

LA ROTTA DEI DUE MARI

DALL'ADRIATICO ALLO IONIO



18-26 SETTEMBRE 2026

136 KM DA POLIGNANO A MARE A TARANTO



WWW.GRUPPOGEB.COM





INFORMAZIONI GENERALI



Partenza:

Treno San Piero-Faenza- Bari (vagone letto da 4 persone) - Venerdì' 18 /9/26 Partenza ore 20,17 - cambio a Faenza alle 21,58 arrivo ore 7,00 a Bari - Trasferimento a Polignano a mare con treno

Ritorno:

Treno: Taranto -San Piero (vagone letto da 4 persone) -Sabato 26/9/26 - Partenza ore 20, 17 Arrivo a San Piero 7,27. Sono previsti cambi. Gli **ORARI** a/r sono indicativi, al momento della prenotazione verrà fatta la scelta migliore per il gruppo.



Cosa mettere nello zaino e in valigia

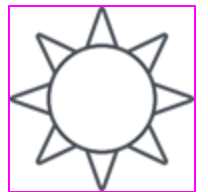
Bastoncini telescopici, coltellino, abbigliamento tecnico adatto alla stagione estiva come pantaloni maglie e calzini in materiale traspirante, pile leggero tecnico, scarpe da trekking, cappello e occhiali per il sole, sandali da trekking, protezione solare, borraccia, giacca antivento, giacca per la pioggia, copri zaino, il necessario per il soggiorno e per la toilette, medicine personali, abiti, etc.

NELLO ZAINO SI POSSONO METTERE I BASTONCINI, COLTELLINI O CREME SOLARI

In questo trekking c'è la possibilità di trasportare un bagaglio all'alloggio successivo.

Si raccomanda di avvisare in privato gli organizzatori se avete problemi di allergie o se assumete medicinali salvavita.

PARTICOLARITA' E NOTE DEL CAMMINO



1. Per la migliore riuscita del nostro cammino e' fondamentale partire con la conoscenza delle difficoltà tecniche delle tappe, e' importante sapere che il cammino e' di 136 km, caratterizzata da una prevalenza di strade rurali, sterrate e tratturi, con una percentuale di asfalto relativamente bassa rispetto ai cammini più trafficati. Il percorso si snoda tra uliveti e falesie, privilegiando strade secondarie a basso traffico. Visto il periodo potrebbe essere caldo. LA SCELTA DELL'ALLOGGIO puo' essere b&b, hotel, ostello.
2. Sara' cura del Presidente o del Socio Accompagnatore valutare la migliore situazione di opportunità e sicurezza e quindi proporre al gruppo le modifiche da apportare, tutto per la migliore riuscita dell'esperienza.
E' fondamentale per raggiungere l'obiettivo comune, dimostrare la massima apertura e disponibilità alla vita di gruppo, affrontando i problemi sempre in maniera costruttiva e risolvere insieme eventuali contrattempi se si dovessero presentare
3. In caso di recesso il socio perde l'intera quota del treno/aereo e dei trasferimenti, per la quota degli alloggi rimborso avverrà in base agli accordi presi o a discrezione delle strutture.
4. La quota di partecipazione verra' comunicata con piu' precisione se il trekking avra' luogo.
Indicativamente il costo di 7 pernottamenti con colazione e cena si aggira sui 500/600€, mentre treno trasferimenti e trasporto bagagli per le tappe potrebbe indicativamente aggirarsi intorno ai 250,00 /350,00 €





