

MURGE E SALENTO



E



Federazione Italiana
Amici della Bicicletta



25 agosto - 1 settembre 2013
Km 450

Domenica 25 agosto

5.45 partenza in pullman da Cuneo
9.00 partenza in aereo da Caselle 10.30 arrivo a Bari
trasferimento in pullman* a Castel del Monte - visita - ristoro e
trasferimento in pullman* all'hotel nel centro di Bari
Pomeriggio e sera: visita di Bari
* percorsi di circa un'ora

Lunedì 26 agosto

Bari - Polignano a Mare - Castellana - Alberobello **km 66**

Martedì 27 agosto

Alberobello - Locorotondo - Cisternino -
Ceglie Messapica - Manduria (San Pietro in Bevagna) **km 83**

Mercoledì 28 agosto

Manduria (S.P.B.) - Porto Cesàreo -
Gallipoli (Marina di Mancaversa) **Km 70**

Giovedì 29 agosto

Gallipoli (M.M.) - Leuca - Santa Cesarea Terme **Km 73 / 79**

Venerdì 30 agosto

Santa Cesarea - Otranto - Lecce **km 61**

Sabato 31 agosto

Lecce - Brindisi - Ostuni **km 91**

Domenica 1 settembre

8.00 partenza per in pullman per l'aeroporto di Bari
11.15 partenza in aereo da Bari 12.50 arrivo a Torino
13.30 partenza in pullman da Torino 15.30 arrivo a Cuneo

Il percorso in bici attraversa le province della PUGLIA di
Bari - Taranto - Lecce - Brindisi



MURGE E SALENTO

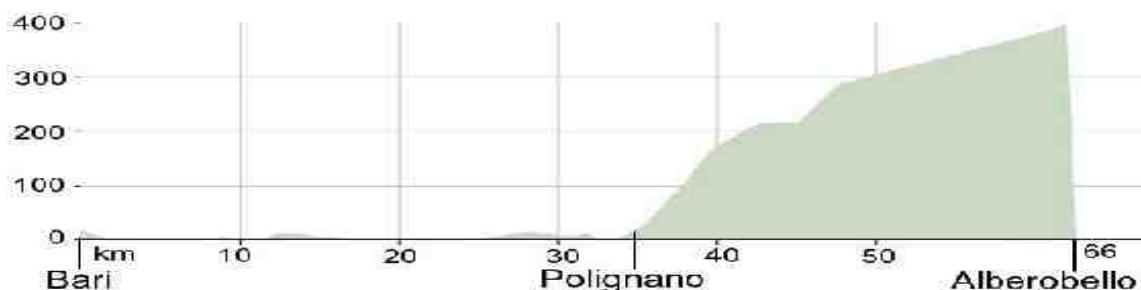
1[^] tappa - lunedì 26 agosto 2013

BARI - ALBEROBELLO (km 66)

