

PROGRAMMA “ GARGANO – ISOLE TREMITI “ dal 25 Aprile al 1 Maggio

Quota euro 560 / 620 a seconda del numero dei partecipanti

Solo soci Cai

Acconto euro 150 da versare al momento dell' iscrizione (l' acconto non verrà restituito dopo il 15 Marzo)

Saldo entro il 30 Marzo

La quota comprende:

Trasporto : autobus A/R

Drink di

benvenuto

Libero ingresso al centro benessere con sauna, bagno turco e doccia emozionale.

Ingresso in Piscina.

Servizio spiaggia con 1 ombrellone, 1 sdraio e 1 lettino a camera, l'uso gratuito di tutte le attrezzature nautiche

Festa dell'Arrivederci con cena tipica in hotel e degustazione di piatti della tradizione garganica.

Parcheggio per l'autobus

WI-FI in tutta la struttura

- Colazione a Buffet (dolce e salato)

- Menù a scelta 2 primi e 2 secondi (carne e pesce sia a pranzo che a cena)

- Degustazione di piatti tipici e dolci

Garganici

- Il pranzo a sacco è fatto con pane pugliese, farcito a scelta con frittata, pomodoro, mozzarella e origano, salumi oppure formaggi.

SONO DA PAGARE IN LOCO E CHI VUOLE ADERIRE

- IL BIGLIETTO ISOLE TREMITI

- PRANZO EXTRA AL TRABUCCO CAMAVITE'

PRIMO GIORNO 25 Aprile

Arrivo a Rodi Garganico e Sistemazione in hotel***^{sup}

h 19.00 Incontro con la guida per la presentazione del programma,
Subito dopo - drink di benvenuto, cena e pernottamento.

SECONDO GIORNO 26 Aprile

La Foresta Umbra costituisce il residuo della primigenia e millenaria selva (Nemus Garganicum) del promontorio del Gargano. 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 m.s.l.m di Monte Iacotenente scende fino ai 165 m.s.l.m. nella zona di Caritate. Già verso i 300 metri comincia ad essere presente il Faggio (Fagus silvatica) che, salendo verso le quote più alte, si addensa per dar vita ad una delle più belle faggete italiane.

Trasferimento in bus da hotel a Foresta Umbra con Guida a bordo.

INIZIO ITINERARIO: Partenza 8:30 - CASERMA FORESTALE SFILZI / FINE ITINERARIO: (distanza km.25/ tempo di percorrenza in bus h 0,55) KM.8 / QUOTA PARTENZA 791m / QUOTA ARRIVO 803m / QUOTA MINIMA 570m / QUOTA MASSIMA 803m / DIFFERENZA ALTIMETRICA 233m / ASCESA 343m / DISCESA 339m / DISLIVELLO IN SALITA 233m / DISLIVELLO IN DISCESA 220m /TEMPO TOTALE DI PERCORRENZA ORE 3

DIFFICOLTÀ: T / E - [turistico] / [escursionistico]

PERCORRENZA ORE 3 ore . DIFFICOLTÀ: T / E -[turistico] / [escursionistico]

Nel pomeriggio partenza per Monte Sant'Angelo visita turistica al Centro Storico

rientro in hotel per la Cena

TERZO GIORNO 27 Aprile

TREKKING “LE ISOLE TREMITI: IL MITO DI DIOMEDE”

Al largo del Gargano si trovano le isole Tremiti, definite per la loro incantevole ed incontaminata bellezza “le perle dell’Adriatico”.

La storia delle isole è strettamente legata al mito di Diomede, uno dei celebri eroi Omerici che partecipò all’epica guerra di Troia. L’eroe nel suo peregrinare nel mare Adriatico si fermò nella Daunia, dove fondò diversi centri, ma la sua vita ebbe fine nell’arcipelago delle Tremiti. La dea Venere trasformò i suoi compagni in uccelli: le Diomedee; uccelli, dalla grande apertura alare, che ogni primavera lasciano l’Africa Orientale per raggiungere l’Adriatico e nidificare sulle pareti a strapiombo della costa di queste isole. Il loro canto, particolarmente udibile nelle ore notturne, viene associato al lamento dei compagni di Diomede che piangono la perdita del loro eroe. Dal punto di vista artistico e storico San Nicola è la più importante delle isole Tremiti ed è stata abitata fin dalla preistoria). Qui ha sede il complesso abbaziale di Santa Maria a Mare (sec. XI). Questa abbazia cattolica, molto suggestiva nella imponente complessità della sua struttura architettonica, fu costruita dai Monaci Benedettini.

h 09.00 Partenza dal porto di Rodi Garganico per le Isole Tremiti.

h 10.15 Sbarco Isola San Nicola

h 10.30 visita turistica dell’ISOLA SAN NICOLA (fortezza, Abbazia Santa Maria a mare, colonia penale, tomba di Diomede, necropoli), TREKKING FINO ALLA PUNTA DELL’ISOLA

h 13.00 Giro in motobarca dell’intero arcipelago con visita alle grotte marine

h 16.30 Partenza dalle Isole Tremiti

h 18.00 Rientro in hotel, cena e pernottamento.

