Un entusiasmante **viaggio cicloturistico** alla scoperta dei tesori nascosti di Puglia e Abruzzo. Pedaleremo attraverso paesaggi spettacolari, visitando **siti storici, borghi pittoreschi e splendide coste**. Il nostro tour inizierà nella **città di Bari**, famosa per il suo affascinante centro storico, e proseguirà con un'escursione ciclabile tra le dolci colline di Molfetta. Visiteremo poi il sito Unesco rappresentato dai **suggestivi Sassi di Matera** e la pittoresca **Valle d'Itria**, con i suoi trulli e borghi storici.

L'itinerario ci porterà anche sulla splendida **Costa dei Trabocchi**, dove godremo di panorami mozzafiato e scopriremo le tradizioni locali. La **Via Verde** ci guiderà lungo un percorso ciclabile fra viste panoramiche straordinarie e natura incontaminata. Il tutto sarà accompagnato da un'esperienza culinaria unica, con **piatti tipici della Puglia e dell'Abruzzo.**

Giorno 1

Arrivo a Bari e visita della città

Il nostro viaggio inizia nel cuore della Puglia, con l'arrivo a **Bari**. Dopo un primo incontro con la città, avremo l'opportunità di immergerci nella sua storia, passeggiando tra le viuzze del **centro storico**, visitando la **Basilica di San Nicola** e ammirando il **lungomare**. La serata si concluderà con una cena libera, occasione per assaporare le specialità locali.

Pomeriggio: Arrivo a Bari e trasferimento in struttura convenzionata Roots of Wonder. Dopo l'accoglienza e il check-in, inizia la visita alla città.

Visita alla Basilica di San Nicola (ingresso gratuito), famosa meta di culto religioso.

Ci concediamo poi una rilassante passeggiata sul **lungomare** di Bari, per godere della vista sul mare Adriatico.

Sera: Cena libera.

Alternativa al chiuso: Visita alla Pinacoteca Metropolitana di Bari (ingresso a pagamento) per scoprire capolavori dell'arte pugliese e italiana.

Giorno 2

Esplorando Bari e percorso ciclabile di Molfetta

Il secondo giorno del nostro viaggio ci porterà a scoprire la città di Bari, per poi immergerci nel fascino dell'entroterra pugliese. Ci sposteremo a **Molfetta**, una cittadina affacciata sul mare Adriatico, per una bellissima escursione ciclabile che attraversa dolmen, torri medievali e uliveti secolari.

Mattina: Iniziamo la giornata con una passeggiata nel centro storico di Bari. **Giro di Bari Vecchia**: Passeggiata tra le viuzze del borgo antico, con sosta per osservare le signore che preparano le orecchiette a mano, e visita opzionale alla Cattedrale di San Sabino (ingresso a pagamento) e al Museo Archeologico di Santa Scolastica (ingresso a pagamento).**Visita al Castello Normanno-Svevo** (ingresso a pagamento): imponente fortezza risalente al XII secolo, ricca di storia e fascino medievale.

Pomeriggio: Ci trasferiamo a **Molfetta**. Una volta arrivati, noleggeremo le biciclette per l'escursione ciclabile che ci condurrà alla scoperta dei paesaggi rurali e storici dell'entroterra molfettese. Il percorso ad anello (**circa 25 km**), è perfetto per chi desidera immergersi nella bellezza della natura pugliese. Pedaleremo tra **Dolmen e torri medievali**, **Ulivi secolari** e **Panorami mozzafiato**.

Sera: Cena libera a Bari, con la possibilità di esplorare ulteriormente la città o fermarsi in un ristorante tipico.

Alternativa al chiuso: Tour della Bari sotterranea (a pagamento) per scoprire i segreti archeologici nascosti sotto le strade della città moderna.

Giorno 3

Matera e i Sassi

Partenza per **Matera**, città Patrimonio dell'Umanità, famosa per i suoi **Sassi**, le abitazioni scavate nella roccia. Potremo scoprire la storia millenaria di questa città unica al mondo, visitando la **Cattedrale** di Santa Maria della Bruna**, la Casa Grotta di Vico Solitario e la Chiesa rupestre** di Santa Lucia alle Malve. Un'intera giornata dedicata a uno dei luoghi più suggestivi e affascinanti d'Italia. Dopo una giornata immersa nella storia, rientro a Bari.

Mattina: Trasferimento da Bari a **Matera**, città Patrimonio dell'Umanità UNESCO, Punti di interesse: **Belvedere di Piazzetta Pascoli**, **Sasso Caveoso e Sasso Barisano**, **Casa Grotta di Vico Solitario** (a pagamento), **Cattedrale di Matera**.