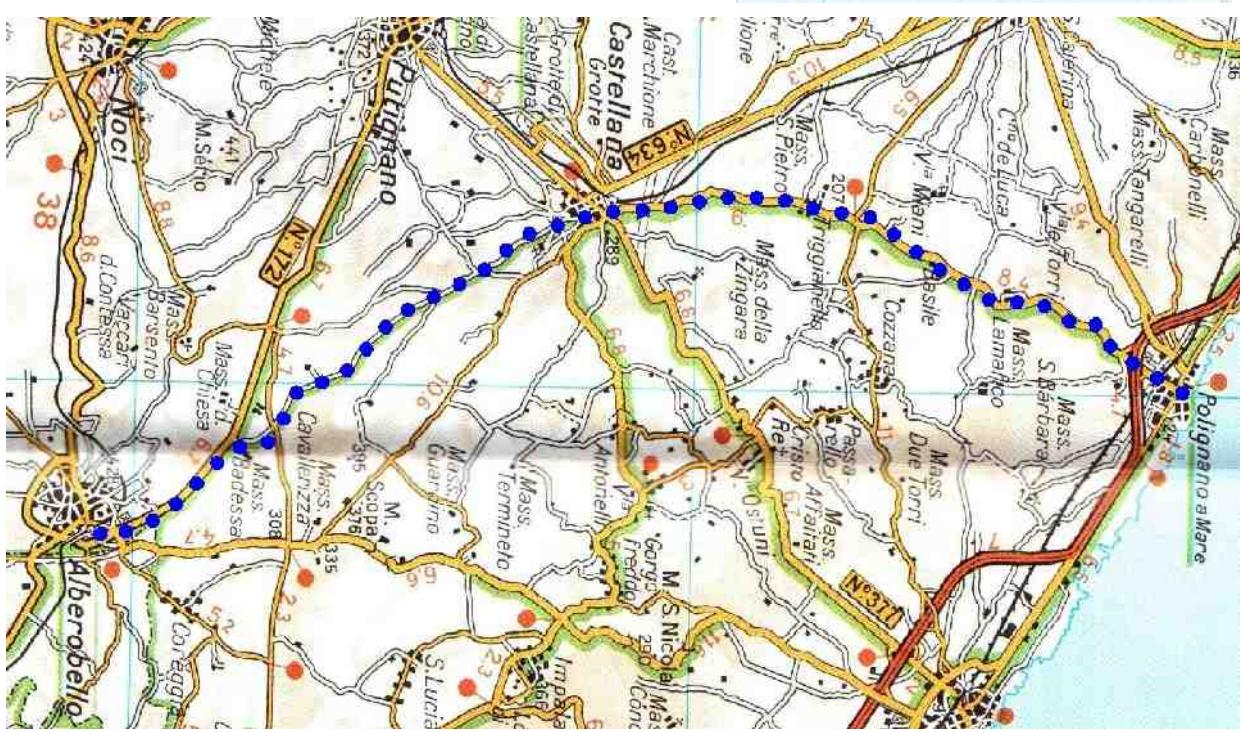
Lasciata la base di partenza a Bari (Hotel Victor - Via Domenico Nicolai 71 – tel. 080 5216600) si segue il lungomare e si continua pedalando lungo la costa adriatica fino a raggiungere Polignano a Mare. Dopo una sosta nel borgo, posto in suggestiva posizione, o sulle sue belle spiagge, si prosegue verso l'interno salendo di 400 metri fino ad Alberobello. La pendenza media della salita è del 2.5%; qualche breve rampa più impegnativa si incontra nella prima parte, fino a Castellana.

Hotel Cuor Di Puglia - Via M. Viterbo 3 – Alberobello (con piscina) – tel. 080 4325595

ITINERARIO: Bari – strada del lungomare - S. Giorgio – Torre a Mare – strada complanare - Mola di Bari – pista ciclabile - Cozze – strada complanare - S. Vito – Polignano a Mare – strada provinciale 120 - Triggianello – Castellana Grotte – si esce seguendo via Poerio e la strada vicinale Spirito Santo fino all'incrocio con la strada statale 172 dei Trulli – Alberobello



