

Trekking nel Parco Nazionale del Gargano

Un viaggio tra storia, mito e panorami mozzafiato

22 - 29 settembre 2018

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. Per apprezzare pienamente questo territorio è necessario conoscere la millenaria evoluzione dell'"Isola Gargano". 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. Questo "scrigno" di biodiversità, nel tempo, si è evoluto ed adattato alle mutevoli condizioni ambientali.



Oggi, il risultato di questa millenaria evoluzione si manifesta principalmente nella presenza della maestosa "Foresta Umbra", una faggeta secolare considerata "faggeta depressa", perché alle quote del Gargano la presenza del faggio rappresenta un'anomalia. Al suo interno si verifica un altro caratteristico fenomeno naturale denominato "macro-somatismo vegetale", ossia forme di gigantismo sia delle specie arboree e sia delle specie arbustive. Questa grande varietà biologica esistente sul territorio ha determinato, nel 1991, l'istituzione del Parco Nazionale del Gargano. Rispetto al resto della penisola, il Gargano si presenta come una montagna a sé stante, che verso oriente sprofonda ripida nel mare con le sue pareti di calcare e verso nord, con le due lagune di Lesina e Varano, crea un interregno tra terra e mare. Il profilo del rilievo non è accentuato, ma la geomorfologia è tutt'altro che piatta a causa del carsismo che si concretizza in una moltitudine di valli incise, profondi inghiottitoi e numerose grotte, luogo privilegiato di tanti miti. E' proprio intorno alle grotte che si sono intrecciati i miti dell'oracolo Calcante e di Podalirio, sfociati poi nella devozione verso l'Arcangelo Michele, che proprio in una grotta ha il suo santuario. Sempre nelle grotte si trovano le necropoli paleocristiane di Merino e di Monte Pucci; mentre centinaia di grotte marine dalle forme e nomi più bizzarri, punteggiano la costa da nord a sud, contornate da faraglioni ed archi naturali.

Scheda tecnica

Regione: **Puglia**

Provincia: **Foggia**

Parco Nazionale del Gargano

Durata: **8 giorni / 7 notti - da sabato 22 a sabato 29 settembre 2018**

Alloggio: 3 notti in albergo a Monte Sant'Angelo; 2 notti in albergo a Vieste; 2 notti in albergo a Peschici

Programma

1° giorno: "Sentiero Scannamugliera" o "Scala Santa" (Monte Sant'Angelo)

Incontro presso la stazione ferroviaria di Foggia e partenza per il Gargano per la prima escursione. Come i pellegrini, arriveremo a piedi alla "Montagna sacra": Monte Sant'Angelo, patrimonio UNESCO. Partiremo dalla località "Macchia", frazione di Manfredonia, per percorrere una delle più antiche mulattiere esistenti, utilizzata incessantemente dai pellegrini Micaelici, che sin dalla fine del V secolo visitano la Grotta dell'Arcangelo Michele. La frequentazione di questo sentiero da parte dei pellegrini Micaelici ha fatto sì che, nel tempo, esso venisse denominato "Scala Santa". Lo sguardo può spaziare su un'ampia e suggestiva visuale che abbraccia il Golfo di Manfredonia, il Tavoliere delle Puglie e gran parte del Sub-Appennino Dauno. Arrivati su quella che è definita anche la "Montagna del Sole", visiteremo la basilica di San Michele Arcangelo ed il borgo medievale "Junno".

Nel tardo pomeriggio sistemazione in albergo. Cena e pernottamento a Monte Sant'Angelo.

Località di partenza: Macchia Località di arrivo: Monte Sant'Angelo

Lunghezza del percorso: 6 Km Dislivello: 500 mt Tempo di percorrenza: 3 ore

Nota Bene - Per mancanza di tempo dopo l'arrivo alla stazione ferroviaria di Foggia, ogni partecipante dovrà organizzare in precedenza il proprio pranzo (panino, cracker, frutta, ...) e consumarlo in treno o in corriera (tra Foggia e Manfredonia).

2° giorno: Monte Saraceno (Mattinata)

Prima colazione e trasferimento (40') a Mattinata. La nostra escursione odierna 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 abitanti del territorio furono i *Matini*: tribù della civiltà euroasiatica dei Dauni, sbarcati sul 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 a Monte Sant'Angelo (40').

