



Sezione di CANTU'

in collaborazione con



NATURALITER
TREKKING ED OSPITALITÀ MEDITERRANEA

Un profumo inatteso

ORGANIZZA

**TREKKING NEL
PARCO NAZIONALE DEL GARGANO
UN VIAGGIO TRA STORIA, MITO E PANORAMI MOZZAFIATO**

DAL 14.09 AL 21.09.2019

Il Gargano è un **territorio vario e ricco di biodiversità**, paesaggi di incommensurabile bellezza, Santuari devozionali localizzati lungo l'antica **Via Francigena del Sud**, foreste dove si possono apprezzare alberi secolari che danno la sensazione di voler abbracciare il cielo candido e diamantino di tutto il Territorio, il "*verde mare*" cantato da Gabriele D'Annunzio, spiagge accoglienti, cibo genuino, cucina del territorio legata alla tradizione della civiltà contadina. Il modo migliore per scoprire il Gargano (ed il suo Parco Nazionale) è il Trekking. A piedi per conoscere Luoghi, Persone, Storie e Culture. A piedi puoi percepire i suoni ed i colori di un mondo unitario, vario e delicato! In tutti i periodi dell'anno è possibile visitare questo meraviglioso **Parco Nazionale** che nei suoi circa **120.000 ettari di biodiversità comprende i più diversi ecosistemi**, ricchi di flora e fauna, **ed incantevoli paesaggi**. Circa 160 milioni di anni fa quello che oggi costituisce, geomorfologicamente, lo "**Sperone d' Italia**" era un'isola. Nel tempo intercorso fra 160 e 70 milioni di anni fa, per effetto di numerosi, e vari, fenomeni geologici ed ambientali, quest'isola si è saldata allo "Stivale" conservando, inalterata, la sua diversità biologica.

Scheda tecnica

Regione: Puglia

Provincia: Foggia

Parco Nazionale del Gargano

Durata 8 giorni / 7 notti

Alloggio: 3 notti in Hotel a Monte Sant'Angelo, 2 Notti in Hotel a Vieste e 2 notti in Hotel a Peschici.

PROGRAMMA

1° giorno: ARRIVO E VISITA DEL BORGO DI MONTE SAN'ANGELO

Arrivo alla stazione Fs di Foggia o all'aeroporto di Bari. Transfert con pullman privato a Monte Sant'Angelo, patrimonio UNESCO, e sistemazione in hotel. Visita della Basilica di San Michele Arcangelo ed il borgo medievale "Junno". Cena e pernottamento a Monte Sant'Angelo.

2° giorno: MONTE SARACENO (MATTINATA)

Prima colazione e trasferimento (40') a Mattinata. Il nostro trekking odierno consiste in un giro ad anello nei pressi del Monte Saraceno, piccolo monte che si affaccia sul mar Adriatico.

Sin dalle remote origini, la storia di Mattinata, coincide con quella del vicino *Monte Saraceno*.

Gli antichi abitatori del territorio furono i *Matini*: tribù della civiltà euroasiatica dei Dauni, sbarcati nel promontorio garganico dalla vicina Illiria intorno al VII secolo a.C., attratti dalla felice posizione, s'insediarono nella piana e su uno sperone roccioso che chiamarono *Monte Matino*, l'attuale Monte Saraceno, così denominato in seguito all'arroccamento dei Saraceni, avvenuto intorno all'anno mille. La necropoli-santuario di Monte Saraceno, conserva le più mirabili testimonianze dei Dauni. Una civiltà pacifica, dedita all'agricoltura, alla caccia ed alla pesca. Tra gli olivi secolari, le Orchidee e la macchia, s'intravedono, alcune delle oltre 500 tombe della necropoli. All'estremità del Monte, s'intravede anche la millenaria *via sacra* dei Dauni che collega con il sottostante mare.

Dopo la sosta bagno rientro (40') a Monte Sant'Angelo. Cena e pernottamento.

