE

Osservazione delle stelle

## PICNIC AT LA MONASTICA

Picnic a La Monastica

## OLFACTORY WORKSHOP

Laboratorio olfattivo

## FLOWER CROWN WORKSHOP

Lezione di coroncine di fiori





## Yoga and meditation

Within the serene setting of our resort, where every element inspires calm, yoga and meditation become a natural path toward inner balance. Qualified instructors will guide you through practices that blend movement and awareness, helping you rediscover that sense of harmony that accompanies every form of genuine well-being.

### YOGA E MEDITAZIONE

*Nella cornice del nostro resort, dove ogni elemento invita alla serenità, lo yoga e la meditazione diventano un percorso naturale verso l'equilibrio interiore. Insegnanti qualificati vi guideranno in pratiche che uniscono movimento e consapevolezza, restituendovi quella sensazione di armonia che accompagna ogni forma di benessere autentico.*



## Visit to our vegetable garden

Just a few steps from the resort, along the banks of the Cessana stream, our natural garden awaits you. Here you'll discover how we cultivate herbs, fruits, and vegetables in full respect of regenerative agriculture. A simple yet surprising experience, inviting you to appreciate the beauty of the authentic flavors that enliven our cuisine.

### VISITA AL NOSTRO ORTO

*A pochi passi dal resort, lungo le rive del torrente Cessana, vi attende il nostro orto naturale. Qui scoprirete come coltiviamo erbe aromatiche, frutta e ortaggi nel rispetto dell'agricoltura rigenerativa. Un percorso semplice ma sorprendente, per apprezzare la bellezza dei sapori veri che animano la nostra cucina.*



## Gardening class

Every day, the gardeners who care for La Monastica's green spaces will guide you through the small gestures that make beauty bloom. During the lesson, you'll learn simple and effective techniques for selecting, planting, and tending flowers and plants — and you'll discover how caring for nature can be a deeply relaxing and rewarding experience.

### LEZIONE DI GIARDINAGGIO

*I giardinieri, che ogni giorno si prendono cura degli spazi verdi di La Monastica, vi guideranno alla scoperta dei piccoli gesti che fanno fiorire la bellezza. Durante la lezione imparerete tecniche semplici ed efficaci per scegliere, piantare e curare fiori e piante. Scoprirete anche come l'aver cura del verde sia un'esperienza piacevole e distensiva.*



## Cooking classes

### Discover the art of Italian cooking in Tuscany

Our cooking classes take you to the heart of Italian and Tuscan culinary tradition. Guided by Chef Igor Rosi, you'll discover, in a practical and convivial way, the secrets behind the dishes of our region.

#### OUR SIGNATURE CLASSES



##### **La pasta fresca cooking class**

Learn how to make fresh pasta, knead and roll out the dough to create tagliatelle or ravioli.

##### **Pizza cooking class**

Uncover all the secrets of authentic Italian pizza, from preparing the dough to achieving the perfect bake in the oven.

##### **Tuscan green cooking class**

For those who love lightness and freshness, enjoy a class dedicated to vegetarian cuisine and the preparation of dishes made with the most genuine ingredients from our garden.

**Class times: daily at 11:00 AM or 3:00 PM**

*What's included:*

- Personalized cooking lesson with Chef Igor Rosi
- A bottle of sparkling wine
- Light lunch featuring the dishes you've prepared



##### **An experience to savor**

*Whether you're a food enthusiast or simply curious to learn more about Italian culinary tradition, our cooking classes offer the perfect blend of culture, flavor, and the joy of sharing.*

*Book your class and take home with you the secrets of true Tuscan cooking.*



# Lezioni di cucina

## Scoprite l'arte della nostra cucina

Le nostre lezioni di cucina vi conducono nel cuore della tradizione culinaria italiana e toscana. Guidati dallo Chef Igor Rosi, scoprirete, in modo pratico e conviviale, i segreti dei piatti del nostro territorio.



### LE NOSTRE LEZIONI ESCLUSIVE

#### **Lezione di pasta fresca**

Per imparare a fare la pasta fresca, a impastare e stendere la sfoglia per preparare tagliatelle o ravioli.

#### **Lezione di pizza**

Tutti i segreti della vera pizza italiana, dall'impasto alla perfetta cottura nel forno.

#### **Lezione di cucina vegetariana toscana**

Per chi ama la leggerezza e la freschezza, una lezione dedicata alla cucina vegetariana e alla preparazione dei piatti con i sapori più genuini del nostro orto.

#### **Orari delle lezioni: tutti i giorni alle 11:00 o alle 15:00**

Cosa è incluso:

- *Lezione di cucina personalizzata con lo Chef Igor Rosi*
- *Una bottiglia di vino spumante*
- *Pranzo leggero con i piatti preparati durante la lezione*



### **Un'esperienza tutta da gustare**

*Per gli appassionati di gastronomia o semplicemente per chi vuole sapere di più della tradizione culinaria italiana, le nostre lezioni di cucina offrono il perfetto connubio tra cultura, sapore e il piacere di condividere! Prenotate la vostra lezione per portare a casa con voi i segreti della buona cucina toscana.*



# Cocktail masterclass

With our expert bartender

Let our expert barman guide you on a journey through the world of Italian mixology. You'll learn the art of crafting the most iconic cocktails while discovering the stories and curiosities that made them famous around the world.