Dislivello totale: salita + 530 discesa – 150 quota massima m. 400





MURGE E SALENTO

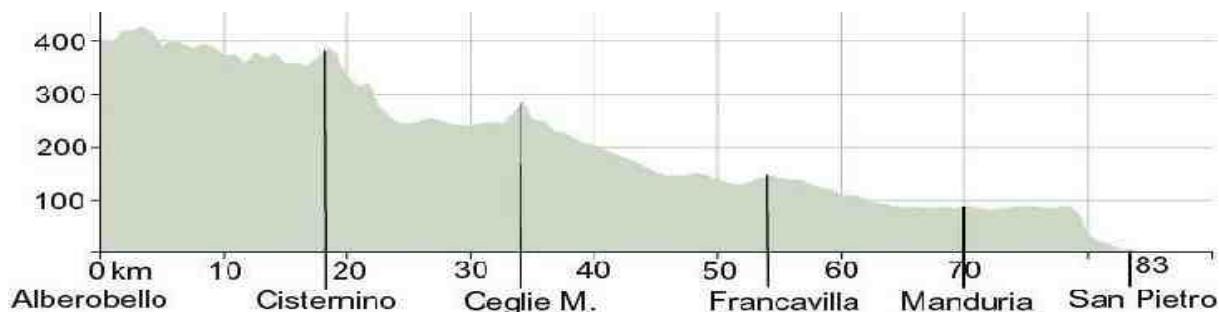
2[^] tappa - martedì 27 agosto 2013

ALBEROBELLO - MANDURIA (San Pietro in Bevagna) (km 83)

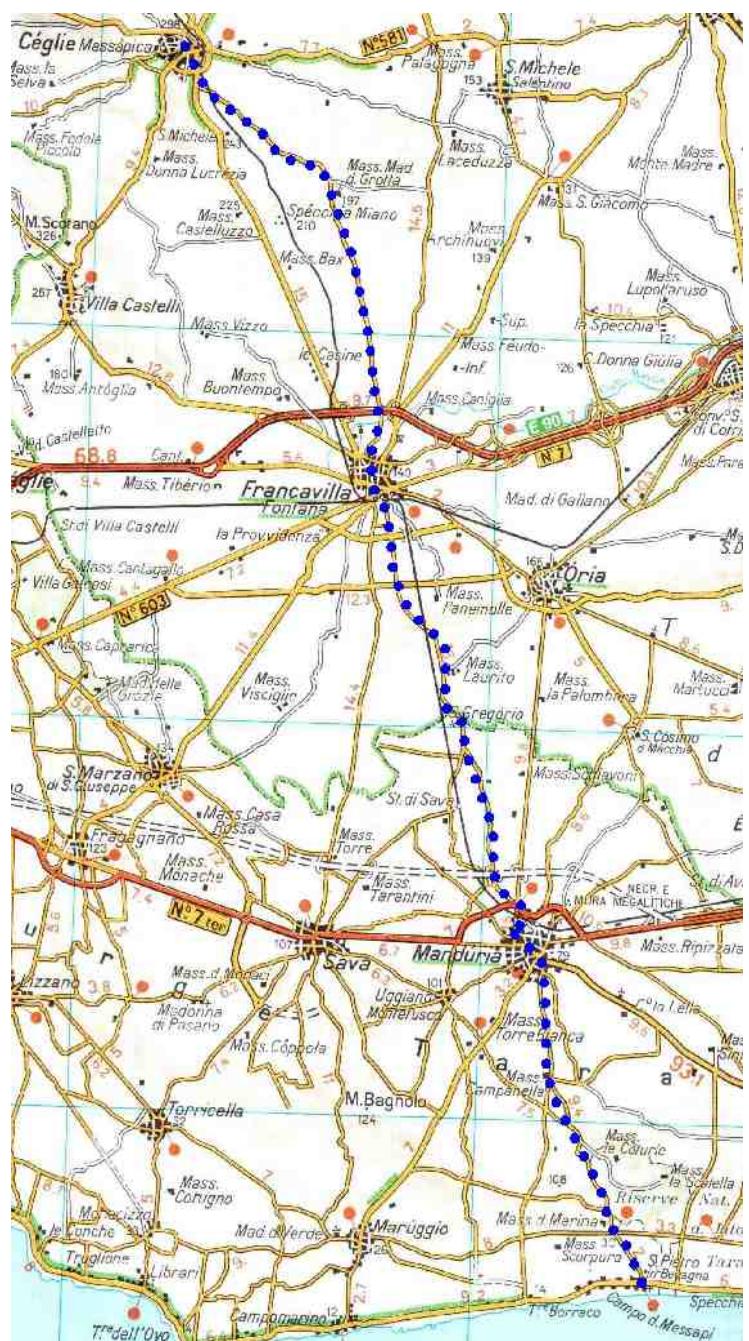
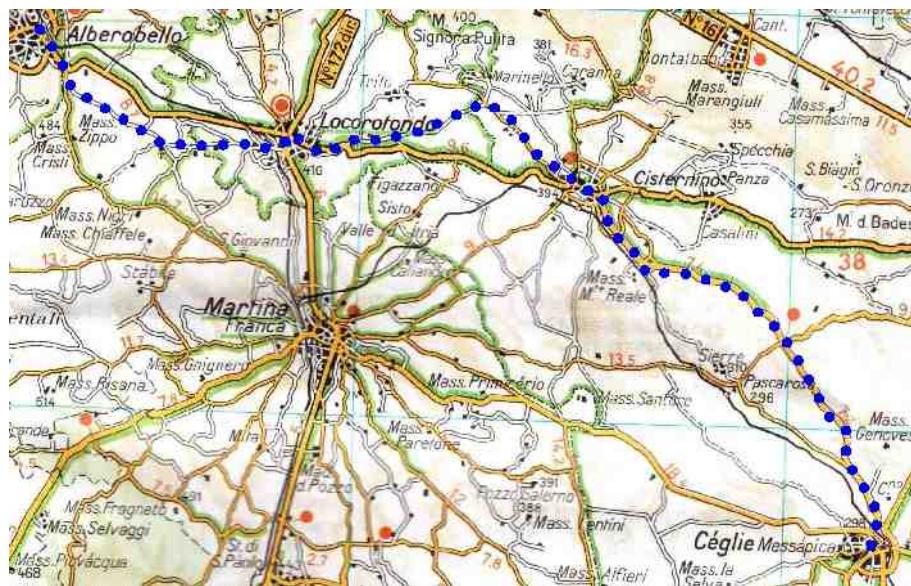
E' una tappa che conduce dall'altopiano delle Murge alla costa ionica attraverso lievi ondulazioni del territorio, pedalando in un suggestivo paesaggio di trulli, vigneti ed uliveti. Numerosi sono i centri di interesse che meritano una sosta. A poca distanza da Alberobello ci sono Locorotondo e Cisternino, inseriti nel club dei 100 borghi più belli d'Italia. Anche i centri storici di Ceglie, Francavilla e Manduria meriterebbero una breve sosta, prima di arrivare alla costa ionica e rinfrescarsi con un tuffo in mare.

