

VIAGGIO ATTIVO

Dal mare alla montagna nei parchi del Sud Italia

(Cilento - Pollino - Dolomiti lucane - Parco della Murgia Materana)



Le innumerevoli vacanze in camper trascorse di fronte alle sue meravigliose acque, i chilometri in kayak percorsi alla scoperta delle sue magnifiche coste rocciose, le numerose immersioni per scoprirne le suggestive grotte marine: questo il mio legame con il Parco del Cilento e con Marina di Camerota. Le magnifiche gole del fiume Lao e le sue acque spumeggianti, un'icona per ogni canoista italiano: questa la mia idea del Parco del Pollino. I borghi abbandonati, i calanchi, gli spazi sconfinati dove si perde lo sguardo e le chiese rupestri nascoste in profonde vallate a trasmettere suggestioni e immagini di luoghi lontani nel tempo e nello spazio: questo il fascino della Basilicata. (Riccardo)



Da tutto questo nasce un viaggio di **8 giorni** che ci porterà a scoprire ben **due parchi nazionali, il Cilento ed il Pollino** e **due parchi regionali**, quello delle **Dolomiti Lucane** e quello della **Murgia Materana**.

Grazie ad una **struttura flessibile e modulare**, il programma del viaggio sarà una traccia che, quando possibile, ognuno potrà arricchire con le attività che più sentirà sue.

Inizieremo dal **Parco del Cilento**, che attraverseremo scoprendo i suoi piccoli **borghi nascosti** come **Roscigno Vecchio** ed esplorando le sue meraviglie naturali come le **gole del Calore**, fino ad arrivare al mare a **Marina di Camerota**, dove avremo modo di esplorare le sue vertiginose scogliere (tra le più incontaminate della penisola) **a piedi e/o in canoa**.

Da qui ci dirigeremo in direzione sud verso il **Parco del Pollino**, dove effettueremo una divertente discesa in **rafting sul fiume Lao**, in una delle gole più spettacolari del sud Italia. Ma questo parco ci offrirà molto di più, pitture rupestri, cime maestose con **spettacolari panorami sul mare** e storici borghi abitati da **popoli di cultura arberesche**, gli albanesi d'Italia emigrati secoli fa dal proprio paese, in fuga dall'impero ottomano.

Proseguiremo il nostro viaggio entrando in **Basilicata**, una delle zone meno conosciute e allo stesso tempo più suggestive d'Italia. I suoi affascinanti **borghi abbandonati**, come **Craco**, e le spettacolari creste delle **Dolomiti Lucane** a **Pietrapertosa e Castelmezzano**, saranno solo il preludio al fascino della città di **Matera**, dove concluderemo il nostro viaggio, non prima di aver esplorato i dintorni caratterizzati da **valli e chiese rupestri** che non hanno nulla da invidiare a quelle della misteriosa Cappadocia.

Gli indimenticabili del viaggio

- Le scogliere a picco sul mare, le grotte e le spiaggette **tra Marina di Camerota e Porto Infreschi** nel Parco Nazionale del Cilento
- Le profonde **gole del fiume Lao** nel Parco del Pollino, tra le più spettacolari del Sud Italia
- Le caratteristiche creste montuose delle **Dolomiti lucane**
- La splendida città di **Matera con le sue valli** ricche di chiese e insediamenti rupestri
- I caratteristici **borghi e i villaggi fantasmi** tra Campania, Calabria e Basilicata: Roscigno Vecchio, Craco, Civita



Itinerario

1° GIORNO: PARCO DEL CILENTO

Incontreremo gli altri membri del gruppo a Salerno e proseguiremo all'interno del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni. Qui inizierà il nostro viaggio alla scoperta dei suoi borghi e di alcuni dei suoi angoli più suggestivi. Pernottamento in uno dei piccoli borghi del Parco.

2° GIORNO: ATTRAVERSAMENTO DEL PARCO DEL CILENTO

Dopo colazione ci daremo tutto il tempo necessario per attraversare con calma il Parco Nazionale del Cilento e visitare alcuni dei suoi borghi più caratteristici, ad iniziare da Roscigno Vecchio, uno dei borghi abbandonati più belli d'Italia, dove il tempo si è fermato e la natura ha preso il sopravvento. Proseguiremo infine verso il mare fino a giungere a Marina di Camerota, la nostra casa per le prossime due notti.

3° GIORNO: MARINA DI CAMEROTA TRA MARE E TERRA

Attività mare e trekking a Marina di Camerota, con possibilità di scoperta della splendida, selvaggia e incontaminata costa del Cilento a piedi e/o in canoa*.