## **Negroni cocktail class & its history**

*Duration: 30 minutes*

Uncover the history of the **Negroni**, created in Florence in 1919, and master the skill of perfectly balancing gin, Campari, and vermouth to create this timeless classic.

## **Spritz cocktail class & its history**

*Duration: 30 minutes*

Explore the origins of the **Spritz**, Italy's most beloved aperitif, and learn how to combine prosecco, Aperol (or Campari), and soda to achieve its unmistakable freshness.

## **Negroni & Spritz cocktail class**

*Duration: 1 hour*

A refined yet convivial tasting experience that will teach you how to prepare the two most celebrated Italian cocktails in the world — the Negroni and the Spritz.

### ***What's Included:***

- Cocktail tutorial and tasting led by our expert bartender
- The rich history behind each drink
- Enjoy your own handcrafted cocktails at the end of the session



Raise your glass to Italy!  
Reserve your spot today for an  
unforgettable mixology experience.



# Masterclass di cocktail

Con il nostro esperto bartender

Lasciatevi guidare dal nostro esperto barman in un viaggio alla scoperta della mixology italiana. Imparerete l'arte di creare i cocktail più iconici, ascoltando le storie e le curiosità che li hanno resi celebri nel mondo.

## Lezione di cocktail Negroni & la sua storia

*Durata: 30 minuti*

Scoprite la storia del Negroni, inventato a Firenze nel 1919, e padroneggiate l'arte di bilanciare perfettamente gin, Campari e vermouth per creare il cocktail per antonomasia.

## Lezione di cocktail Spritz & la sua storia

*Durata: 30 minuti*

Esplorate le origini dello Spritz, l'aperitivo più popolare in Italia, e imparate a dosare prosecco, Aperol (o Campari) e soda per ottenere la sua freschezza inconfondibile.

## Lezione di cocktail Negroni & Spritz

*Durata: 1 ora*

Degustazione e approfondimento in un'atmosfera conviviale e raffinata per imparare a preparare i due cocktail italiani più famosi al mondo, il Negroni e lo Spritz.

### **Cosa è incluso:**

- *Lezione e degustazione di cocktail con il nostro barman esperto*
- *La ricca storia dietro ogni drink*
- *Degustazione dei cocktail preparati durante la lezione*



Brindiamo all'Italia!  
Prenota oggi il tuo posto per  
un'esperienza di mixology indimenticabile.



## Dinner under the stars

In the quiet of our garden, surrounded by ancient walls, you will experience an unforgettable evening: a dinner under the stars, perfect for celebrating a special moment or simply savoring the beauty of the night. Making it even more exclusive is a personalized menu created just for you by our Chef. The soft glow of candlelight, the gentle evening breeze, and the starry sky will frame an intimate, refined, and truly dreamlike experience.

### Cena sotto le stelle

*Nella quiete del nostro giardino, circondati dalle antiche mura, vivrete una serata davvero indimenticabile: una cena sotto le stelle ideale per celebrare un momento speciale o semplicemente per assaporare la bellezza della notte. A renderla ancora più esclusiva sarà il menu personalizzato creato apposta per voi dal nostro Chef. La luce soffusa delle candele, la brezza leggera e il cielo stellato saranno la cornice a un'esperienza intima e raffinata, da sogno.*



## Stargazing experience

From the terraces and gardens of La Monastica, far from the city lights, you can admire the night sky in all its purity. Guided by an expert astronomer, you'll discover constellations, planets, and the fascinating stories that accompany the celestial bodies. Seated outdoors, enjoying a glass of wine or a herbal tea, you'll be captivated by the silence and beauty of the universe — a relaxing and inspiring experience where science and poetry meet under the Tuscan sky.

### Osservazione delle stelle

*Dalle terrazze e dal giardino di La Monastica, lontani dalle luci della città, potrete ammirare il cielo notturno in tutta la sua purezza. Guidati da un astronomo esperto, scoprirete le costellazioni, i pianeti e le affascinanti storie che accompagnano i corpi celesti. Seduti all'aperto, gustando un bicchiere di vino o una tisana, vi lascerete incantare dal silenzio e dalla bellezza dell'universo. Un'esperienza rilassante e suggestiva, che unisce scienza e poesia sotto il cielo della Toscana.*



## Chic-Nic Picnic at La Monastica

At the heart of our garden, you'll find the pleasure of an authentic Tuscan picnic, with a basket prepared by the *Ristorante Devoti*, filled with artisanal cheeses and cured meats, homemade preserves, and freshly baked bread. Whether it's a romantic escape or a lunch with friends, you can settle on the grass, enjoy the panoramic view, and rediscover the simple joy of good things shared.