Cena e pernottamento a Monte Sant'Angelo.

Località di partenza: Monte Saraceno

Località di arrivo: Monte Saraceno

Lunghezza del percorso: 8 Km

Dislivello: 250 mt

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 sopportata durante l'escursione sono abbondantemente ripagati da uno splendido panorama sul Golfo di Manfredonia e sui boschi interni, oltre che da una consapevole ammirazione per le strutture realizzate. Rientro a Monte Sant'Angelo, dove faremo la visita della cripta situata sotto la basilica di San Michele Arcangelo.

Cena e pernottamento a Monte Sant'Angelo.

Località di partenza: Viale Campanile

Località di arrivo: Abbazia di Pulsano

Lunghezza del percorso: 8 Km

Dislivello: 200 mt

Tempo di percorrenza: 4 ore

4° giorno: Monte Sacro - "Il Sentiero delle orchidee" (Mattinata)

Dopo la prima colazione lasciamo il nostro albergo di Monte Sant'Angelo e ci trasferiamo a Monte Sacro (Mattinata - 1h).

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 albergo.

Tempo libero per bagno al mare. Cena e pernottamento a Vieste.



Località di partenza: Monte Sacro
Lunghezza del percorso: 14 Km

Località di arrivo: Monte Sacro
Dislivello: 450 mt Tempo di percorrenza: 6 ore

5° giorno: Le grotte 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 una visita alle grotte marine. Nessun viaggio nel Parco Nazionale del Gargano è completo senza un'escursione in barca lungo la sua costa meravigliosa. 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 nella Foresta Umbra (30'). 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 mt s.l.m. di Monte Iacotenente scende fino ai 165 mt 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 attrezzaggio per uso turistico di un bene naturale.

Cena e pernottamento a Vieste.

Località di partenza: Caserma Corpo Forestale Località di arrivo: Caserma Corpo Forestale
Lunghezza del percorso: 9 Km Dislivello: 100 mt Tempo di percorrenza: 3 ore

6° giorno: La costa dei Trabucchi e le torri di avvistamento (Peschici)

Dopo la colazione, trasferimento per arrivare alla Torre di Calalunga (30'), dove inizieremo la nostra escursione. 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 scrigni 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 in una masseria (30') per assistere al processo di caseificazione del caciocavallo, formaggio tipico del Gargano. Rientro a Peschici e sistemazione in albergo a conduzione familiare. Cena e pernottamento a Peschici.

Località di partenza: Torre di Calalunga Località di arrivo: Peschici

Lunghezza del percorso: 8 Km Dislivello: 300 mt 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 30'), le perle dell'Adriatico. Giunti all'isola di 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 a Peschici (1h 30'). Cena e pernottamento a Peschici.

8° giorno: partenze

Dopo la colazione, trasferimento a Foggia per le partenze (tempo libero per visita del centro città e per il pranzo).

Cosa portare (indispensabile): **scarponcini da trekking**; zaino anche di tipo scolastico, poiché il bagaglio sarà trasportato dall'organizzazione; pronto soccorso personale; borraccia; mantellina e/o ombrello tascabile per eventuale pioggia; tutto il necessario per eventuali bagni al mare.

Quota individuale di partecipazione: **Euro 670,00** **Numero massimo partecipanti: 28**

La quota comprende:

- vitto (vino ed acqua incluse, a partire dalla cena del 1° giorno fino alla colazione dell'8° giorno);
- tutti i pranzi al sacco a partire dal 2° giorno fino a quello del 7° giorno;
- alloggio in camere doppie e triple;
- 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;
- biglietto per visita della cripta sotto la basilica di San Michele Arcangelo (5 Euro).

La quota NON comprende:

- trasferimento da Noventa a Foggia (andata/ritorno);
- assicurazione dei partecipanti;
- eventuali tasse di soggiorno dove previste;
- consumazioni in bar e pasticcerie;
- pranzo del 1° giorno (arrivo) e quello dell'8° giorno (partenza);
- costi del traghetto per le Isole Tremiti e delle barche per giro delle isole (circa 35 Euro);
- altri eventuali biglietti di ingresso a musei, monumenti o dove previsti.