LA ROTTA DEI DUE MARI

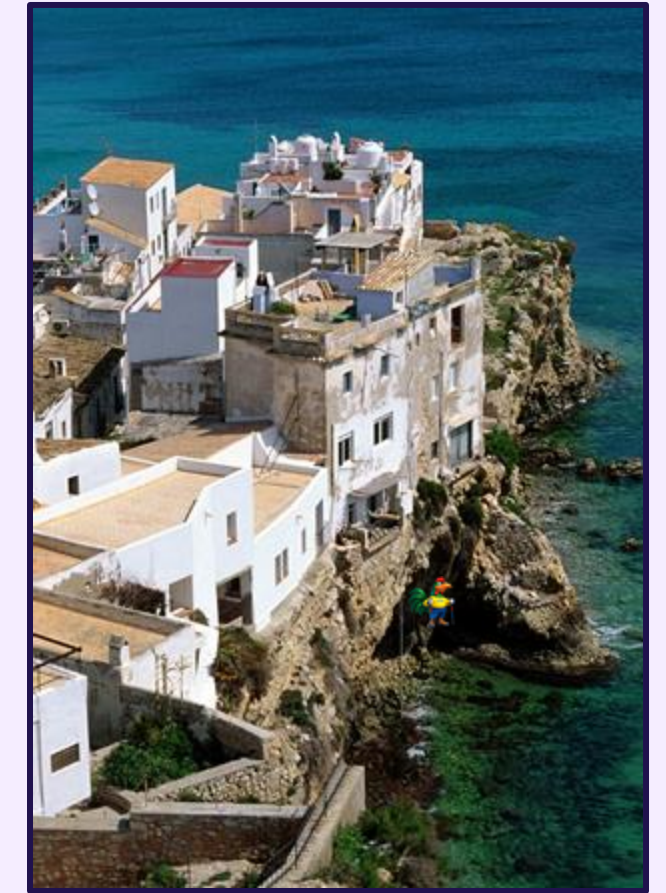


Sabato 19/9/26 - POLIGNANO A MARE

Bianca e arroccata su una falesia, a picco su un'insenatura da sogno: Polignano a Mare è uno dei borghi pugliesi più belli affacciati sull'Adriatico e regala emozioni da ogni punto di vista.

Si accede nel Borgo passando attraverso il cinquecentesco Arco Marchesale o Porta Grande, che un tempo era l'unico ingresso alla città fortificata sovrastato dai pittoreschi resti della chiesetta del 400 di San Giuseppe. Oltrepassato l'arco, trovate la chiesa Matrice, dedicata alla Madonna dell'Assunta. Nel dedalo di viuzze lastricate di pietra consigliamo di attraversare quello che era il ghetto ebraico, lungo via Giudea, dove si affacciano la Chiesa del Purgatorio e quella di Santo Stefano. Nei locali dell'ex mattatoio, si trova invece il Museo Pino Pascali, l'unico museo stabile d'arte contemporanea in Puglia. Numerose sono le botteghe di artigianato e se avete appetito le gelaterie e le pasticcerie tipiche e i ristoranti romantici affacciati sul mare sapranno soddisfare il vostro palato.

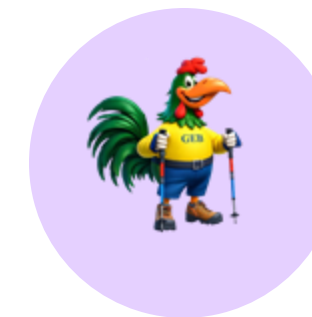
Lasciandosi alle spalle il centro, è il momento di spingersi 200 metri più in là per vivere il sogno pugliese ammirando le Grotte di Polignano. Obbligatorio noleggiare un'imbarcazione per ammirare il muro frastagliato di falesie visibili solo dal mare, la scogliera intorno a Polignano nasconde una serie di grotte marine tutte da scoprire, in cui il mare gioca con la luce del sole producendo scenografici fenomeni di rifrazione. Dal ponte Borbonico di Lama Monachile si apre davanti a noi uno splendido punto panoramico soprattutto al tramonto. Possiamo fare il Bagno o prendere il sole a Cala Porto: la spiaggia più famosa di Polignano e forse di tutta la Puglia. Nella Passeggiata lungomare possiamo vedere la statua di Domenico Modugno, sicuramente il cittadino più famoso di Polignano.