### Picnic a La Monastica

*Nel cuore del nostro giardino, vi attende il piacere di un autentico picnic toscano con il cestino preparato dal Ristorante Devoti ricco di formaggi e salumi artigianali, conserve fatte in casa e pane appena sfornato. Che sia una fuga romantica o un pranzo fra amici, potrete accomodarvi sull'erba e godere dell'ampio panorama riscoprendo il gusto delle cose semplici.*



## Olfactory workshop, create your own personal fragrance

Guided by the expert perfumers of Ephèmera, you'll embark on a fascinating journey to discover your own personal scent. You'll learn to recognize the differences between top, heart, and base notes, and to identify those that best reflect your personality. The workshop includes an introductory lesson on the art of perfumery and culminates in the creation of your own exclusive fragrance. At the end of the experience, each participant will receive their personalized Extrait de Parfum with a 30% concentration (a mark of true *haute parfumerie*, ensuring exceptional longevity and olfactory richness) along with three 10 ml sprays, all presented in the elegant Ephèmera packaging. A tangible keepsake from an unforgettable sensory journey, your fragrance composition will be carefully preserved and can be reproduced upon request.

### Laboratorio olfattivo, come creare il proprio profumo personale

*Sotto la guida esperta dei professionisti di Ephèmera, intraprenderete un percorso affascinante alla scoperta della vostra fragranza personale. Imparerete a riconoscere le differenze tra le note di testa, di cuore e di fondo e a sentire quali corrispondano maggiormente alla vostra personalità. Il laboratorio, che comprende anche una lezione introduttiva sul mondo della profumeria, permette poi di comporre il proprio, esclusivo profumo. Al termine del workshop, ogni partecipante riceve il proprio Extrait de Parfum personalizzato in concentrazione al 30%, una percentuale esclusiva che ne definisce l'appartenenza all'haute parfumerie e ne garantisce una persistenza e una ricchezza olfattiva straordinaria, e tre spray da 10 ml, racchiusi nell'elegante packaging firmato Ephèmera. Un ricordo tangibile di un'esperienza sensoriale indimenticabile la cui composizione verrà custodita e potrà essere riprodotta su richiesta del partecipante.*



## Flower Crown Workshop

Guided by Francesca, flower farmer and creative soul behind *A-cute Garden*, you'll discover the gentle art of weaving flowers and leaves to create delicate crowns, not only to wear in your hair, but also to wrap around your wrist or adorn an outfit with elegance and a personal touch.

Creating a flower crown is an act that unites hands and heart: a small ritual of beauty and patience, where every bloom finds its place and every scent becomes a memory. A poetic experience that invites calm, harmony, and a reconnection with nature's quiet grace.

### Lezione di coroncine di fiori

*Guidati da Francesca, flower farmer e anima creativa di A-cute Garden, scoprirete l'arte gentile di intrecciare fiori e foglie per creare coroncine da utilizzare non solo per i capelli, ma anche da avvolgere intorno al polso oppure per decorare un abito in modo elegante e personalizzato. Realizzare una coroncina è un gesto che unisce mani e cuore: un piccolo rito di bellezza e pazienza, dove ogni fiore trova il suo posto e ogni profumo diventa memoria. Un'esperienza poetica che invita alla calma e all'armonia.*