Hotel Dei Bizantini - Campo Dei Messapi - Via Borraco, 224 - Loc. San Pietro in Bevagna (sul mare) – tel. 099 9729823

ITINERARIO: Alberobello – si evita la statale 172 scegliendo una strada poco più a sud - Locorotondo – si evita la statale scegliendo la strada di Contrada Montetessa fino all'incrocio con la provinciale 8 - Cisternino – strada provinciale 16 - Ceglie Messapica – all'uscita da Ceglie si lascia la strada provinciale 26 scegliendo un percorso sulla sinistra – Masseria Madonna della Grotta - Francavilla Fontana – strada provinciale 54 e 96 - Manduria – strada provinciale 137 - San Pietro in Bevagna



Dislivello totale: salita + 250 discesa - 650 quota massima m. 425





MURGE E SALENTO

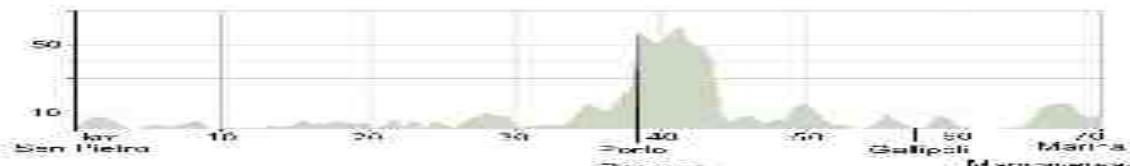
3[^] tappa - mercoledì 28 agosto 2013

MANDURIA - GALLIPOLI (km 70)