Località di partenza: Monte Saraceno

Località di arrivo: Monte Saraceno

Lunghezza del percorso: 8 Km

Dislivello: 250m

Tempo di percorrenza: 4 ore

3° giorno: LA VALLE DEGLI EREMI DI PULSANO (MONTE SANT'ANGELO)

Dopo la colazione breve trasferimento nel Viale Campanile (15').

Questa giornata è dedicata alla conoscenza della "Valle degli Eremi" di Pulsano, *tra i luoghi del cuore FAI*. Nei dintorni dell'Abbazia di Pulsano sono localizzati degli eremi, alcuni di loro sono ubicati su luoghi davvero inaccessibili. Questi eremi costituiscono il cuore intimo di Pulsano e rappresentano una delle più forti manifestazioni religiose del monachesimo sul Gargano.

Il sentiero per accedere a gran parte di questi eremi è molto sconnesso, con alcuni tratti esposti. Il sudore e la fatica dell'escursione sono abbondantemente ripagate da uno splendido panorama sul Golfo di Manfredonia e sui boschi interni, oltre che da una consapevole ammirazione per l'ingegnosità delle strutture realizzate. Rientro a Monte Sant'Angelo dove faremo la visita della cripta situata sotto la basilica di San Michele Arcangelo (facoltativa la visita della cripta con un costo di euro 5,00 a persona). Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

Località di partenza: Viale Campanile

Località di arrivo: Abbazia di Pulsano

Lunghezza del percorso: 8 Km

Dislivello: 200m

Tempo di percorrenza: 4 ore

4° giorno: MONTE SACRO: "IL SENTIERO DELLE ORCHIDEE" (MATTINATA)

Dopo la prima colazione lasciamo il nostro hotel di Monte Sant'Angelo. Ci trasferiamo (1h) a Monte Sacro (Mattinata).

Incantevole percorso naturalistico che si sviluppa lungo il "Sentiero delle Orchidee spontanee" fino a raggiungere Monte Sacro (metri 852 s.l.m.) noto per i ruderi dell'Abbazia Benedettina "SS. Trinità" risalente al secolo XI. Le imponenti rovine dell'Abbazia si estendono su un'area di circa 6.500 mq., nascoste da una fitta vegetazione. Delle circa 90 specie di Orchidee spontanee censite nella Regione Puglia ben 60 sono localizzate nel Parco Nazionale del Gargano, ed in questo contesto la zona di Mattinata è quella che ne è più ricca sia come presenza che come varietà. Al termine del trekking trasferimento (1h) a Vieste e sistemazione in hotel. Tempo libero per bagno. Cena e pernottamento.

Località di partenza: Monte Sacro
Località di arrivo: Monte Sacro
Lunghezza del percorso: 14 Km
Dislivello: 450m
Tempo di percorrenza: 6 ore

5° giorno: VIESTE: LE GROTTI MARINE. LA FORESTA UMBRA (VIESTE)

Dopo la colazione partiremo a piedi dal nostro albergo per andare al porto di Vieste e ci imbarcheremo su motobarca per escursione alle Grotte Marine.

Nessun viaggio nel Parco Nazionale del Gargano è completo senza un'escursione in barca lungo la sua meravigliosa costa. Secoli dopo secoli, mare e vento hanno modellato il suo litorale creando spettacolari capolavori naturali: alte falesie a strapiombo sul mare, suggestivi faraglioni e archi naturali, piccole calette regno di gabbiani e di falchetti, ma soprattutto le affascinanti Grotte Marine.

Rientrati dal giro in barca ci sposteremo (30') nella Foresta Umbra. Questa foresta è una tra le più estese formazioni di latifoglie d'Italia, ed una delle più grandi d'Europa. Essa ha una superficie di circa 10.500 ettari ed occupa la parte Nord Orientale del Promontorio del Gargano ad altitudini che dagli 832 s.l.m. di Monte Iacotenente scende fino ai 165 s.l.m. nella zona di Caritate. Già verso i 300 metri comincia ad essere presente il Faggio (*Fagus sylvatica*) che, salendo verso le quote più alte, si addensa per dar vita ad una delle più belle faggete italiane. La Foresta Umbra vera e propria (5.500 ettari), costituisce, un caso davvero esemplare di conservazione, gestione e attrezzatura per uso turistico d'un bene naturale.