# Experiences

OUTSIDE RESORT



## WINE TASTING

Degustazione di vini

## HELICOPTER FLIGHT TO DISCOVER TUSCANY

Volo in elicottero alla scoperta della Toscana

## VINTAGE DRIVE: VESTA AND VINTAGE FIAT 500

Guida vintage: Vespa e Fiat 500 d'epoca

## WALKING, HIKING, TREKKING, CYCLING

Passeggiate, escursioni, trekking, ciclismo

## HORSEBACK RIDING

Passeggiata a cavallo

## DISCOVER THE TRADITION AND TASTE OF LARDO DI COLONNATA

Alla scoperta della tradizione e del gusto del Lardo di Colonnata

## VISIT TO THE PIAGGIO MUSEUM

Visita al Museo Piaggio

## BIRDWATCHING IN THE PADULE DI FUCECCHIO

Birdwatching nel Padule di Fucecchio

## TRUFFLE HUNTING

Caccia al tartufo

## HOT AIR BALLOON FLIGHT

Volo in Mongolfiera

## VISIT TO THE NATURAL POOLS POLLE DI MALBACCO

Visita alle piscine naturali Polle di Malbacco





**FALCONER FOR A DAY**  
Falconiere per un giorno

**SKYDIVING – SKYDIVE LUCCA**  
Lancio con il paracadute – Skydive Lucca

**FLORENCE/LUCCA/PISA TOUR**  
Visita di Firenze, Lucca, Pisa

**VISIT TO THE GIACOMO PUCCINI MUSEUM**  
Visita al Museo Giacomo Puccini

**VISIT TO THE MONTECATINI THERMAL BATHS**  
Visita alle Terme di Montecatini

**CINQUE TERRE TOURS**  
Tour delle Cinque Terre

**CARRARA MARBLE QUARRIES TOUR BY JEEP**  
Tour delle cave di marmo di Carrara in jeep

**PLAYING GOLF AROUND BUGGIANO CASTELLO**  
Giocare a golf nei dintorni di Buggiano Castello

Montecatini Golf Club

Golf Club Le Pavoniere

Golf Club Bellosguardo Vinci

Golf Club Tirrenia

Golf Club Montelupo

Castelfalfi Golf Club





## Wine tasting

Discover the great Tuscan wines through an elegant tasting experience guided by our sommeliers. You'll savor labels that tell the story and character of this land, learning to recognize the aromas, bouquets, and nuances that make each glass unique. Tastings are held in our private cellar or in some of Tuscany's most renowned wine regions, such as Montecarlo, Bolgheri and Chianti, a sensory journey that blends culture, elegance, and pure pleasure.

### Degustazione di vini

*Scoprite i grandi vini toscani attraverso una raffinata esperienza di degustazione guidata dai nostri sommelier. Assaporerete etichette che raccontano la storia e il carattere di questa terra, imparando a riconoscere aromi, profumi e sfumature che rendono unico ogni calice. Le degustazioni si svolgono nella nostra cantina privata o in alcune delle più rinomate zone vinicole, come Montecarlo, Bolgheri e il Chianti. Un viaggio sensoriale che unisce cultura, eleganza e piacere del palato.*

## Helicopter flight to discover Tuscany

Departing from La Monastica's private helipad, you'll enjoy an exclusive experience offering a breathtaking new perspective of Tuscany. Fly over rolling hills, vineyards, art cities, and medieval villages, admiring the beauty of this landscape from above. During the flight, you may choose to land in selected locations for a private picnic or a special visit. The itinerary and duration are fully customizable to suit your wishes.

### Volo in elicottero alla scoperta della Toscana

*Partendo dall'elisuperficie privata de La Monastica, vivrete un'esperienza esclusiva che vi regalerà una prospettiva inedita sulla Toscana. Sorvolerete colline, vigneti, città d'arte e borghi medievali, ammirando dall'alto la bellezza di questo territorio. Durante il volo, sarà possibile atterrare in location selezionate per un picnic privato o una visita speciale. Itinerario e durata sono completamente personalizzabili per rispondere alle vostre esigenze.*



## Vintage drive: Vespa and Fiat 500 experience

Aboard timeless icons, you'll cross rolling hills, vineyards, and medieval villages. Stops at wineries and small towns along the way make the journey even richer in emotion. Whether you choose a Vespa or a Fiat 500, you'll experience the most authentic side of Tuscany — like living inside a story. A carefree adventure filled with memories, flavor, and wonder.

### Guida Vintage: Vespa e Fiat 500 d'epoca

*A bordo di icone senza tempo attraverserete colline, vigneti e borghi medievali. Sono previste soste in cantine e piccoli paesi per rendere il viaggio ancora più ricco di emozioni. Che scegliate Vespa o Fiat 500, vivrete come in un vero e proprio racconto la Toscana più autentica. Sarà un viaggio spensierato e ricco di memorie tra fotografia, gusto e meraviglia.*



## Walks, hikes & cycling tours

Among olive groves and vineyards, white roads and medieval views, we'll guide you along routes suited to every pace and pedal. From panoramic walks to more energetic hikes and bike tours, you'll discover the magic of Tuscany — a land of open spaces, gentle silences, and ancient stories that will stay with you forever.

### Passeggiate, escursioni e ciclismo

*Sentieri tra ulivi e vigneti, strade bianche e scorci medievali: vi guideremo in percorsi adatti a ogni passo e pedalata. Dalle passeggiate panoramiche ai trekking più energici, fino ai tour in bici, per scoprire la magia della Toscana, un territorio autentico fatto di spazi, silenzi e storie antiche che vi porterete sempre nel cuore.*



## Horseback riding in the tuscan countryside

You don't need to be an expert to experience the joy of horseback riding through the Tuscan landscape as in times past. With the guidance of experienced instructors, you'll cross fields, forests, and ridgelines, feeling the deep sense of freedom and harmony that only horseback riding can offer. It's an authentic connection with nature: the horse's breath, its steady rhythm, the landscape flowing by a beautiful way to rediscover a slower, more genuine pace of life.

### Passeggiata a cavallo

*Non serve essere esperti per provare l'emozione dell'andare a cavallo e attraversare il paesaggio toscano come un tempo. Grazie a guide esperte, che vi seguiranno attentamente, attraverserete campi, boschi e crinali e proverete quale straordinario senso di libertà e armonia accompagna l'equitazione. È un contatto sincero con la natura: il respiro del cavallo, il passo regolare, il paesaggio che scorre, la splendida sensazione del vivere a un ritmo più lento e autentico.*

## Discovering the tradition of Lardo di Colonnata

We'll take you into the historic workshops of Colonnata, the village renowned for producing its namesake delicacy. You'll uncover the secrets of this exquisite cured meat, a Protected Geographical Indication (PGI) product made from pork fat aged in marble basins from Carrara. A true gourmet treasure admired worldwide. You'll learn about its tradition and production methods and, of course, taste it served with warm bread, local wines and regional specialties.

