

2024 SCHEDA CICLOVIAGGIO

SALENTO IN BICI

Pedalando fra i mari del Salento





SPECIALE PERCHÉ

- Viaggio itinerante fra i capolavori del Barocco e le Maldive del Salento
- Alla scoperta dei parchi naturali e dei suggestivi panorami costieri fra la costa ionica e quella adriatica
- Sole, sapori genuini e calorosa accoglienza salentina

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

Riserva Naturale "Le Cesine"



Questo affascinante itinerario ci condurrà alla scoperta della straordinarietà di tutta la costa salentina in cui la limpidezza del mare, i fondali color turchese, il clima gradevole e la natura selvaggia rendono il territorio di una bellezza unica a cui nessun appassionato viaggiatore riuscirebbe mai a resistere. Pedaleremo lungo i due mari, Ionio e Adriatico alla scoperta di questa magica terra fatta di piccole baie isolate, di coste inaccessibili e di rocce frastagliate. Avremo il piacere di raggiungere Santa Maria di Leuca, uno dei luoghi più suggestivi del Salento e del nostro Paese, la punta del tacco d'Italia; ammireremo qui il Santuario di Santa Maria de "Finibus Terrae", ai confini della Terra, dove si incontrano lo Ionio e l'Adriatico, luogo a dir poco spettacolare. Ci immergeremo a pieno nella cultura del Salento, godendo dei suoi capolavori barocchi, della

grande accoglienza e della gustosissima cucina locale. Durante il tragitto non mancherà inoltre la possibilità di godere di rinfrescanti soste bagno nelle splendide acque cristalline. Un viaggio che sarà un'esplosione dei cinque sensi attraverso i colori e i profumi di questo splendido angolo di paradiso. Benvenuti al Sud!









Pedalando in Salento

Campagna salentina

Cala dell'Acquaviva







Otranto

Basilica di Santa Croce a Lecce

Santuario di Santa Maria de Finibus Terrae

Santa Maria di Leuca è sicuramente uno dei luoghi più suggestivi del Salento.

Lontana circa 80 km dalla città di Lecce, già solo il percorso per raggiungerla è ricco di bellezza, sai per chi la raggiunge dal litorale che vede scorrere il mar Ionio da un Iato e il mare Adriatico dall'altro, sia per chi la raggiunge dall'entroterra, fra olive secolari e vegetazione mediterranea.

Santa Maria di Leuca è un punto, un apice, un limite che unisce le due anime del Salento, quello legato al mar Ionio e quello legato all'Adriatico.

Ionio e Adriatico non sono solo due mari che bagnano il Salento da due versanti, ma sono due diversi modi di vivere il mare che hanno, nei secoli, segnato anche due diversi modi di vivere tra gli abitanti del territorio.

Scoglioso e cangiante l'Adriatico, verde smeraldo e irrequieto per il suo essere esposto a diversi venti; azzurro, quasi sempre calmo e accompagnato da spiagge sabbiose lo Ionio.

Le due anime del Salento sono queste e si incontrano qui, in questa città-madre che riunisce l'anima di chi vive e di chi viaggia in questo splendido territorio.