Pomeriggio: Continuazione della visita a Matera: **Piazza del Sedile**, **Chiesa rupestre di Santa Lucia alle Malve (a pagamento)**, **Ipogeo Materasum** (a pagamento)**.**

Sera: Cena libera.

Alternativa al chiuso: Visita ai Musei Nazionali Ridola (a pagamento)**,** il più antico museo della Basilicata, con reperti archeologici dalla preistoria all'epoca romana. Oppure **Visita a Casa Noha** (a pagamento)**,** un centro multimediale che racconta la storia di Matera attraverso video immersivi.

Giorno 4

In bici lungo la Valle d'Itria

Il quarto giorno è dedicato a una delle aree più iconiche della Puglia: la **Valle d'Itria**. In bici, esploreremo **Alberobello**, famosa per i suoi trulli, **Locorotondo** con le sue viuzze panoramiche, e **Martina Franca**, celebre per il suo barocco e la sua tradizione gastronomica. Pedaleremo attraverso paesaggi incantevoli, fermandoci per visitare le principali attrazioni di ogni borgo. Al termine del percorso, rientro a Bari nel tardo pomeriggio.

Mattina: Trasferimento da Bari a **Martina Franca**. **Percorso ciclabile nella Valle d'Itria compreso nella Ciclovia dell'Acqua (circa 35 km)**: Inizia il giro ad anello che attraversa tre dei borghi più affascinanti della Puglia. Ad **Alberobello** visita del famoso **Rione Monti**, dove si trovano centinaia di **trulli**, tipiche costruzioni in pietra a forma conica. Visita al **Museo del Trullo** per scoprire la storia di queste affascinanti abitazioni. Trasferimento in bici verso **Locorotondo**. Passeggiata tra le caratteristiche viuzze di questo borgo, noto per la sua forma circolare e le splendide viste sulla Valle d'Itria. Visita alla **Chiesa di San Giorgio**, simbolo del paese. Pranzo libero.

Pomeriggio: Continuazione del percorso ciclabile lungo la Ciclovia dell'Acqua nella valle dell'Itria: Ultima tappa del tour ciclabile con ritorno a **Martina Franca**. Visita alla sua imponente **Cattedrale di San Martino**, uno degli esempi più belli di architettura barocca pugliese.

Sera: Cena libera.

Alternativa al chiuso: Visita al Museo del Vino della Cantina Albea (a pagamento) **ad Alberobello**: museo dedicato alla tradizione enologica pugliese. **Visita al Museo Perle di Memoria** (a pagamento) **a Locorotondo**, piccola esposizione sulla storia e le tradizioni contadine del borgo.

Giorno 5

Arrivo a Vasto e benvenuto

Trasferimento a **Vasto**. Inizia il nostro viaggio alla scoperta dell'Abruzzo. Saremo accolti dal fascino del suo **centro storico vastese**, dove ogni vicolo racconta una storia. Dopo il viaggio, è il momento di rilassarsi, scoprire i sapori locali e prepararci per le avventure che ci attendono.

Pomeriggio: Sistemazione in una delle strutture di **Roots of Wonder**, nel centro storico. Qui troveremo camere confortevoli con bagno privato e tutti i servizi necessari per un soggiorno piacevole. Ci attende un aperitivo di benvenuto durante il quale assaggeremo una selezione di prodotti tipici dell'enogastronomia locale. Riceveremo inoltre un kit di benvenuto con mappe, audioguide e consigli utili per muoverci e vivere al meglio questa esperienza.

Successivamente, esploriamo Vasto con l'aiuto delle audioguide fornite. Potremo scegliere tra **20 percorsi tematici** suddivisi in tre categorie. **Percorsi Storici:** Palazzo d'Avalos, Loggia Amblingh e la Cattedrale di San Giuseppe. **Percorsi Urbani:** Piazza Rossetti, il Castello Caldoresco e le mura medievali. **Percorsi Tematici:** Itinerari dedicati all'arte, ai panorami e alla cultura locale.

Sera: Cena all'**Osteria del Vasto**, dove ci aspetta una selezione di piatti tipici a base di pesce, tra cui il famoso **brodetto** vastese, il tutto accompagnato da vini locali.

Alternativa al chiuso: Possiamo visitare i Musei civici **di Palazzo d'Avalos (a pagamento)**, dove scopriremo la storia e la cultura di Vasto.

Giorno 6

Lungo la Costa dei Trabocchi: Punta Aderci

Ci aspetta una giornata all'insegna della natura e della bellezza. Pedaleremo lungo la **Costa dei Trabocchi**, ammirando panorami straordinari e immergendoci nella tranquillità di questi luoghi unici.

