



Natura, Cultura e Avventura

MOUNTAINBIKE NEL GARGANO

Una serie di itinerari in bike per ogni grado di difficoltà.

Easy Bike

Escursioni per principianti o bikers poco allenati.

La Dispensa - Attraverso la Valle del tesoro, tramite un sentiero molto suggestivo nella Foresta Umbra, saliamo a "Torre Palermo", per poi scendere attraverso il bosco di Vieste alla "Masseria Sgarrazza" dove potremo assaporare i piatti della nostra tradizione in luogo dove il tempo sembra essersi fermato. Dopo il pranzo scenderemo verso la costa con una splendida visuale della città di Vieste.



Percorrenza: ca. 35 km / 450 m in salita

Durata: Giornata intera

Sul Trabucco di Elia - Dopo una salita in direzione di Peschici, scendiamo sulla costa attraverso un ripido sentiero panoramico per raggiungere il Trabucco sul mare dove faremo una sosta per il pranzo. Da qui si gode di una vista fantastica e poco distante si può visitare il Grottone di Mannacora, antico riparo e luogo di culto.



Percorrenza: ca. 45 km / 650 m in salita

Durata: Giornata intera

Le Ginestre - Un paesaggio variopinto su piccole strade asfaltate di campagna, un paesaggio collinare ai piedi della Foresta Umbra, tra uliveti e coloratissime ginestre, fino alla sommità del Monte Chianconcello da dove si gode di un panorama mozzafiato.



Percorrenza: ca. 30 km / 550 m in salita

Durata: Mezza giornata

Expert bike

Escursioni di media-alta difficoltà, per bikers ben allenati.

Il bosco di Sfilzi - Dalle pendici della Foresta Umbra si sale attraverso un incantevole bosco di Cerro, in un percorso dove si possono incontrare caprioli, lepri e cinghiali. Visiteremo la fontana di Sfilzi, la più alta sorgente perenne della Foresta. Appena arrivati in cima ci tufferemo in un divertentissimo downhill che ci riporterà attraverso un querceto, negli uliveti di Vieste. Sulla strada del ritorno ci fermeremo in un Frantoio per una visita con degustazione.



Percorrenza: ca. 35 km / 680 m in salita

Durata: Mezza giornata

La via Sacra - Da Vieste si sale seguendo la "Tacca del lupo", in un percorso affascinante tra querce secolari e piscine in pietra. Una volta in cima ci immettiamo nel sentiero dei pellegrini di San Michele, che un tempo raggiungevano a piedi Monte Sant'Angelo. Scenderemo fino alle pendici di Monte Sacro dove si apre una pianura meravigliosa, regno delle orchidee selvatiche. Proseguiamo fino ad un agriturismo dove pranzeremo con prodotti tipici. Dopo pranzo di nuovo in sella verso la Foresta Umbra e poi giù, verso Vieste, in una rilassante discesa tra faggi e roverelle.



Percorrenza: ca. 65 km / 900 m in salita

Durata: Giornata intera

Tariffe tour guidati MTB

	Tour HD (1/2 gg)	Tour FD (1 gg)	Pacchetto tour 3 HD + 2 FD
Con bike propria	€ 25	€ 40	€ 135
Con bike a noleggio *	€ 45	€ 60	€ 190

Note: i prezzi si intendono a persona; le uscite si effettuano con un minimo di 3 partecipanti.

* **Bike a noleggio:** comprende mountainbike biammortizzata, casco, pompa, kit per le riparazioni; non comprende assicurazione bicicletta, vitto e alloggio, quanto non espressamente indicato.

INFORMAZIONI: tel/fax: 0884702237 | info@exploragargano.it | www.exploragargano.it

EXPLORANDO IN BIKE

La Transgarganica: ovvero l'unione del piacere del cicloturismo, con l'avventura, la cultura, la buona tavola e le antiche tradizioni della Puglia.

Una vacanza itinerante in bike attraverso il Gargano, dove toccheremo con mano la genuina ospitalità della sua gente.

Ci aspettano verdi e selvagge colline, innumerevoli sentieri tra uliveti e faggete maestose, stupendi singletrails, discese mozzafiato fino alla costa, anfratti solitari e la Foresta Umbra, cuore verde del Parco nazionale del Gargano.