	INFORMAZIONI GENERALI
QUANDO	Dal 2 al 7 settembre 2024 (6 giorni /5 notti) ** 4 GIORNI DI PEDALATA
COME	Viaggio di gruppo con guida cicloturistica Four Seasons (min. 6 max. 12 partecipanti)
GUIDA	Francesco Scalamonti, guida cicloturistica ed istruttore della Federazione Ciclistica Italiana.
COSA FACCIAMO	Tour itinerante in bici (con trasporto bagagli incluso) di livello medio 👀; visita dei borghi salentini; bagni nelle acque color smeraldo; enogastronomia locale.
	I tratti da percorrere in bici sono accessibili a tutti coloro dotati di un minimo di allenamento e in buone condizioni fisiche. Il percorso è prevalentemente pianeggiante con qualche breve salita sui tratti collinari; si pedalerà principalmente su strade secondarie a basso traffico.
DOVE DORMIAMO	Hotel 3***/4 ****
PASTI INCLUSI	Tutte le prime colazioni e una cena in ristorante
PASTI <u>NON</u> INCLUSI	Tutti i pranzi al sacco autogestiti e 4 cene in ristoranti locali/hotel
DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze o diete specifiche, che sono comunque soggette a riconferma successiva da parte dell'Organizzatore.
COME SI RAGGIUNGE	 Mezzi propri Treno (andata e ritorno per la Stazione FS di Lecce)
	Lecce è raggiungibile con il treno e con il servizio trasporti 'Flixbus' che consente il trasporto bici, previa prenotazione, sia da Roma che da numerose altre città in Italia. Con il treno è consentito il trasporto bici associando al biglietto di viaggio personale la relativa prenotazione bici. Sui treni ad alta velocità è previsto lo smontaggio delle ruote e il trasporto della bici con l'apposita sacca. Contattare la guida disponibile per tutte le info riguardanti le modalità di trasporto ideali.
	Inizio viaggio: ore 17.00 Appuntamento in hotel a Lecce Fine viaggio: ore 10.00 Lecce
DOCUMENTI	Carta di IdentitàTessera sanitaria
TRASPORTO BAGAGLI	Trasporto bagagli incluso (1 bagaglio medio + 1 bagaglio a mano a persona) per tutti i giorni in bici, dal 2° al 5° giorno.

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO

LECCE

02.09.2024 Arrivo individuale a Lecce e sistemazione in hotel.

> Nel tardo pomeriggio incontro con la guida, briefing e passeggiata esplorativa della città. Lecce è la capitale del Salento e ci aprirà le sue porte mostrandoci lo splendore della sua architettura barocca che la rende così unica e affascinante. Ci appassioneremo visitando il suo caratteristico centro storico e inizieremo a gustare le molte delizie della cucina locale. Rientro in hotel e pernottamento.

2° GIORNO 03.09.2024

DA LECCE A GALLIPOLI, PASSANDO PER NARDO' E COPERTINO

Prima colazione in hotel e partenza per la prima giornata di tour. Oggi inizieremo a pedalare nelle tipiche stradine di campagna e avremo il piacere di conoscere le prime due perle salentine, Nardò e Gallipoli. Dopo una visita nei loro rinomati centri con splendidi esempi di arte barocca, risaliremo in sella alle nostre bici fino a raggiungere il blu mare della bellissima Gallipoli. Cena e pernottamento.

Dislivello: 100 m − **Lunghezza:** 50 km − **Durata:** 4:00 ore − **Difficoltà:** 🛞



3° GIORNO 04.09.2024

DA GALLIPOLI A SANTA MARIA DI LEUCA

Dopo colazione inizieremo il nostro tour che ci porterà fino alla punta estrema del Salento: Santa Maria di Leuca. L'itinerario ci permetterà di godere a pieno dal paesaggio salentino, pedalando immersi nella macchia mediterranea e fra suggestive scogliere, fino a raggiungere l'emozionante Santuario di Santa Maria de Finibus Terrae, la nostra fine tappa della giornata posta sulla punta del tacco d'Italia! Cena in hotel e pernottamento.

Dislivello: 250 m − Lunghezza: 50 km − Durata: 5 ore − Difficoltà: 🦭



4° GIORNO 05.09.2024

DA SANTA MARIA DI LEUCA A OTRANTO

In questa terza giornata avremo il piacere di pedalare in una delle più affascinanti strade della Puglia ammirando splendide calette, il famoso fiordo del Ciolo con il suo omonimo ponte, il faro di Punta Palascia, posto nel punto più orientale d'Italia e tipici paesini salentini. In giornate terse non mancherà la possibilità di poter godere della splendida vista fino alle coste dell'Albania! Arrivo a Otranto nel tardo pomeriggio. Passeggiata defaticante nel suo bianco centro storico. Cena e pernottamento.