Località di partenza: Caserma Corpo Forestale dello Stato
Località di arrivo: stesso luogo
Lunghezza del percorso: 9 Km
Dislivello: 100m
Tempo di percorrenza: 3 ore

6° giorno: LA COSTA DEI TRABUCCHI E LE TORRI DI AVVISTAMENTO (PESCHICI)

Dopo la prima colazione trasferimento (30') per arrivare alla Torre di Calalunga dove inizieremo il nostro trekking. L'itinerario della "*Costa dei trabucchi e delle torri di avvistamento*" si sviluppa lungo la linea di costa che da Vieste va verso Peschici, attraversando alte falesie a picco sul mare, baie marine incastonate come gemme in scignini preziosi, imponenti grotte marine abitate già dall'Età del Bronzo (II millennio a.C.), cinquecentesche Torri di Avvistamento. Questo tratto di costa è caratterizzato anche dalla presenza dei trabucchi, poderose macchine da pesca protese sul mare.

Al termine dell'escursione e della visita del caratteristico centro storico di Peschici trasferimento (30') in una masseria per assistere al processo di caseificazione del Caciocavallo, formaggio tipico del Gargano. Rientro a Peschici. Sistemazione in albergo a conduzione familiare. Cena e pernottamento.

Località di partenza: Torre di Calalunga
Località di arrivo: Peschici
Lunghezza del percorso: 8 Km
Dislivello: 300m
Tempo di percorrenza: 4 ore

7° giorno: GIORNATA TURISTICA ALLE ISOLE TREMITI ***

Dopo la colazione trasferimento a piedi al porto di Peschici ed imbarco su nave per le Isole Tremiti (1h e 30'), le perle dell'Adriatico. Giunti all'Isola San Nicola ci accingiamo ad effettuare il giro in barcone di tutto l'arcipelago per conoscere le splendide grotte marine, le incantevoli calette selvagge ed il meraviglioso scenario marino. Sosta per il bagno nel Parco Marino. Al termine della gita in barca visiteremo l'Isola di San Nicola, cuore amministrativo delle isole, con la sua caratteristica fortezza, l'Abbazia di Santa Maria a Mare e l'antico penitenziario, già colonia penale nel 1783, luogo di confino di circa 1.300 libici nel 1911 e, in epoca fascista, dell'ex Presidente della Repubblica Sandro Pertini. Il complesso abbaziale di Santa Maria a Mare (sec. XI) è molto suggestivo per la imponente complessità della sua struttura architettonica. Un meraviglioso mosaico tappezza il pavimento della navata centrale. Nel tardo pomeriggio rientro in nave (1h e 30') a Peschici. Cena e pernottamento.

8° giorno: partenze

Prima colazione e partenza con pullman privato per la stazione di Foggia o per l'aeroporto di Bari.

Minimo 16 partecipanti con un massimo di 28 partecipanti

Il pacchetto comprende:

- mezza pensione in hotel in camere doppie e/o triple (vino ed acqua incluse, a partire dalla cena del primo giorno fino alla prima colazione del 8° giorno);
- tutti i pranzi al sacco a partire dal 2° giorno fino a quello del 7° giorno; da valutare il pranzo del giorno d'arrivo e del giorno di partenza.
- guida AIGAE per tutte le escursioni previste nel programma sempre al seguito;
- mezzi adeguati per i transfer di persone e bagagli, con autista e carburante compresi;
- Costi delle barche per visita delle Grotte Marine di Vieste e alle Isole Tremiti;

- Possibilità di trasferimento in aereo con volo a Bari

Informazioni e iscrizioni c/o Sede Cai entro il 30 Aprile 2019

Quota (volo escluso): €. 730,00.-

C.A.I Sezione di Cantù A.S.D.

Via Dante 18 - 22063 CANTU'(CO)

Tel/Fax 031-705553

cantu@cai.it - www.caicantu.it

Apertura sede: Mercoledì e Venerdì dalle 21.15 alle 23.00