### Alla scoperta della tradizione del Lardo di Colonnata

*Vi accompagneremo nei laboratori storici di Colonnata, il borgo famoso per la produzione dell'omonimo lardo. Scoprirete i segreti di questo prelibato salume, ad indicazione geografica protetta (IGP), che si ricava dal grasso di maiale lasciato stagionare in conche di marmo di Carrara. Una vera e propria prelibatezza apprezzata in tutto il mondo. Ne conoscerete la tradizione, il metodo e naturalmente avrete modo di assaggiarlo servito con pane caldo, vini locali e specialità del territorio.*



## Piaggio Museum Visit

In Italy's largest museum dedicated to motorcycling, you'll retrace the history, design, innovation, and style of mobility. Among vintage Vespas, prototypes, and iconic pieces, you'll discover how **Piaggio**, founded in 1884, has embodied the evolution of transport — from ships and airplanes to trains, cars, and motorbikes. A fascinating journey into Italian creativity, perfect for enthusiasts and curious visitors of all ages.

### Visita al Museo Piaggio

*Nel più grande museo italiano dedicato al motociclismo ripercorrerete storia, design, innovazione e costume della mobilità. Tra Vespa d'epoca, prototipi e pezzi iconici, scoprirete come la Piaggio, fondata nel 1884, abbia attraversato e interpretato l'intera evoluzione dei trasporti: navi, aerei, treni, auto e motociclette. Un viaggio affascinante nella creatività italiana per appassionati e curiosi di ogni età.*



## Birdwatching in the Fucecchio Marshes

The Padule di Fucecchio is Italy's largest inland wetland, spanning nearly 2,000 hectares across the provinces of Pistoia, Florence, Lucca, and Pisa. Particularly significant during the Medici era (15th–16th centuries), it remains a haven for wildlife. Guided by a naturalist, you'll explore this remarkable ecosystem and, depending on the season, observe herons, egrets, ducks, and countless migratory species — more than 200 have been recorded here. A slow, immersive experience where every sighting becomes a celebration of nature's quiet beauty.

### Birdwatching nel Padule di Fucecchio

*Il Padule di Fucecchio è la più grande palude interna italiana. Situata tra le province di Pistoia, Firenze, Lucca e Pisa, e particolarmente importante durante il periodo dei Medici (XV e XVI secolo), copre quasi 2000 ettari. La esplorerete accompagnati da una guida naturalistica e, secondo la stagione, avrete modo di ammirare aironi, garzette, anatre e altre specie migratorie (si calcola che vi sostino circa 200 specie). Un'esperienza lenta e immersiva, dove ogni avvistamento diventa una straordinaria scoperta della bellezza della natura.*

## Truffle Hunting Experience

Accompanied by our expert truffle hunter and his faithful dog, you'll venture into the woods in search of these precious tubers. You'll learn about their habitat, seasonal cycles, hunting techniques, storage secrets, and how to recognize a truffle of true quality. Between stories and curiosities, you'll experience the magical moment of discovery as a revelation. The adventure concludes with a guided tasting, where you'll learn to distinguish the truffle's aroma, texture, and flavor.

### Caccia al Tartufo

*Accompagnati dal nostro esperto tartufaio e dal suo cane entrerete nel bosco per cercare i preziosi tuberi. Avrete modo di conoscere habitat, stagionalità, tecniche di ricerca, segreti di conservazione e anche come riconoscere un tartufo di alta qualità. Tra racconti e curiosità, vivrete il momento dell'“affiorare” come una rivelazione. E per concludere ci sarà l'assaggio guidato per imparare a distinguerne il profumo, la consistenza e il sapore.*



## Hot air balloon flight

Your journey begins at dawn, as you watch the final stage of the balloon's inflation before climbing into the basket. For about an hour, you'll drift silently above the Tuscan countryside — over hills, olive groves, vineyards, and medieval villages. It's a quiet, poetic flight offering a breathtaking view of Tuscany from above. After landing, while the balloon is folded away, you'll toast the adventure with a glass of Prosecco and a tasting of carefully selected local delicacies. The entire experience lasts about two and a half hours. (Activity subject to weather conditions.)