Dislivello: 450 m – Lunghezza: 55 km – Durata: 5:00 ore – Difficoltà:



5° GIORNO 06.09.2024

DA OTRANTO A LECCE

Dopo un'ultima visita all'incantevole città di Otranto, prezioso gioiello salentino, ripartiremo in sella alle nostre bici per l'ultima, e altrettanto emozionante, tratta del nostro tour. Seguendo la strada litoranea, attraverseremo alcuni dei luoghi più suggestivi ed emblematici di tutta la regione: i faraglioni di Sant'Andrea con il suo Arco degli Innamorati, Torre dell'Orso e le sue famose "Due Sorelle", fino alla Riserva Naturale "Le Cesine". Ci addentreremo infine verso l'interno, scoprendo l'incantevole borgo di Acaya fino a ritornare, carichi di emozioni e con gli occhi pieni di bellezza, nella nostra tappa finale. Cena in ristorante locale e pernottamento.

Dislivello: 100 m − Lunghezza: 55 km − Durata: 4:00 ore − Difficoltà: 🦭



6° GIORNO 07.09.2024

LECCE - FINE TOUR

Dopo la prima colazione, saluti e alla prossima cicloavventura!

BICI	Touring bike, MTB, gravel bike. Bici adatte a percorsi con fondi misti, terreno e asfalto. Su richiesta possibilità di noleggio bici (e-bike e muscolare)per tutta la durata del viaggio.
ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA obbligatori	Giacca a vento antipioggia, abbigliamento comodo e a strati, borraccia d'acqua (almeno 1 litro), luci da bici anteriori e posteriori, lucchetto antifurto, kit di riparazione con camera d'aria, pompetta e chiavi inglesi.
e consigliati	Caschetto bici. Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni da ciclismo con fondello. Maglie tecniche traspiranti. Scarpe comode per le visite ai monumenti e alle cittadine. Borsa bici laterale o da bikepacking. Borsa manubrio. Scaldacollo, guanti da bici. Sacchetti impermeabili.
	Per ulteriori informazioni sull'attrezzatura, contattare la guida disponibile per ogni chiarimento
BAGAGLI	Si raccomanda di contenere al massimo il bagaglio, utilizzando borse laterali da apporre al portapacchi o borsoni facilmente trasportabili. Evitare valige rigide e molto ingombranti.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione: €710,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 190,00

Sistemazione in singola: sempre su richiesta e a disponibilità limitata.

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel, in camere doppie con servizi privati; la prima colazione; una cena in ristorante; trasporto bagagli per i 4 giorni di pedalata; le tasse di soggiorno; assistenza di Guida Cicloturistica per tutta la durata del viaggio.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica; i trasporti per raggiungere Lecce; il noleggio bici (facoltativo); i pasti non espressamente inclusi e le bevande; le entrate ai musei, ai parchi, ai monumenti; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 20,00 obbligatorie, per persona. Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO₂ derivanti dalla partecipazione ai viaggi

NOTE: la quota è basata sulla sistemazione in doppia (sistemazione in camera singola su richiesta con supplemento).

Per coloro che viaggiando da soli, richiedono comunque la sistemazione con altro/a partecipante, sarà assegnata la camera doppia in condivisione. Qualora però, a ridosso della partenza, l'abbinamento non si fosse completato, si procederà all'assegnazione della camera singola con relativo supplemento.

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO, CONDIZIONI E GARANZIE PER ANNULLAMENTI. Facoltativa, non inclusa nella quota, ma è possibile stipularla con un costo del 5% del totale dell'importo assicurato. Richiedi comunque il preventivo effettivo. L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione del viaggio.

Richiedici l'opuscolo informativo completo

PER VIAGGIARE IN TRANQUILLITA'



Potrai partire tranquillo per le vacanze e dovrai pensare soltanto a rilassarti e divertirti, grazie alle nostre polizze Nobis Assistance.