N.B. Il biglietto Isole Tremiti A/R e vista dell’arcipelago in barca è di € 70,00 da pagare in loco.

Sarà confermata in base alla situazione meteo

QUARTO GIORNO 28 aprile

TREKKING “MONTE CIVITA: LA MONTAGNA SUL MARE”

Monte Civita è una località di grande interesse archeologico e storico su cui tutte le civiltà del passato hanno lasciato tracce notevoli dalla Preistoria fino all’alto Medioevo. Sui fianchi della collina si estende una vasta necropoli con tombe definite a “bisaccia”, del tipo rinvenute a Monte Saraceno e in altre località del Gargano. Sulla base dei pochi reperti esaminati la necropoli risalirebbe a un periodo compreso tra il V e il IV secolo a.C. In queste tombe, che hanno una lunghezza massima che va dai 100 ai 140 cm circa, l’inumato poteva essere collocato solo in una posizione “fetale”, cioè rannicchiato poggiate sui talloni.

Trasferimento in bus

Partenza dalla piazza di Ischitella, direzione verso la sorgente chiamata le Fontanelle, dove si prosegue per raggiungere il Torrente Romondato. Si continua il percorso fino alla Montagna Spaccata che segna l’acqua del confine “ovvero il confine del territorio d’Ischitella” fino ad arrivare ai piedi di Monte la Tribuna, un piccolo altopiano (520 m s l m) situato a sud-est di Monte Civita. Il versante meridionale del Monte degrada verso Valle Grande, una profonda e stretta incisione carsica che porta alla faggeta depressa, nella quale si convogliano le acque piovane durante le forti piogge. Lungo i fianchi che degradano lentamente di Monte la Tribuna sono presenti diversi siti archeologico di grande interesse. Sono stati rinvenuti manufatti di diverse epoche (materiali litici, frammenti di ceramiche) a testimonianza di insediamenti umani che hanno frequentato ed abitato l’area. Dalla sommità del monte uno sguardo d’insieme ci mostra a sud la distesa dei boschi e valle Grande, verso ovest la piana di Carpino e sullo sfondo, la laguna di Varano, ed il cordone sabbioso che la separa dal mare Adriatico. A questo punto inizia l’ascesa al Monte Civita fino a raggiungere la necropoli di monte Civita, un piccolo altopiano (476 m s.l.m.) di forma circolare con pendii dolci, situato sul lato meridionale dell’abitato di Ischitella. La località è di grande interesse archeologico e storico, abitato dalla preistoria fino all’alto Medioevo. Sui fianchi dell’altopiano si estende una vasta necropoli con tombe definite “a bisaccia”, del tipo rinvenute il altre località del Gargano (Monte Saraceno, M. Tabor). La necropoli risalirebbe ad un periodo compreso tra il V e il IV secolo A.C. Procederà infine verso il borgo rurale di Niuzi e verso l’autobus che aspetterà sulla Sp52

INIZIO ITINERARIO: ISCHITELLA / FINE ITINERARIO: Borgo rurale di NIUZI

KM. 10 / QUOTA PARTENZA 471m / QUOTA ARRIVO 176m / QUOTA MINIMA 176m / QUOTA MASSIMA 506m / DIFFERENZA ALTIMETRICA 330m / ASCESA 635m / DISCESA 930m / DISLIVELLO IN SALITA 269m / DISLIVELLO IN DISCESA 296m / TEMPO IN MOVIMENTO ORE 5 / TEMPO IN SOSTA 1 ORE / TEMPO TOTALE DI PERCORRENZA nn ORE 6 E MINUTI 30

DIFFICOLTÀ: T / E - [turistico nella parte iniziale (3km.) e finale (1 km.)] / [escursionistico]

h 15.30 rientro in hotel e tempo libero per relax

h 18.30 In hotel presentazione e degustazione dei prodotti tipici del Gargano (formaggi, liquori, marmellate, conserve, biscotti ecc.).

h 20.00 Cena

SESTO GIORNO 29 Aprile

ITINERARIO COSTIERO “LA COSTA DEI TRABUCCHI E DELLE TORRI DI AVVISTAMENTO”

Trasferimento in bus alla località BAIA DI SFINALICCHIO (territorio di VIESTE) (distanza km. 31 / tempo di percorrenza in bus h 0,50)

La proposta di questo itinerario lungo la “COSTA dei TRABUCCHI” mira alla valorizzazione di alcuni elementi tipici dell'affascinante costa Garganica: i Trabucchi, le Torri di avvistamento, i costoni rocciosi, le grotte marine e le baie, la vegetazione ricca di Macchia Mediterranea, integrata da Euforbie e Pini d' Aleppo. Per decisione del Vicerè di Napoli, don Pietro di Toledo, lungo le coste dell'Italia Meridionale, a difesa del territorio, furono edificate una serie di piccole fortificazioni e torri di avvistamento. La presenza di un tale sistema diventava utile soprattutto per prevenire e contrastare le scorribande dei Saraceni. Nel tratto di costa, molto frastagliato, compreso tra Vieste e Peschici a causa della limitata visibilità le torri si infittiscono ed abbiamo Torre del Porticello, Torre di Sfinale, Torre Usmai e Torre di Calalunga. Questo tratto di costa è caratterizzato anche dalla presenza dei TRABUCCHI, poderose macchine da pesca protese sul mare. Grazie all' impegno della “Associazione Trabucchi del Gargano” e del Parco Nazionale del Gargano ai Trabucchi è stato riconosciuto lo status di “tesori e beni dell'area costiera”.