### Volo in mongolfiera

*L'appuntamento è all'alba per assistere all'ultima fase del gonfiaggio del pallone. Poi si sale a bordo della cesta e da qui, per circa un'ora, si possono ammirare le colline, gli uliveti, i vigneti e i borghi che costellano il paesaggio toscano. E' un volo silenzioso e poetico che permette di ammirare dall'alto la bellezza della Toscana. Dopo l'atterraggio, mentre la mongolfiera viene ripiegata, si celebra questa avventura con un bicchiere di Prosecco e una degustazione di prodotti locali accuratamente selezionati. L'intera esperienza dura circa 2 ore e mezza. (Attività soggetta alle condizioni meteo)*

## Visit to the natural pools – Polle di Malbacco

Hidden in the Apuan Alps lies a natural gem: the **Polle di Malbacco**, crystal-clear pools carved into smooth rock by the flowing waters of the Serra River. You can take a refreshing swim or simply relax along the riverbank, surrounded by lush greenery. Easily reached along Trail No. 4, these pristine pools offer a peaceful retreat in one of Tuscany's most unspoiled corners.

### Visita alle piscine naturali – Polle di Malbacco

*Nelle Alpi Apuane è nascosto un gioiello della natura: sono le Polle di Malbacco, piscine naturali cristalline scavate nella roccia levigata dal fluire delle acque del fiume Serra. Vi ci si può immergere per un bagno rigenerante oppure rilassarsi lungo la riva circondati dal verde rigoglioso. Facili da raggiungere seguendo il tracciato del Sentiero N°4, sono perfette per chi cerca un rifugio di pace in uno degli angoli più incontaminati della Toscana.*



## Falconer for a day

Guided by master falconers, you'll step into the fascinating world of falconry and meet its majestic protagonists — falcons, eagles, and owls. You'll discover training techniques, learn to interpret their behavior, and understand the deep bond that unites each bird with its falconer. With a glove on your arm, you'll feel the thrill of calling a bird of prey and sensing its graceful power at your hand. It's an intense, unforgettable experience that lets you share in the feeling of freedom, respect, and wonder that defines this ancient art. (Activity subject to weather conditions.)

### Falconiere per un giorno

*Accompagnati da maestri falconieri, vi avvicinerete al mondo affascinante della falconeria e ai suoi protagonisti: falchi, aquile e gufi. Scoprirete le tecniche di addestramento, imparerete a interpretarne il linguaggio e a riconoscere il legame profondo che li unisce al loro falconiere. Con il guanto al braccio proverete l'emozione di richiamare un rapace e di sentirne la potenza lieve sul pugno. E' un'esperienza davvero intensa e unica che vi farà volare insieme a loro e provare sensazioni di libertà, rispetto e meraviglia. (Attività soggetta alle condizioni meteo).*



## Skydiving – Skydive Lucca

With professional instructors from **Skydive Lucca**, you'll experience the ultimate thrill of flight in an exhilarating and unforgettable tandem skydive. After a safety briefing and preparation, you'll board the plane and ascend to jump altitude. Then, together with your instructor, you'll take the leap — a few seconds of pure freedom in freefall, followed by the peaceful descent over the Tuscan countryside under an open parachute. Suitable for both beginners and experienced jumpers, it's a thrilling yet safe way to admire Tuscany from a truly unique perspective.

### Lancio con il paracadute – Skydive Lucca

*Accompagnati dagli istruttori professionisti di Skydive Lucca, vivrete l'ebbrezza del volo in un'esperienza adrenalinica e indimenticabile. Dopo il briefing sulla sicurezza e la preparazione, salirete a bordo dell'aereo per raggiungere la quota di lancio. Poi, insieme al vostro istruttore, vi lancerete nel vuoto in un volo in tandem: pochi secondi di pura libertà nella caduta libera, seguiti dall'apertura del paracadute e da una discesa dolce sulla campagna toscana. Adatto a principianti ed esperti, è un modo emozionante e sicuro per scoprire la Toscana da una prospettiva davvero unica.*



## Florence tour

A walking tour through the heart of the Renaissance: the Duomo, Piazza della Signoria, Ponte Vecchio, and the landmarks of Michelangelo. Among historic streets and lively squares, you'll discover centuries of art and culture — an essential and refined journey to experience Florence through the eyes of those who seek beauty.

### Visita di Firenze

*Un tour a piedi nel cuore del Rinascimento: Duomo, Piazza della Signoria, Ponte Vecchio e i luoghi di Michelangelo. Tra strade storiche e piazze vivaci, scoprirete secoli di arte e cultura. Un percorso essenziale e colto per assaporare Firenze con lo sguardo di chi cerca bellezza.*

## Lucca tour

Protected by its Renaissance walls, Lucca reveals churches, towers, and elegant squares. You'll walk to the scenic Piazza dell'Anfiteatro and along the tree-lined avenues atop the ancient walls. Between artisan shops and cafés, you'll breathe in the gentle rhythm of a city that preserves its history with grace.