POLIZZA "TOUR" MEDICO/BAGAGLIO N° 6001004547/F

Tutti i nostri viaggi includono la **polizza assicurativa Medico/Bagaglio** che garantisce assistenza medica durante il viaggio e copertura assicurativa in caso di ritardata consegna, danneggiamento o smarrimento del bagaglio.

Richiedi l'opuscolo informativo

POLIZZA ANNULLAMENTO "TRAVEL" N° 6003000688/W

Se desideri sentirti al sicuro contro eventuali imprevisti che potrebbero impedire la tua partenza, scegli la nostra **POLIZZA TRAVEL**, con un costo del 5% del totale assicurato. La polizza include anche la copertura in caso di positività al Covid-19

Richiedi l'opuscolo informativo

PER SAPERNE DI PIÙ

LA NOSTRA FILOSOFIA

Per rispetto verso la natura, la cultura degli abitanti locali e gli altri partecipanti, preghiamo di mantenere **i cellulari spenti durante il tour** o, in caso di necessità, con la suoneria disattivata o ridotta al minimo, allontanandosi per effettuare telefonate.

In onore allo spirito di gruppo, il ritmo di pedalata è dato dalle persone più "lente" e per questo il gruppo si fermerà sempre, quando necessario, per attendere eventuali "ritardatari"; ciò non esenta però i più "pigri" a fare del loro meglio per non distaccarsi troppo dal gruppo e rallentare eccessivamente le attività.

Per altre informazioni generali su come essere più sostenibili clicca QUI

CLIMA

Il clima del Salento è decisamente mediterraneo, con inverni miti ed estati calde. La piovosità è concentrata nel periodo autunnale e invernale, quando sono anche più frequenti le mareggiate e le burrasche.

Date le estati assolate, la forte concentrazione di luce e l'assenza di umidità permettono una vegetazione particolare; qui, la specie divenuta simbolo è l'ulivo, spesso secolare, diffuso su tutto il territorio salentino e da sempre coltivato per ottenere il pregiato olio extravergine d'oliva.

Da giugno a settembre, sono mesi vivamente consigliati per chi ama il mare, con sole assicurato e un incantevole panorama e con tante piccole "cale" che si alternano agli scogli.

WI-FI

Presente in tutte le strutture alberghiere, nelle aree comuni.

CUCINA

Terra di sapori eccezionali, capaci di far vibrare lo spirito, di incantare il palato e di deliziare l'animo, il Salento conquista tutti con i suoi piatti prelibati e genuini, alcuni tipici della tradizione contadina, altri legati a quella del mare e della pesca. In un luogo di mare come il Salento il pesce non può infatti che essere il re della tavola in tutte le stagioni. I prodotti e piatti tipici della dieta mediterranea vengono così impreziositi e rielaborati alla luce delle specificità territoriali. Per il pranzo e la cena c'è davvero l'imbarazzo della scelta! Piatti a base di carne, di verdure e legumi... melanzane, zucchine, peperoni, pomodori secchi, olive nere, ricci di mare, polpette fritte, orecchiette.. Il Paradiso del gusto in Salento è a completa disposizione!

Per la colazione irrinunciabile, il re del Salento: il Signor Pasticciotto! Nato nel 1745 da un esperimento di pasticceria, è un gioiellino di pasta frolla cotta al forno e riempito di gustosissima crema pasticceria. Oggi è prodotto anche nella variante del fruttone (ricoperto di cioccolato e ripieno di mandorle), in quella Obama (il pasticciotto al cacao) oppure ripieno al pistacchio o con la marmellata. Nel Salento anche la cultura del caffè è particolarmente diffusa: molto amato, soprattutto nel periodo estivo, è il caffè in ghiaccio, in cui spesso si aggiunge il latte di mandorla in alternativa allo zucchero.

PER SAPERNE DI PIÙ Guide:

Lecce e il Salento Lonely Planet

Turismo in Puglia

https://www.viaggiareinpuglia.it/

GLI ALIENI SONO FRA NOI: COMBATTIAMOLI INSIEME!