INIZIO ITINERARIO: LOCALITÀ BAIA SFINALICCHIO (territorio di Vieste)

FINE ITINERARIO: PUNTA SAN NICOLA (territorio di Peschici)

KM.10 – QUOTA PARTENZA 11m – QUOTA ARRIVO 0m – QUOTA MINIMA 0m – QUOTA MASSIMA 73m – DIFFERENZA ALTIMETRICA 73m – TEMPO IN MOVIMENTO ORE 3 E MINUTI 30 – TEMPO IN SOSTA ORE 1 – TEMPO TOTALE DI PERCORRENZA ORE 4 E MINUTI 30

Nel pomeriggio visita alla bella Vieste: il suo centro storico, Marina Piccola, le [spiagge](#) lunghissime, a [Pizzomunno](#), un imponente monolite in pietra calcarea alto 25 metri.

Rientro in hotel, cena e pernottamento.

Durante il sentiero dei Trabucchi c'è la possibilità, a sorpresa di un pranzo extra, al favoloso Ristorante sul Trabucco “CAMAVITE”

(il costo è da definire insieme in base alla a dei menù).

QUINTO GIORNO 30 Aprile

ITINERARIO TREKKING LA VETTA DEL GARGANO: MONTE CALVO

INIZIO ITINERARIO: LOCALITÀ PONTE L'AMARENA (SAN GIOVANNI ROTONDO) / FINE

ITINERARIO: SAN GIOVANNI ROTONDO (periferia)

Il percorso attraverso punti panoramici raggiunge Monte Calvo (1065 m.s.l.m.), vetta del Parco Nazionale del Gargano. Il sito costituisce la centralità territoriale, sotto l' aspetto geomorfologico, dei caratteristici fenomeni carsici di superficie (doline e campi solcati) che hanno reso famoso il Promontorio. La densità territoriale di questi fenomeni raggiunge una presenza di 80 doline per kmq. Lungo i crinali della montagna si possono osservare variegata colonie vegetazioni erbacee che si sono perfettamente adattate a resistere all' impetuosità del vento. L' assenza, tranne che in alcune zone isolate, di vegetazione arborea permette di spaziare con lo sguardo a 360 gradi lungo tutto il Promontorio, il sottostante Tavoliere delle Puglie, il Lago di Varano, il Mare Adriatico, il Golfo di Manfredonia, il Vulture e, nelle giornate con cielo terso, le Isole Croate. Una magnifica visione paesaggistica da conservare nel proprio scrigno emozionale. In alcuni momenti della giornata è possibile assistere alle spettacolari evoluzioni aeree dei rapaci che hanno eletto il sito a loro zona di caccia.

KM.12 - QUOTA PARTENZA 680m – QUOTA ARRIVO 560m – QUOTA MINIMA 560m – QUOTA MASSIMA 1.065m – DISLIVELLO TOTALE 505m – MASSIMO DISLIVELLO IN SALITA 269m – MASSIMO DISLIVELLO IN DISCESA 488m – TEMPO IN MOVIMENTO ORE 5 – TEMPO IN SOSTA ORE 1 – TEMPO TOTALE DI PERCORRENZA ORE

DIFFICOLTÀ: T / E - [turistico] / [escursionistico]

-

IMPORTANTE: le persone che non preferiscono camminare possono visitare liberamente San Giovanni Rotondo (il bus dopo aver lasciato il gruppo trekking presso la località Ponte l'Amarena prosegue fino a San

Giovanni Rotondo)

Ore 16:00 trasferimento dalla periferia di San Giovanni Rotondo all' hotel Tramonto

(distanza km. 51)

Festa dell'Arrivederci con cena tipica con piatti della tradizione Garganica.

7 GIORNO 01 Maggio

Colazione in Hotel partenza

Partenza ore 8:00 SENTIERO DEL LAGO

Il lago di Varano, il più grande dell'Italia meridionale e ed il settimo per estensione in Italia. Seguendo le vecchie vie del Lago incontreremo sorgenti, villaggi rupestri e vedremo scorci mozzafiato. Faremo una sosta alla bellissima Grotta di San Michele di Cagnano Varano. Durata circa 3 ore. Distanza totale a piedi 7 km Dislivello +/-290

Difficoltà T Turistico,

al termine dell'escursione partenza per i luoghi di rientro

n.b. gli orari sono indicativi e il programma può subire modifiche a causa delle condizioni meteo e logistici
L'ESCURSIONE ALLE ISOLE TREMITI POTREBBE SUBIRE UNA VARIAZIONE RISPETTO ALLA
DATA INDICATA NEL PROGRAMMA, A CAUSA DELLE CONDIZIONI METEOROLOGICHE.