ALLOGGIO POLIGNANO



DESCRIZIONE DELLE TAPPE



Tappa 1: dom 20/09/26
POLIGNANO A MARE -CASTELLANA GROTTA
20.00 Km 5.30h dislivello +315 - 35 -

Il cuore della terra degli ulivi secolari e del mare azzurro custodisce un tesoro, lo spettacolo incantato delle Grotte di Castellana. La cittadina prende il nome di “Castellana Grotte” dal 1950 in omaggio al meraviglioso mondo sotterraneo scoperto nel 1938 dal Prof. Franco Anelli. Il paese è incluso nel percorso “Viedulivi” che copre tutto il territorio della Murgia dei Trulli e delle Grotte attraverso un itinerario ambientale, enogastronomico e turistico nato per la difesa e la valorizzazione dell’olio extravergine d’oliva e degli ulivi dai tronchi nodosi che da secoli testimoniano le fatiche del popolo contadino che dell’olio faceva una ragione d’esistenza. Ma Castellana non è solo Grotte. La città offre al visitatore, oltre alle fantasmagorie del suo mondo segreto, anche un’interessante patrimonio artistico e monumentale.

Alloggio:

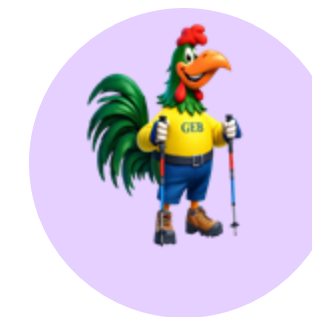
Tappa 2: lun 21/9/26
CASTELLANA GROTTA - ALBEROBELLO
18,55 KM - 4,5h dislivello +220 -100

Città famosa nel mondo per i suoi trulli, se ne contano più di mille, disseminati fra le stradine dei rioni Monti e Aia Piccola tanto che il centro storico è stato inserito dall’UNESCO nella lista del patrimonio dell’Umanità. L’abitato prende il nome da “Silvia Arboris Belli” perchè all’origine era immerso in boschi di querce. Rimarrete incantati dal piccolo borgo e gli amanti della fotografia avranno mille spunti per il proprio album dei ricordi. Lasciatevi perdere tra le sue stradine ed approfittate della notte per godere di un’atmosfera magica. Unica precauzione: la magia di Alberobello crea dipendenza!

Alloggio:



DESCRIZIONE DELLE TAPPE



Tappa 3: mar 22/09/26
ALBEROBELLO - LOCOROTONDO
20,00 KM - 5,30 h dislivello +140 - 150

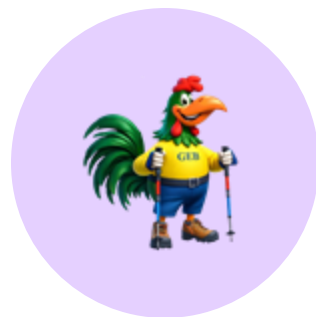
Il paese campeggia sul cucuzzolo che domina la Valle d'Itria. Il caratteristico borgo antico si sviluppa circolarmente, e da qui il suo particolare nome. E' caratterizzato da tante viuzze circondate da schiere di basse case imbiancate a calce. Una chicca di Locorotondo, e lo vedrete camminando tra le sue vozze, sono gli innumerevoli e coloratissimi vasi di fiori che sembrano sporgersi dai balconi e dalle balaustre. Altra nota caratteristica di questo paese sono le così dette cummèrse, ossia i tetti molto spioventi caratteristici delle case di Locorotondo e fatti con una pietra autoctona. Nel suo incantevole centro storico è possibile visitare la Chiesa Madre di San Giorgio Martire e la più antica Chiesa della Madonna della Greca. Non lasciatevi sfuggire un aperitivo sul "Lungomare" dove potrete godere di una magnifica vista sulla Valle d'Itria e della brezza marina che accompagna le sere d'estate animate dal LOCUS FESTIVAL.