Four Seasons Natura e Cultura aderisce al progetto Life ASAP – Alien Species Awareness Program (programma di consapevolezza sulle specie aliene).

COSA SONO. Le *specie aliene* sono quelle specie trasportate dall'uomo in modo volontario o accidentale al di fuori della loro area d'origine. Tra gli animali, sicuramente la *zanzara tigre* è il caso più conosciuto di specie aliena invasiva.

Non tutte le specie aliene sono invasive, lo diventano solo quelle che nell'area di introduzione trovano le condizioni ottimali per riprodursi e diffondersi causando danni ecologici, economici e sanitari.

PERCHÈ COMBATTERLE. Le *specie aliene* invasive sono una delle principali cause di perdita di biodiversità e sono una minaccia per l'esistenza di moltissime specie autoctone oltre che per la salute umana. L'impatto sociale ed economico delle specie aliene invasive è stimato in oltre 12 miliardi di euro ogni anno nella sola Unione europea. Delle 12.000 specie aliene segnalate oggi in Europa, più di 3.000 sono presenti in Italia, di cui oltre il 15% sono invasive.

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA. I nostri comportamenti sono spesso determinanti e scatenanti il fenomeno, ad esempio quando piantiamo nei nostri giardini piante invasive, rilasciamo una tartarughina in uno stagno o, ancora, trasportiamo inavvertitamente semi o insetti nei nostri bagagli rientrando da un viaggio.

COSA POSSIAMO FARE A CASA.

- 1) Se non siamo in grado di mantenere in casa o in giardino i nostri animali alieni, non rilasciamoli né in un parco urbano né tantomeno in natura, piuttosto riportiamoli al negoziante o nelle apposite strutture pubbliche di accoglienza.
- 2) Non piantiamo mai specie aliene vegetali in natura (prati, boschi, stagni, dune, ecc.). Se proprio vogliamo delle piante ornamentali aliene nel nostro giardino facciamo sì che non esista il rischio che possano propagarsi e diffondersi.

COSA POSSIAMO FARE IN VIAGGIO. Facciamo attenzione a non acquistare o trasportare volontariamente o involontariamente specie aliene. Prima di tornare a casa, laviamo gli scarponi sotto acqua corrente per eliminare semi, spore o piccoli organismi. Nel dubbio, chiedi alla guida del tuo viaggio maggiori informazioni al riguardo.



VIAGGIA NATURALE



IL TURISMO SOSTENIBILE

COS'È IL TURISMO SOSTENIBILE?

Il principio fondamentale del turismo sostenibile è lo stesso del più generale sviluppo sostenibile: attingere a risorse del presente, come natura e città d'arte, con tutti i ragionevoli limiti che impone la preoccupazione per il futuro.

Il concetto di turismo sostenibile non aveva riconoscimento istituzionale fino al 1995, anno della prima Conferenza mondiale sul turismo sostenibile tenuta a Lanzarote, nelle isole Canarie, un convegno straordinario con più di seicento relatori provenienti da tutto il mondo.

Al termine della Conferenza, dopo lunghe e accese discussioni, fu redatta la Carta di Lanzarote, che adattava la strategia dello sviluppo sostenibile al mondo del turismo. Oggi considerata una pietra miliare nella storia del turismo sostenibile, individuava 14 punti e conteneva un Piano di Azione del Turismo sostenibile.

L'ECOTURISMO

La parola "ecoturismo" indica una forma di turismo basato sull'amore e il rispetto della natura. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.

Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori possono avere nelle zone visitate e quindi desideriamo preservarne i valori ambientali e sociali. Con l'ecoturismo è possibile sostenere la protezione di aree naturali anche attraverso la produzione di benefici economici per le comunità locali.