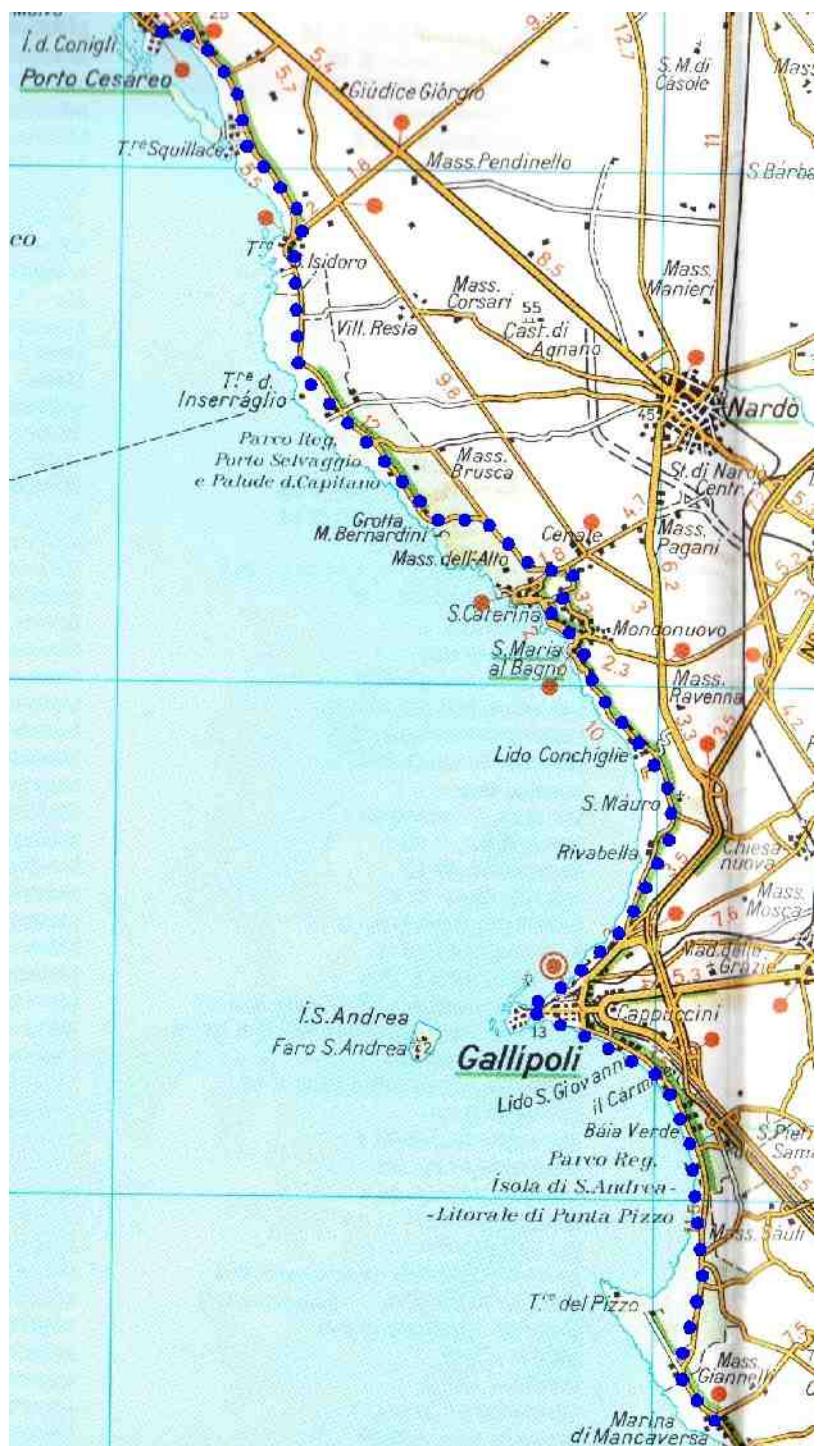
La tappa si sviluppa interamente lungo la strada costiera ionica e si possono ammirare i paesaggi e le belle spiagge, meritevoli di una sosta prima di arrivare a Gallipoli. Si percorrono a piedi le stradine del suggestivo centro storico e si riparte nel tardo pomeriggio per arrivare all'hotel situato pochi chilometri più a sud.