4° GIORNO: FIUME LAO - PARCO DEL POLLINO

Dopo colazione ci trasferiremo nel Parco Nazionale del Pollino, per viverlo attraverso una divertente discesa di rafting* nelle spettacolari gole del fiume Lao. Se il tempo ce lo permetterà visiteremo i famosi graffiti preistorici della Grotta del Romito, un sito risalente al Paleolitico superiore contenente una delle più antiche testimonianze dell'arte preistorica in Italia e una delle più importanti a livello europeo. Pernottamento nel piccolo borgo e albergo diffuso di Civita.

5° GIORNO: ALLA SCOPERTA DELLA CULTURA ARBERESHE - PARCO DEL POLLINO

Oggi ci "perderemo" nel piccolo centro storico di Civita, per venire guidati nelle curiose architetture delle "case Kodra" e dei bizzarri comignoli, nei luoghi dove il rito greco-bizantino, con una complessa e mistica simbologia iconografica, continua a celebrarsi ogni giorno. Pranzo tipico per immedesimarci nei profumi e sapori dell'antica cultura Arbereshe. Nel pomeriggio andremo alla scoperta del Parco del Pollino per respirarne tutta la selvaggia bellezza. Pernottamento a Civita.



6° GIORNO: BORGHI E PANORAMI DELLA BASILICATA

Oggi ci sposteremo verso le Dolomiti Lucane. Nel nostro viaggio ci fermeremo per visitare alcuni dei borghi della Basilicata che incontreremo lungo la strada come Craco, splendido “paese fantasma” nella provincia di Matera - che, a chi lo osserva in lontananza, si presenta come una scultura di origini medioevali circondata da calanchi - e Aliano, con il suo suggestivo paesaggio lunare, dove Carlo Levi, pittore e medico torinese, visse parte del suo confino conquistando la fiducia e l'affetto dei “paesani”, fino a scegliere di essere seppellito nel cimitero del piccolo borgo. Arrivo a Castelmezzano e pernottamento.

7° GIORNO: LE DOLOMITI LUCANE E - MATERA

Dopo colazione breve escursione alla scoperta delle Dolomiti Lucane o possibilità, per chi lo vorrà, di effettuare il famoso volo dell'Angelo*, un'emozione unica che ci permetterà di vedere dall'alto la bellezza del Parco che di norma è privilegio delle sole creature alate: uccelli ed angeli. Ci trasferiremo poi a Matera, dove, grazie ad una valida guida locale, entreremo subito nella giusta atmosfera della città dei Sassi. Pernottamento nei pressi di Matera.

8° GIORNO: LE VALLI E LE CHIESE RUPESTRI INTORNO A MATERA

Dopo colazione ci addentreremo nella Murgia Materana e nel Parco Archeologico e Naturalistico delle Chiese rupestri (sito UNESCO) per immergerci nella storia che ha caratterizzato questi luoghi. Nel primo pomeriggio ci saluteremo e faremo ritorno alle nostre case.



Scheda tecnica

Date di partenza:

9-16 ottobre

Durata viaggio:

8 giorni - 7 notti

Tipologia: viaggio in piccolo gruppo (max 12 persone) con Riccardo come tour leader e guide locali dove previste. Viaggio attivo. E' consigliato almeno un discreto livello di allenamento per poter apprezzare al meglio lo spirito del viaggio. Si ricorda comunque che la maggior parte delle attività sportive suggerite sono facoltative, di conseguenza è possibile costruire individualmente un tour adatto alla propria forma fisica (vedi al riguardo l'apposita sezione "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

Cosa facciamo: visite ed escursioni nei parchi e nei principali borghi di interesse toccati dall'itinerario. Degustazione dei prodotti tipici e specialità locali. Mare a Marina di Camerota. Possono essere previste, sebbene proposte come facoltative e per questo non inserite nella quota, attività quali: rafting, bicicletta, kayak, a seconda delle scelte del singolo e del gruppo (vedi al riguardo "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

Pernottamento: in piccoli hotel, agriturismi, B/B (vedi "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

Trasporti: il costo dei i trasporti non è incluso nella quota, di conseguenza è previsto che ogni partecipante si organizzi in maniera autonoma. Su richiesta è possibile prevedere il trasporto con la guida secondo le norme Covid-19 (vedi "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

Lunghezza percorso: 850 km circa (come punto di partenza si considera la prima tappa del tour e come punto di arrivo l'ultima. Non vengono considerati i trasferimenti da e per questi due punti. Il totale dei chilometri indicati è approssimato e a puro titolo informativo. Non considera eventuali deviazioni e variazioni di itinerario, non solo sempre possibili, ma anzi auspicabili nell'ambito di un viaggio di scoperta).