Questo è il vero spirito del viaggio. Potrete immergervi nella realtà locale senza alterarne gli equilibri, ma nello stesso tempo offrendo possibilità di guadagno e di lavoro, incrementerete la coscienza di conservazione degli aspetti naturali e culturali presso la gente del luogo.

Cosa si propone l'ecoturismo attraverso gli operatori e i viaggiatori?

- Proteggere l'ambiente naturale e il patrimonio culturale del luogo.
- Cooperare con le comunità locali assicurando dei benefici economici con la presenza dei viaggiatori.
- Rispettare la natura e le popolazioni dei luoghi visitati.
- Conservare flora, fauna e zone protette.
- Rispettare l'integrità delle culture locali e delle loro abitudini.
- Seguire le leggi e le regole dei paesi visitati combattendo e scoraggiando l'abusivismo e le forme illegali di turismo (prostituzione e sfruttamento dei minori, acquisto di materiale esotico, etc.).
- Dare sempre informazione, anche agli altri turisti, sull'ecoturismo e i suoi principi.

A volte contrattare per qualche dollaro un souvenir può togliere a chi lo vende il minimo di sussistenza, mentre per noi è solo un gioco. Questo è un piccolo esempio per capire che anche un solo gesto può lasciare una traccia profonda sul nostro percorso.





L'IMPEGNO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA PER LA SOSTENIBILITÀ

Dal 1993 in Italia promuoviamo la cultura del turismo green e consapevole. Da oltre 25 anni impegnati nella diffusione del viaggio autentico guidati dalla passione per la natura, da vivere insieme e in sicurezza.

I nostri viaggi sono da sempre gestiti in modo responsabile e sostenibile

- Abbiamo sempre creduto in quattro semplici principi guida:
 - » che le comunità locali debbano beneficiare della nostra visita
 - » che ogni destinazione è prima di tutto la casa di qualcun altro
 - » che dovremmo lasciare i posti come vorremmo trovarli
 - » che viaggiare debba arricchire emotivamente e culturalmente
- Compensiamo la CO₂ prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care

^^^



Tutti i nostri viaggi sono a "zero CO₂"

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO₂ emesso dai trasporti dei nostri viaggi!

Four Seasons Natura e Cultura utilizza una parte delle quote di partecipazione per compensare l'impatto sul clima causato dal viaggio dei propri partecipanti, tramite il finanziamento di iniziative di abbattimento delle emissioni di CO₂.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contributi in tecnologie di energia sostenibili che non sono efficaci solo contro il cambio del clima ma possono portare anche estesi benefici alle comunità di tutto il mondo.

Calcola e compensa autonomamente emissioni provenienti dal volo aereo, dai viaggi in macchina e dall'uso di energia in genere durante il viaggio.

Per saperne di più sui progetti, visita www.climatecare.org o contatta Four Seasons Natura e Cultura.



- Siamo soci e partner di WWF Travel ed abbiamo adottato i principi della Carta di Qualità WWF
- Siamo soci di AITR, l'Associazione Italiana Turismo Responsabile, e ne applichiamo e diffondiamo i criteri ai nostri partecipanti durante i viaggi: www.aitr.org
- Siamo membri attivi della rete internazionale ECOLNET, European Ecotourism Network, e ne adottiamo i principi di standardizzazione e controllo: www.ecotourism-network.eu
- Prepariamo tutti i nostri viaggi seguendo le linee guida delle carte di qualità degli organismi a cui aderiamo e ne applichiamo il più possibile i principi fondanti e inoltre:
 - » includiamo sempre un'esperienza educativa e di interpretazione;
 - » prevediamo un comportamento responsabile da parte dei partecipanti;
 - » organizziamo i viaggi in modo artigianale su piccola scala e per piccoli gruppi;

» usiamo il più possibile strutture ricettive e servizi gestiti da locali e non appartenenti a catene o network internazionali.



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA ADERISCE A:





AIAV, Associazione Italiana Agenti di Viaggio, aderendo al Codice di Autoregolamentazione delle Imprese Turistiche