Albergo Europa - Via Otranto, 2/4 - Marina di Mancaversa (vicino al mare) – tel. 0833 589061

ITINERARIO: San Pietro – Torre Lapillo – Porto Cesareo – S. Isidoro – Santa Caterina (si passa all'interno, strada più percorribile e panoramica) – Santa Maria al Bagno – Lido Conchiglie – Rivabella – Gallipoli – Marina di Mancaversa



Dislivello totale: salita + 190 discesa – 180 quota massima m. 60





Federazione
Italiana
Amici della
FIAB
Bicicletta

MURGE E SALENTO

4[^] tappa - giovedì 29 agosto 2013

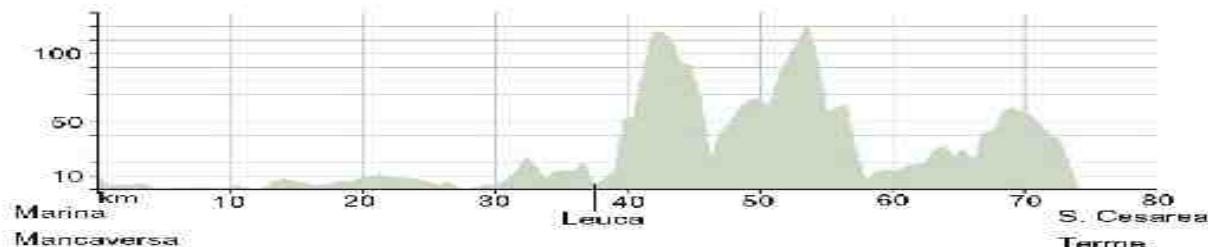
GALLIPOLI - S. CESAREA TERME (km 73 / 79)

Ancora una tappa che si sviluppa lungo la strada costiera, dapprima sul versante ionico, fino ad arrivare a toccare il punto più a sud della penisola salentina, e poi sulla costa adriatica. All'altezza di Torre San Giovanni si può scegliere tra proseguire sulla costiera, che in questo tratto risulta meno interessante dal punto di vista panoramico, oppure rientrare per un tratto verso l'interno. In questo modo si può apprezzare un paesaggio diverso, quello degli uliveti che ricoprono gran parte della punta della penisola salentina. La deviazione comporta un allungamento del percorso di 6 km e un dislivello di circa 100 metri. Si ritorna più avanti sulla strada costiera, per l'ultimo tratto sullo Ionio prima di arrivare a Leuca.

La seconda parte della tappa, sul versante adriatico, presenta un tracciato piuttosto nervoso. Per due volte dopo Leuca si raggiungono i 125 metri di quota per ritornare poi al livello del mare. I numerosi saliscendi, anche se brevi come lunghezza e come dislivello, fanno sì che al termine della tappa si sono accumulati circa 400 metri di dislivello. Un itinerario alternativo per evitare il traffico automobilistico è possibile rientrando all'interno (verso Gagliano – Tiggiano – Tricase – Andrano – Diso – Santa Cesarea Terme), ma rinunciando in questo modo alla parte della tappa forse più suggestiva dal punto di vista panoramico.

Hotel Le Macine - Via Fontanelle, 37 - Santa Cesarea Terme (vicino al mare e con piscina) – tel. 0836 949941

ITINERARIO: Gallipoli – si segue la strada costiera verso Marina di Mancaversa – Posto Racale – Capilungo – Posto Rosso – Torre San Giovanni – Torre Mozza - Marini – Torre Pali – Marina di Pescoluse – Torre Vado – San Gregorio – Marina di Felloniche – Santa Maria di Leuca – Marina di Novaglie – Marina Serra – Marina Porto – Tricase Porto – Marina di Andrano – Marina di Marittima – Castro Marina – Santa Cesarea Terme