A cura di: idea e progetto di viaggio di Latitude 180° con l'organizzazione tecnica di Enterprise srl



Quota viaggio

Data di partenza:

9 -16 ottobre (8 giorni - 7 notti)

Quota: Minimo 6 massimo 15 partecipanti:

- Dalle 6 in poi: 850,00 €

Supplemento singola per l'intero viaggio, previa verifica della disponibilità: € 160,00

La quota comprende

La sistemazione in camera doppia con bagno privato. Trattamento di pernottamento e prima colazione. Riccardo come guida e accompagnatore per tutta la durata del viaggio e visita con guida locale, della durata di mezza giornata, a Civita e Matera.

La quota non comprende

Il trasporto, i pasti, gli ingressi, le attività facoltative, l'assicurazione obbligatoria, le spese di apertura pratica, tutto ciò non contemplato nella quota comprende.

Costi attività facoltative (contrassegnate nel programma con l'asterisco)

Canyoning/torrentismo € 45,00

Rafting sul fiume Lao € 40,00

Volo dell'Angelo € 35/42,00

Noleggio kayak da mare mezza giornata a Marina di Camerota € 25,00

NB: Le attività facoltative, quindi a scelta del cliente, possono richiedere un numero minimo per essere effettuate. Pertanto, per una migliore organizzazione, si richiede di rendere nota la propria scelta all'atto della prenotazione (vedi "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)



Le novità dei nostri viaggi in Italia

Ora vi andiamo a delineare quelle che sono le maggiori novità dei nostri viaggi in Italia rispetto alla nostra classica programmazione. Si possono sintetizzare nella parola **flessibilità** e derivano da tre fattori principali:

- Il diverso spirito con il quale siamo convinti affronteremo i viaggi nel nostro paese, un **maggior senso di familiarità e sicurezza**;
- Una logistica più semplice ed **una maggiore autonomia**, data dalla maggiore facilità di spostarsi anche con mezzi propri;
- Come è facilmente comprensibile, un periodo eccezionale come questo, va affrontato in maniera eccezionale e non convenzionale.

Ecco le novità:

Struttura modulare

La flessibilità si concretizza per alcuni tour nell'essere **modulari in termini di giorni e/o di attività**, con la possibilità di scegliere quanto una o entrambe le parti del tour e quali attività facoltative svolgere, in base ai propri gusti e al proprio budget di spesa, in modo da costruirsi il proprio viaggio ideale.

Nella scelta delle attività, si dovrà necessariamente tener conto dell'eventuale numero minimo necessario allo svolgimento di alcune di esse, ragion per cui cercheremo di organizzarle al meglio e per quanto possibile prima della partenza.

Trasporto non incluso

Nella quota dei tour il trasporto non è incluso. E' una scelta ben precisa, in quanto, viaggiando in Italia, e potendo essere il tour proposto anche solo una parte delle vostre vacanze, abbiamo deciso che, se vorrete, potrete partecipare conducendo la vostra auto. Per cui i tour, pur rimanendo a tutti gli effetti tour guidati, sono pensati con equipaggi che si muovono in autonomia.

Ma su richiesta, previa verifica della disponibilità e con un costo variabile per ogni tour, è possibile organizzare il trasporto con mezzi a noleggio o di proprietà della guida, condotti dalla guida stessa e nel rispetto delle normative Covid-19 in materia di distanziamento sociale a bordo dei mezzi di trasporto.

Alloggi flessibili

Vista la natura dei luoghi in cui verranno effettuati i viaggi e la precisa scelta di usare strutture come agriturismi, bed & breakfast e piccoli hotel che, date le loro dimensioni, potrebbero non



avere stanze sufficienti per tutti i partecipanti, non possiamo garantire che l'intero gruppo alloggerà nella stessa struttura. Ovviamente verrà fatto il possibile per trovare una sistemazione quanto più possibile vicina a quella degli altri partecipanti e di una tipologia simile. La sistemazione specifica verrà comunicata solo all'atto della prenotazione.

Giorno 0: un giro in e-bike per la Città Eterna?

Dal momento che Riccardo, l'accompagnatore e guida della grande parte dei tour, dovrebbe partire quasi sempre da Roma, abbiamo deciso di offrire una bella escursione in ebike per il centro storico di Roma a coloro che partiranno con lui (con la sua auto o meno) e arriveranno per questo il giorno prima in città. Non sarà una visita guidata, ma semplicemente un modo per passare un piacevole pomeriggio in compagnia di un romano per le vie della Città Eterna. L'attività sarà su richiesta e soggetta a riconferma da parte di Riccardo stesso. Contattaci per ulteriori informazioni.

Se vuoi maggiori informazioni, visita l'apposita sezione in "Italia secondo Latitude" sul nostro sito o contattaci.