Passeremo la notte in posti caratteristici del luogo, riscoprendo la semplicità del passato ma con il necessario comfort. Un giro per cicloturisti e per tutti coloro che non si accontentano facilmente e che desiderano toccare con mano la cultura e lo stile di vita del Gargano.

Programma

1. giorno: arrivo individuale

ore 18,00: arrivo e sistemazione presso il Residence Padre Pio a Vieste (FG); aperitivo di benvenuto e presentazione della Transgarganica; cena e pernottamento.

2. giorno: Vieste–Peschici (ca. 47 km / 1180 dislivello)

I sentieri forestali ci portano dalla costa verso la Foresta Umbra, da cui si gode di un panorama davvero unico. Con una discesa mozzafiato verso Monte Pucci raggiungiamo di nuovo la costa di Peschici. Lunch presso un pescatore e pernottamento presso il B&B La Chiusa delle More.

3. giorno: Peschici–Rodi Garganico (ca. 52 km / 1290 dislivello)

Lasciamo Peschici e ci inoltriamo in una tranquilla vallata di ulivi; ci inerpichiamo su una strada asfaltata fino a Vico del Gargano. Da qui percorreremo diversi sentieri e talvolta anche delle discese tecniche con una vista incredibile sul Lago di Varano.

Pernottamento al B&B Villa Vittoria.

4. giorno: Rodi Garganico–Monte Calvo (ca. 46 km / 1020 dislivello)

La nostra giornata inizia con una trasferta in bus verso San Giovanni Rotondo. Visiteremo la monumentale Chiesa di Padre Pio e poi di nuovo in sella risalendo il Monte Calvo (mt. 1065), la vetta più alta del Gargano. Da qui raggiungeremo poi il nostro alloggio seguendo dei singletrails con vista a 360° sul promontorio e oltre. Pernottamento all' Agriturismo Falcare.

5. giorno: Cagnano Varano–Monte San Angelo (ca. 44 km / 720 dislivello)

Partiremo attraversando la fitta foresta di «Bosco Quarto» ed inizieremo il nostro giro assai impegnativo verso Monte Sant' Angelo. Dopo una stupenda discesa arriveremo a Mattinata attraverso Monte Saraceno, un luogo ricco di testimonianze del passato con una vista mozzafiato sul mare. A sera alloggeremo presso l' agriturismo l' Incoronata, una antica masseria con annesso frantoio.

6. giorno: giornata di riposo a Mattinata

L' idillia atmosfera al frantoio é quanto di meglio ci possiamo aspettare per gustarci una giornata di pausa. Se qualcuno cerca comunque un po' di attività, potrà passare la giornata in spiaggia o raggiungere la vicina Manfredonia per una visita alla città con il suo castello federiciano.

7. giorno: Mattinata–Monte Sacro (ca. 58 km / 1250 dislivello)

Anche per oggi ci aspettano un magnifico panorama ed una salita impegnativa, prima di goderci la meritata sosta con pranzo nei pressi di Monte Sacro. Concluderemo il nostro giro scendendo dalla montagna al mare, ricordando tutti i posti meravigliosi visitati in questo viaggio fantastico attraverso il Gargano. Serata di chiusura con alloggio per la notte al Residence Padre Pio.

Transgarganica 2011

28 maggio – 04 giugno 2011

10 – 17 settembre 2011

Inizio	Sabato	Vieste	Bikeresidence Padre Pio
1. tappa	Domenica	Peschici	B&B La Chiusa delle More
2. tappa	Lunedì	Rodi	B&B Villa Vittoria
3. tappa	Martedì	Cagnano Varano	Masseria Falcare, borgo contadino
4. tappa	Mercoledì	Mattinata	Frantoio Incoronata, fattoria con frantoio
	Giovedì	Giornata di riposo	Frantoio Incoronata, fattoria con frantoio
5. tappa	Venerdì	Vieste	Bikeresidence Padre Pio

Prezzo per persona: **€ 870,00** supplemento singola **€ 70,00**

Si intende incluso ogni pernottamento, 5 tour guidati, pensione completa (escluso il pranzo del giorno di riposo), trasporto e trasferta durante il tour, visite e degustazioni.

A causa della grandezza del gruppo, non siamo in grado di garantire sempre delle camere singole.

Escluse bibite, bicicletta e viaggio di arrivo.

INFORMAZIONI: tel/fax: 0884702237 | info@exploragargano.it | www.exploragargano.it

