

Basilicata: mare bici e trekking



Matera e Metaponto

Una settimana di emozioni intense nel cuore della Basilicata. Accompagnati da chi vive tra questi vicoli alla scoperta della Matera dei Sassi, un groviglio unico di case scavate nella roccia, di chiese rupestri e piazzette di una bellezza sorprendente. Ma anche escursioni di trekking e di bici durante le quali assaporare il piacere della libertà tra parchi naturali e oasi protette. Un programma fatto su misura per chi vuole scoprire a fondo i luoghi che visita e per concedersi, una giornata di appagante relax lungo le spiagge del Mar Jonio. Divertimento assicurato!

Programma

Domenica: arrivo a Matera e sistemazione in un residence scavato nella roccia. Dopocena a passeggio per le vie della città per scoprire i suoi segreti.

Lunedì: visita ai "Sassi", le più belle e interessanti chiese rupestri "urbane", gli affreschi e le tombe millenarie per poi entrare nel Museo della Civiltà Contadina. Nel pomeriggio si lascia la parte antica della città per visitare la Matera seicentesca, la cattedrale e l'attuale centro.

Martedì: escursione di trekking nel Parco delle Chiese Rupestri, per vedere da vicino come vivevano i monaci eremiti e i pastori che hanno scavato queste grotte per ricoverare le loro greggi. Nel pomeriggio, raggiunto il villaggio di Murgia Timone, si farà un'incursione nel Neolitico.

Mercoledì: uscita in bicicletta per raggiungere l'Oasi WWF del Lago di San Giuliano, dove poter pedalare lungo le fresche rive del lago e gareggiare per avvistare le molte specie di uccelli che abitano l'oasi.

Giovedì: si preparano i bagagli perché si lascia Matera per spostarsi con la bici sulla costa jonica, fermandoci ad ammirare uno stupendo santuario rupestre. Arriveremo a Metaponto nel pomeriggio dove faremo i primi bagni.

Venerdì: si risale in sella per un'escursione alle Tavole Palatine prima di sconfinare in Puglia per un bagno di sole e di mare sulle larghe spiagge sabbiose di Marina di Ginosola.

Sabato: mattinata libera per un ultimo bagno oppure per un giro in bici fino al Castello di San Basilio. Nel primo pomeriggio saluti e partenza.

Informazioni utili

SISTEMAZIONE: gli indirizzi delle strutture sono forniti al momento dell'iscrizione.

ACCOMPAGNATORE: uno dell'èquipe di Jonas.

DATE DI PARTENZA: 30/8.

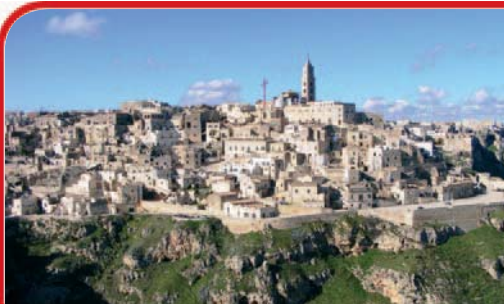
DURATA: 7 giorni con 6 pernottamenti, da domenica pomeriggio a sabato mattina.

PARTECIPANTI: minimo 10, massimo 20 persone.

QUOTA INDIVIDUALE: Euro 470.

COMPRENDE: sistemazione in camere doppie/triple con bagno, trattamento di mezza pensione, accompagnatore, incontri e percorsi guidati, noleggio bici, assicurazione sanitaria e bagaglio.

NON COMPRENDE: viaggio, bevande ai pasti e quanto non specificato alla voce "comprende".



Tipologia vacanza: sportiva e per tutti

Livello difficoltà: facile

Partenze: giugno settembre



Sicilia: attorno all'Etna in bici



Etna e Alcantara

Questa vacanza itinerante è un classico per chi decide di scoprire la Sicilia a bordo delle due ruote. Il percorso si snoda nel territorio alle pendici dell'Etna, caratterizzato da una miriade di paesini in equilibrio costante tra sviluppo umano ed irruente forza del vulcano. Il rinnovato interesse per il patrimonio naturalistico ha portato alla creazione di una rete di Parchi Naturali: l'Etna e l'Alcantara. Non mancano poi centri di notevole interesse come Bronte, nodo nevralgico della spedizione dei Mille; Acireale, città barocca situata a strapiombo sul Mar Jonio e naturalmente Taormina centro culturale e mondano per eccellenza.

Programma

Domenica: arrivo e sistemazione in hotel ad Acitrezza, incontro con la guida ed introduzione alla vacanza. Escursione alle Isole dei Ciclopi o passeggiata nei luoghi de "I malavoglia".

Lunedì: saliamo in sella alla bicicletta e ci dirigiamo lungo la famosa Riviera dei Limoni. Sosta ad Acireale e visita dei borghi marinari di Stazzo e Pozzillo, poi si sale sul trenino della Circumetnea che ci porta a Randazzo.

Martedì: trekking nel Parco dell'Etna fino alla colata lavica del 1981. Al rientro visita guidata di Randazzo.

Mercoledì: davanti ai nostri occhi il paesaggio è notevolmente cambiato: siamo alle pendici dell'Etna. La prima cittadina che incrociamo è Bronte, capitale del pistacchio.

Giovedì: mattina in bicicletta. Nel pomeriggio raggiungiamo le Gole dell'Alcantara, un territorio di origine vulcanica modellato dalla tenacia del fiume omonimo che vi ha scavato pareti strette ed alte fino a 25 metri. Verso sera arrivo a Giardini Naxos.

Venerdì: giornata libera a Taormina. Passeggiando tra giardini monumentali dal grande valore storico, la spettacolare Villa Comunale a strapiombo sul mare e il Teatro Greco. Qui si trova concentrata in poco spazio tutta l'essenza della terra siciliana: la

vocazione marinara tipica delle città di costa e la fisicità e prepotenza dell'entroterra.

Sabato: purtroppo è l'ora di salutarci.

Informazioni utili

SISTEMAZIONE: gli indirizzi delle strutture sono forniti al momento dell'iscrizione.

ACCOMPAGNATORE: uno dell'èquipe di Jonas.

DATE DI PARTENZA: 14/6, 12/7, 6/9, 4/10.

DURATA: 7 giorni con 6 pernottamenti, da domenica pomeriggio a sabato mattina.

PARTECIPANTI: minimo 8, massimo 16 persone.

QUOTA INDIVIDUALE: Euro 520.

COMPRENDE: sistemazione in camere doppie/triple con bagno, trattamento di mezza pensione, accompagnatore, incontri e percorsi guidati, noleggio bici, trasporto bagaglio, biglietto ferroviario Circumetnea, escursione guidata dell'Etna, assicurazione sanitaria e bagaglio.

NON COMPRENDE: viaggio, bevande ai pasti e quanto non specificato alla voce "comprende".



Tipologia vacanza: sportiva e per tutti

Livello difficoltà: medio

Partenze: giugno luglio settembre ottobre