### Visita di Lucca

*Protetta dalle mura rinascimentali, Lucca svela chiese, torri e piazze eleganti. Camminerete fino alla scenografica Piazza dell'Anfiteatro e lungo i viali alberati delle mura. Tra botteghe e caffè, respirerete il ritmo gentile di una città che custodisce con grazia la propria storia.*





## Giacomo Puccini museum visit

The **Giacomo Puccini Museum** in Lucca offers a closer look at one of Italy's greatest composers, among the most significant opera creators of all time — author of *Tosca*, *Madama Butterfly*, *Manon Lescaut*, *La Bohème*, and more, known worldwide. Located in his birthplace, the museum preserves the layout and furnishings of the house as it was when Puccini lived there. Visitors can admire personal objects, books, original scores, and furniture that tell the story of the world that shaped his musical genius.

### Visita al Museo Giacomo Puccini

*Il Museo Giacomo Puccini a Lucca permette di conoscere più da vicino il grande compositore italiano considerato uno dei maggiori e più significativi operisti di tutti i tempi, autore di opere come La Tosca, Madama Butterfly, Manon Lescaut, La Bohème ecc. conosciute in tutto il mondo. Situato nella sua villa natale, il museo rispetta la suddivisione delle stanze e gli arredi di com'era quando vi abitava Puccini e permette di ammirarne oggetti, libri, arredi, spartiti originali che raccontano l'ambiente che ne ha influenzato il genio musicale*



## Pisa Tour

Beyond its famous Leaning Tower, you'll discover the magnificence of **Piazza dei Miracoli**, a UNESCO World Heritage Site that includes the Baptistery, Cathedral, Camposanto and Opera del Duomo Museum. Pisa is home to one of the world's most prestigious universities, the *Scuola Normale Superiore*, and was once a powerful maritime republic around the year 1000. Birthplace of figures such as Galileo Galilei and Leonardo Fibonacci, the city offers a guided tour rich in history, art, and atmosphere.

### Tour di Pisa

*Oltre la celebre Torre, scoprirete la magnificenza della Piazza dei Miracoli, oggi Patrimonio Unesco, che racchiude altri gioielli architettonici come Battistero, Cattedrale, Camposanto e Museo dell'Opera. Sede di una delle università più prestigiose al mondo, la Scuola Normale Superiore, questa città, che è stata intorno all'anno Mille una delle maggiori repubbliche marinare italiane, ha dato i natali a personaggi famosi come Galileo Galilei e Leonardo Fibonacci. Un tour guidato vi permetterà di immergervi nella sua storia, nella sua arte e nella sua piacevole atmosfera*

## Montecatini Thermal Baths

Steeped in charm, the historic **Montecatini Thermal Baths** are renowned for their healing waters and splendid Liberty-style architecture. A tour through the iconic *Terme Tettuccio*, with its majestic colonnades and lush gardens, reveals the city's long tradition of wellness and architectural beauty. You'll learn about the therapeutic properties of its curative waters and immerse yourself in the elegance of a bygone era that continues to enchant visitors from around the world.

### Visita alle Terme di Montecatini

*Ricche di fascino, le storiche terme di Montecatini sono famose per le loro acque curative e la splendida architettura in stile Liberty. Un tour attraverso le iconiche Terme Tettuccio, note per i loro maestosi colonnati e i giardini rigogliosi, vi farà scoprire le tradizioni di benessere e lo splendore architettonico di questo luogo. Avrete modo di conoscere le proprietà benefiche delle sue acque curative e immergervi nell'eleganza di un'epoca passata che continua ad attirare visitatori da tutto il mondo.*



## Cinque Terre tour

One of Italy's most iconic coastal stretches, the **Cinque Terre** encompasses five villages — Riomaggiore, Manarola, Corniglia, Vernazza, and Monterosso — once humble fishing settlements. Perched between the sea and terraced vineyards, they are famous for their colorful houses and breathtaking views. A guided tour will take you through their narrow streets and scenic trails, with the chance to savor the area's delicious local cuisine.

### **Tour delle Cinque Terre**

*E' uno dei tratti di costa italiani più iconici. Racchiude cinque borghi – Riomaggiore, Manarola, Corniglia, Vernazza e Monterosso – un tempo villaggi di pescatori. Sospesi tra mare e vigneti terrazzati, si distinguono per le case colorate. Un itinerario guidato vi permetterà di visitarli passando tra strette viuzze e sentieri panoramici. Sarà anche un'occasione perfetta per assaporare la gustosa cucina locale.*



## Carrara marble quarries jeep tour

Aboard a Jeep, you'll ascend the white slopes of the Apuan Alps to reach the spectacular quarries where Carrara marble — with its distinctive white and blue-gray veining — is extracted. This unique experience reveals the history, craftsmanship, and natural beauty of the marble that inspired artists such as Nicola Pisano, who created the Pisa Baptistery, and Michelangelo, who used it for the *David* and *Pietà* in St. Peter's Basilica. A spectacular journey where geology, labor, and art meet.