Alloggio:

Tappa 4: mer 23/09/26
LOCOROTONDO - MARTINAFRANCA
16,23 KM - 4,30 h dislivello +170 - 140

Situata sull'altopiano della Murgia meridionale la città fu fondata nel X secolo, quando alcuni cittadini sfuggiti alla devastazione saracena di Taranto costruirono un villaggio sul Monte S. Martino. Martina Franca conserva una bellezza senza tempo, messa in mostra soprattutto dai suoi illustri edifici in stile barocco che ne costituiscono la punta di diamante. Il simbolo monumentale è la sua bellissima Basilica di San Martino. Il centro storico riserva molte altre meraviglie opera dell'estro umano, oltre alle tante chiese degne di nota, questa città offre alla vista anche molti edifici civici protagonisti della storia del posto. La vita notturna è caratterizzata da locali di ogni tipo e per ogni genere di serata, bello perdersi nelle sue intricate stradine lastricate e gustare in ogni angolo un'infinità di note, di profumi, di luci che vi lascerà innamorati di questa splendida cittadina.

Alloggio:



DESCRIZIONE DELLE TAPPE



Tappa 5: gio 24/9/26
MARTINAFRANCA - CRISPIANO
km 29,05 h 7,30 dislivello +200 - 390

Ad appena 15 km da Taranto in linea d'aria, Crispiano è conosciuto per essere il territorio de "Le cento masserie" ed il paese conserva ancora intatta la sua natura semplice e profondamente legata alla terra.

Il territorio di Crispiano è stato abitato fin dalla preistoria, come testimoniano numerosi reperti di epoca greca, tra cui un interessantissimo "corredo tombale" del IV secolo che costituisce uno dei pezzi più importanti dei famosi "Ori di Taranto". Il piccolo centro sorge sulle due sponde del Vallone Lizzitello dove si possono ammirare le Grotte Vallone, un tempo rifugio dei monaci basiliani". Nel dicembre 2015 la Comunità Europea ha assegnato al territorio de "Le Cento Masserie" di Crispiano , il prestigioso ed importante riconoscimento di Destinazione Europea di Eccellenza per il turismo e la gastronomia locale.

Alloggio:

Tappa 6 ven 25/09/26
CRISPIANO TARANTO A
22,00 KM. - 6/ORE - Asfalto/Sterrato



Alloggio:



GIORNATA A TARANTO E RITORNO



SABATO 26 9/26
TARANTO

Taranto è una meta imperdibile da visitare durante un viaggio in Puglia, spesso soprannominata la *Città dei due mari*, per la sua particolarissima posizione geografica a cavallo tra il Mar Grande e il Mar Piccolo. Tuttavia, Taranto è anche conosciuta come la *Città spartana*, in riferimento alle sue origini antiche: **fu infatti l'unica colonia spartana costruita al di fuori dei confini greci**, cosa che la rende a tutti gli effetti un luogo unico nel suo genere. Nel cuore del centro storico di Taranto, **la Cattedrale o Duomo di San Cataldo è la più antica cattedrale della Puglia**. Anche chiamato *Castel Sant'Angelo*, il **Castello aragonese** di Taranto svetta nell'angolo estremo dell'isola del centro storico. **Si tratta di una fortezza a pianta rettangolare**, costruita ai tempi del dominio bizantino (quindi nel 900 d.C. circa) nel tentativo di difendersi dagli attacchi di veneziani e siracusani. Oltre al castello aragonese, un altro grande **simbolo della città di Taranto è il Ponte Girevole**, che avrete sicuramente già visto in numerose fotografie.

Il Ponte Girevole (per la verità, il nome completo sarebbe *Ponte di San Francesco di Paola*) **funge da collegamento tra il borgo antico e quello nuovo** dal 1887, anno della sua inaugurazione. Lungo quasi 90 metri, questo ponte era in origine basato su un meccanismo di leve e perni che permettevano alle due braccia di muoversi in maniera indipendente l'una dall'altra. Oggi, la struttura è stata modificata e resa più moderna, ed è gestita da un funzionamento di tipo elettrico. Per arrivare al borgo antico, è necessario attraversare questo ponte, anche percorribile a piedi.

Faremo una visita guidata della città nella mattinata di sabato.

SABATO 26/9/26 ore 20.17
RIENTRO IN TRENO