Dislivello totale: salita + 390 discesa – 370 quota massima m. 121





MURGE E SALENTO

5[^] tappa - venerdì 30 agosto 2013

S. CESAREA TERME - LECCE (km 61)

Si riprende il percorso lungo la costiera adriatica raggiungendo il Capo d'Otranto (punto più a est della penisola italiana). In questo tratto il percorso è ancora caratterizzato da saliscendi di modesta entità. Ci si ferma a Otranto visitando il centro storico, anch'esso inserito nel club dei 100 borghi più belli d'Italia. Dopo aver pedalato lungo la strada posta tra i due laghi Alimini, si svolta decisamente verso l'interno puntando verso Lecce per dedicare il pomeriggio alla visita della città.

Istituto Antonacci Rooms - Via De Summa 1 – Lecce – tel. 0832 288530

ITINERARIO: Santa Cesarea – si segue la strada costiera verso Porto Badisco – Capo d'Otranto (Punta Palascia) – Otranto – si segue per un tratto la strada rettilinea verso Martano, ma dopo circa 1 km si svolta a destra, sulla strada dei Laghi Alimini – si prosegue verso l'interno in direzione Borgagne – Melendugno – Vernole – Strudà – Lecce



Dislivello totale: salita + 320 discesa – 290 quota massima m. 102





MURGE E SALENTO

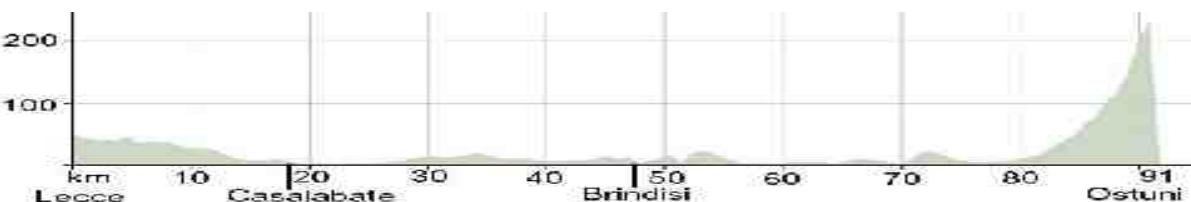
6[^] tappa - sabato 31 agosto 2013

LECCE - OSTUNI (km 91)

Da Lecce si raggiunge Surbo e si prosegue in direzione nord-est. Dopo una sosta all'abbazia di S. Maria di Cerrate si raggiunge la costa, che risulta in questo tratto meno ricca di scorci suggestivi rispetto alle precedenti tappe nella penisola salentina. Conviene puntare decisamente verso Brindisi, attraversare la città seguendo il lungomare e, dopo una eventuale visita a Santa Maria del Casale, raggiungere nuovamente la costa e sostare per un ultimo tuffo in mare. Pochi chilometri separano ormai dalla cittadina di Ostuni, posta in suggestiva posizione panoramica e meta finale del tour. Negli ultimi 7 km si affronta una salita con pendenza media del 3% e qualche tratto più impegnativo nel finale.

Hotel Incanto - via dei colli – Ostuni (con piscina) – tel. 0831 301781

ITINERARIO: Lecce – Surbo – strada provinciale 236 - S. Maria di Cerrate – Casalabate – si segue la strada costiera che passa alle spalle di Lendinuso e di Torre San Gennaro – si prosegue fino all'incrocio con la strada provinciale 87 che si segue sulla destra in direzione Torre Mattarelle – Masseria Villanova – Masseria S. Lucia – Brindisi – attraversata la città si ritorna sulla costa prima di Torre Testa (per gli appassionati di arte è possibile effettuare una deviazione, uscendo dalla città, fino alla chiesa di Santa Maria del Casale) – si segue la complanare alla Brindisi-Bari attraversando la riserva di Torre Guaceto – all'altezza di Torre Pozzella si svolta a sinistra verso Ostuni



Dislivello totale: salita + 360 discesa - 210 quota massima m. 234

