



Il Gargano e' un territorio capace di soddisfare il turista piu' esigente per la straordinaria varieta' di paesaggi che offre, per la dolcezza del clima, per i sapori ed i profumi dei suoi prodotti e della cucina.



**LA VALLETTA**

**Ischitella (FG)**

www.lavallettacentrobenessere.it  
 e-mail: info@lavallettacentrobenessere.it  
 Tel. 0884 - 996175

**La Valletta Centro Benessere** offre spazi culturalmente attrezzati in cui collocare la vacanza, lo svago, l'incontro. In pochi minuti, è possibile raggiungere i paesi e gli angoli più

suggestivi del Gargano. **Carpino, Ischitella, Vico, Rodi e Peschici**, antichi borghi ricchi di storia e leggenda. Partire per trascorrere una giornata nella maestosa solennità dei **boschi garganici** o per un'avventura sulle tracce dell'uomo preistorico, nelle **antiche necropoli** e grotte delle scogliere litoranee.

Realizzazione ed elaborazione grafica a cura di **Adagio . it**  
 www.adagio.it - e-mail: info@adagio.it - Tel. 0323 33080

Gli itinerari della  
 Rivista del  
 Trekking



## Vacanze tra mare e monti

Il Gargano, Sperone d'Italia, che non ha eguali per la ricchezza di situazioni che si mescolano tra loro, quali la natura straordinaria, le tradizioni popolari, il ricchissimo patrimonio artistico e archeologico, la storia. Una Montagna Sacra che è stata meta e luogo di culto per pellegrini di tutto il mondo.

È un luogo dove si respira lo spirito mediterraneo, una penisola che si tuffa verso la Grecia e di cui ha raccolto l'anima del "grande mare" degli antichi, i contrasti con la natura durante le stagioni quando i cromatismi si moltiplicano e si uniformano.

Tavole imbandite di prodotti tipici che coinvolgono tutti i sensi grazie alla varietà dei colori, degli odori e dei sapori di agnelli, capretti, anguille, soppressate, arance, limoni, caciocavalli, fave e cotiche, uva, fichi, maccheroni.

Ottima accessibilità tramite l'autostrada A14 da Nord e A16 da Sud. Collegamenti con le grandi arterie ferroviarie. Numerose e interessanti sono anche le strade statali e locali. Inoltre, alcune linee di trasporto pubblico locale permettono gli spostamenti all'interno della zona.

La nostra proposta di itinerari si sviluppa tutta all'interno del promontorio del Parco nazionale del Gargano, degno di un soggiorno di un'intera settimana.

**LA VALLETTA**

**Centro Benessere Valletta - Ischitella (FG)**

www.lavallettacentrobenessere.it

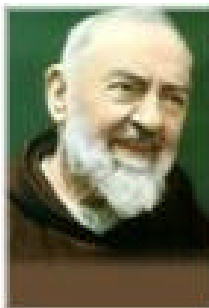
Tel. 0884 - 996175

**Vacanze nel Gargano**  
*due, quattro, sei giorni nello sperone d'Italia*

## Due giorni

---

- Itinerario religioso: visita alla tomba di Padre Pio a S. Giovanni Rotondo nella prima mattinata, Trasferimento a Monte S. Angelo e visita alla basilica di S. Michele, meta di pellegrinaggi da tutto il mondo. A 8 km. da Monte S. Angelo, su un vasto altopiano che domina il golfo di Manfredonia, incastonata nella roccia, "gli Eremi e l'Abbazia di Pulsano", edificata alla fine del VI secolo per volere di Papa San Gregorio Magno. Dopo aver gustato le squisitezze della cucina montanara, ritorno attraverso la stupenda Foresta Umbra, il polmone verde del Promontorio.



- Escursione sui laghi: seguendo la strada che percorre l'istmo tra il lago di Varano e il mare, si è in 12 km. al canale di Caporale, superato il ponte in direzione Torre Mileto, s'incontra una strada che s'inerpica verso Monte d'Elio. Una deliziosa chiesetta dell'XI secolo, Santa Maria di Monte d'Elio, con affreschi bizantineggianti del XII e XIII secolo, domina da costa settentrionale del Gargano. A pochi km. la pescosissima laguna di Lesina e il Bosco Isola, splendida testimonianza di macchia mediterranea: boschi di leccio e pino frammisti a carpino e olmi, odorosi di alloro, mirto e rosmarino. Per conoscere meglio questo gioiello della natura è possibile un'escursione in catamarano sulla laguna accompagnati dalle guide del Parco, con cui si può proseguire in bicicletta lungo il Bosco Isola.

## Quattro giorni

---

- La costa: da Rodi Garganico a Mattinata, lungo la frastagliatissima costa, il Gargano si mostra in tutta la sua bellezza paesaggistica: spiagge di sabbia finissima, promontori di roccia a strapiombo, torri d'avvistamento, borghi arroccati a picco sull'acqua, Rodi, Peschici, Vieste e un Adriatico azzurrissimo e limpido. Tra Peschici e Vieste due eccezionali siti archeologici: il Grottone e la necropoli di Punta Manaccora i cui primi insediamenti



risalgono all'età del bronzo e la necropoli paleocristiana La Salata presso Vieste databile al IV – VI secolo d.C.

- Isole Tremiti: un vero gioiello naturalistico, un autentico scrigno tra mare e cielo, ricco di tesori paesaggistici, di memorie storiche e di monumenti della natura. I fondali più belli dell'Adriatico ricordano i mari tropicali.



## Sei giorni

---

- Itinerario naturalistico: una giornata in foresta tra maestosi faggi e tassi, per un pic-nic nel fresco bosco garganico ricco di ombre misteriose e profumi eccezionali. Passando per Vico del Gargano e d'obbligo visitare presso il convento dei Cappuccini, un maestoso leccio sul sagrato, uno dei patriarchi del Gargano ed il museo Tappeto Maratea, Tra macine e antichi arnesi si rievocano memorie ed echi di un paese saldamente legato ai valori e alla religiosità dell'ulivo.

- Un itinerario segreto alla scoperta di anfratti e grotte che conoscevano la storia più remota del promontorio. A pochi Km. da S. Nicandro Garganico, dove è da visitare il museo storico archeologico etnografico e della civiltà contadina garganica, lungo la strada per S. Marco in Lamis, si può ammirare una delle più vistose manifestazioni del carsismo garganico, la Dolina Pozzantina, profonda più di 100 m. e con un perimetro di 1850 m. Presso S. Marco in Lamis, la grotta di Montenero, ricca di preziose concrezioni calcaree e in agro di Rignano Garganico, sotto la superficie di un gradone calcareo, si apre la Grotta Pagliacci. L'antichissimo insediamento, frequentato tra 200.000 e 11.000 anni fa, costituisce una testimonianza straordinaria per la paleoantropologia e per la storia dell'arte.