### **Tour delle cave di marmo di Carrara in jeep**

*A bordo di una jeep salirete tra pendii bianchi e raggiungerete le spettacolari caverne scavate nelle Alpi Apuane per scoprire estrazione, storia e maestria del marmo apuano noto per le sue particolari sfumature bianco e blu-grigio. Un'esperienza unica che vi condurrà nei luoghi dove è stato ricavato il marmo utilizzato da grandi scultori come Nicola Pisano, che ha realizzato il Battistero di Pisa, e Michelangelo Buonarroti, autore del David e anche di La Pietà conservata nella Basilica di San Pietro a Roma. Un percorso spettacolare dove geologia, lavoro e arte si incontrano.*



## Golf near Buggiano Castello

Amid hills, olive groves, and gentle landscapes, the local golf clubs offer beautifully designed courses immersed in nature, ideal for a day of pure relaxation. With meticulous services and serene surroundings, these clubs ensure an experience that meets the highest expectations, whether for seasoned golfers or those simply seeking leisure in an elegant setting.

### **Montecatini Golf Club**

*(15 km from Buggiano Castello)*

Located in Monsummano Terme, this 18-hole course offers a stunning natural setting and is ideal for golfers of all levels. The course is known for its well-maintained greens and scenic views.

### **Golf Club Le Pavoniere**

*(35 km from Montecatini Terme)*

Situated in Prato, this 18-hole course was designed by Arnold Palmer and features a variety of technical challenges. The club is set in a picturesque park with beautiful lakes and is known for its excellent facilities.

### **Golf Club Bellosguardo Vinci**

*(27 km from Montecatini Terme)*

Located near the town of Vinci, this 9-hole course offers a tranquil atmosphere and beautiful vistas over the Tuscan countryside. Ideal for a more relaxed game in a historic setting.

### **Golf Club Tirrenia**

*(50 km from Montecatini Terme)*

Situated near the coast, this 9-hole course is nestled in a pine forest and offers a unique setting for a round of golf. Its location near the sea provides a refreshing environment and a pleasant breeze.

### **Golf Club Montelupo**

*(30 km from Montecatini Terme)*

Located in Montelupo Fiorentino, this 9-hole course is set along the Arno River, providing a peaceful environment and a well-maintained course suitable for players of all levels.

### **Castelfalfi Golf Club**

*(50 km from Montecatini Terme)*

Set in the heart of the Tuscan countryside, Castelfalfi Golf Club features a championship 27-hole course that winds through vineyards, olive groves, and rolling hills. The club offers two courses: the challenging Mountain Course and the more accessible Lake Course, both providing spectacular views and an exceptional golfing experience.

*With such a variety of courses within easy reach,  
golf enthusiasts can easily enjoy the sport  
while taking in the charm and  
beauty of the Tuscan landscape.*



## Giocare a golf nei dintorni di Buggiano

*Tra colline, uliveti e scenari morbidi, i golf club della zona offrono percorsi tecnici immersi in contesti naturali che permettono di trascorrere una giornata all'insegna del massimo relax. La presenza di servizi particolarmente curati garantisce un'esperienza all'altezza delle più alte aspettative.*

### **Montecatini Golf Club**

*(15 km da Buggiano Castello)*

*Situato a Monsummano Terme, questo campo a 18 buche offre un contesto naturale straordinario ed è adatto a giocatori di tutti i livelli. Il campo è rinomato per i suoi green ben curati e le splendide viste panoramiche.*

### **Golf Club Le Pavoniere**

*(35 km da Montecatini Terme)*

*Situato a Prato, questo campo a 18 buche, progettato da Arnold Palmer, presenta una varietà di sfide tecniche. Il club è immerso in un parco pittoresco con bellissimi laghi ed è noto per le sue eccellenti strutture.*

### **Golf Club Bellosguardo Vinci**

*(27 km da Montecatini Terme)*

*Situato nei pressi della cittadina di Vinci, questo campo a 9 buche offre un'atmosfera tranquilla e splendide vedute sulla campagna toscana. Ideale per una partita rilassante in un contesto storico.*

### **Golf Club Tirrenia**

*(50 km da Montecatini Terme)*

*Situato vicino alla costa, questo campo a 9 buche si trova immerso in una pineta e offre uno scenario unico per una partita di golf. La posizione vicino al mare garantisce un ambiente rinfrescante e una piacevole brezza.*

### **Golf Club Montelupo**

*(30 km da Montecatini Terme)*

*Situato a Montelupo Fiorentino, questo campo a 9 buche si estende lungo il fiume Arno, offrendo un ambiente pacifico e un percorso ben curato, adatto a giocatori di tutti i livelli.*

### **Castelfalfi Golf Club**

*(50 km da Montecatini Terme)*

*Situato nel cuore della campagna toscana, il Castelfalfi Golf Club offre un campo da campionato a 27 buche che si snoda tra vigneti, uliveti e dolci colline. Il club dispone di due percorsi: il Mountain Course, più impegnativo e il Lake Course, più accessibile, entrambi caratterizzati da spettacolari viste panoramiche e un'esperienza golfistica eccezionale.*

Con un'ampia varietà di campi raggiungibili facilmente, gli appassionati di golf possono godere del loro sport preferito immersi nel fascino e nella bellezza dei paesaggi toscani.