Mattina: Dopo una ricca colazione, iniziamo il nostro percorso cicloturistico da **Vasto Marina a San Salvo Marina** (10 km A/R). Il tragitto è semplice e pianeggiante, perfetto per riscaldarci e godere del paesaggio marino. Pausa pranzo libera.

Pomeriggio: Riprendiamo la bici per un percorso spettacolare: da **Vasto Marina a Punta Aderci** (14 km A/R). Attraverseremo la Riserva Naturale di Punta Aderci, fermandoci per ammirare il famoso Trabocco di Punta Aderci e scattare foto dei panorami mozzafiato.

Sera: Ceniamo alla **Taverna del Vasto**, gustando arrosticini, carni alla brace e pallotte cacio e uova.

Alternative al chiuso: Possiamo **fare un tour** del suggestivo **Castello di Roccascalegna** (a pagamento) e l'antica chiesa di San Pietro.

In alternativa, possiamo raggiungere **Chieti** per esplorare la Cattedrale di San Giustino e il Museo Archeologico Nazionale d'Abruzzo.

Giorno 7

La Via Verde da Ortona a Fossacesia

Prepariamoci a scoprire la **magia della Via Verde**, un percorso ciclabile che ci farà attraversare paesaggi costieri incantevoli, tra spiagge, trabocchi e borghi storici.

Mattina: Dopo colazione, ci trasferiamo in auto o in treno fino a **Ortona**, dove inizia la nostra avventura. Pedaliamo lungo la **Via Verde**, percorrendo il tratto da **Ortona a Fossacesia** (20 km circa sola andata). Durante il tragitto faremo una sosta al Belvedere di San Vito Chietino.

Per la sosta ci attende un **pranzo esclusivo sul Trabocco**, lungo il percorso della **Via Verde**. Gusteremo pesce freschissimo, immersi in un'atmosfera unica e affascinante.

Pomeriggio: Visitiamo l'**Abbazia di San Giovanni in Venere a Fossacesia**, un capolavoro romanico circondato da un panorama mozzafiato. Rientriamo in bici a Ortona (20 km circa) o alla stazione più vicina e torniamo a Vasto in serata.

Sera: La giornata si conclude con una cena libera.

Alternativa al chiuso: Possiamo partecipare a un **laboratorio di ceramica artistica** a Vasto (su richiesta e a pagamento) per scoprire l'arte della lavorazione della ceramica abruzzese e creare un piccolo oggetto da portare a casa.

Giorno 8

Check-out e visita opzionale di Ortona e Lanciano

Siamo giunti alla fine di questa avventura, ma c'è ancora tempo per salutare l'Abruzzo con un arrivederci speciale.

Mattina: Dopo colazione, lasciamo la struttura e scegliamo se proseguire la nostra avventura avendo la possibilità di visitare **Ortona** e/o **Lanciano**.

A Ortona, possiamo esplorare il Castello Aragonese (gratuito) e il Museo della Battaglia (gratuito).

A Lanciano, possiamo visitare il Santuario del Miracolo Eucaristico (gratuito) e il Quartiere Medievale.

Partenza e fine del tour.

Pacchetto turistico
In bici fra i tesori di Puglia e Abruzzo

Servizi inclusi

Soggiorno: 4 notti a Bari e 3 notti a Vasto nelle strutture Roots of Wonder, con colazione inclusa.

Benvenuto:

- Aperitivo con prodotti locali a Vasto
- Kit comprendente audioguide per visitare liberamente Vasto

Pasti organizzati:

- Cena tipica all'Osteria del Vasto
- Cena alla Taverna del Vasto
- Pranzo sul Trabocco

Escursioni e attività:

- Percorsi cicloturistici di Molfetta, Valle d'Itria e Costa dei Trabocchi
- Visita alle principali attrazioni di Bari
- Visita al sito UNESCO di Matera
- Visita alle località della Valle d'Itria: Martina Franca, Locorotondo, Alberobello
- Visita alla Riserva Naturale di Punta Aderci
- Visita all'Abbazia di San Giovanni in Venere
- Assistenza e informazioni

Servizi su richiesta (con supplemento)

- Assistenza telefonica 24/7.
- Noleggio biciclette muscolari o a pedalata assistita.
- Transfer o biglietti mezzi pubblici per il trasferimento da Bari a Vasto
- Transfer da e per aeroporto/stazione
- Transfer per i punti di partenza delle escursioni ed eventuali attività al coperto.
- Attività alternative al coperto.