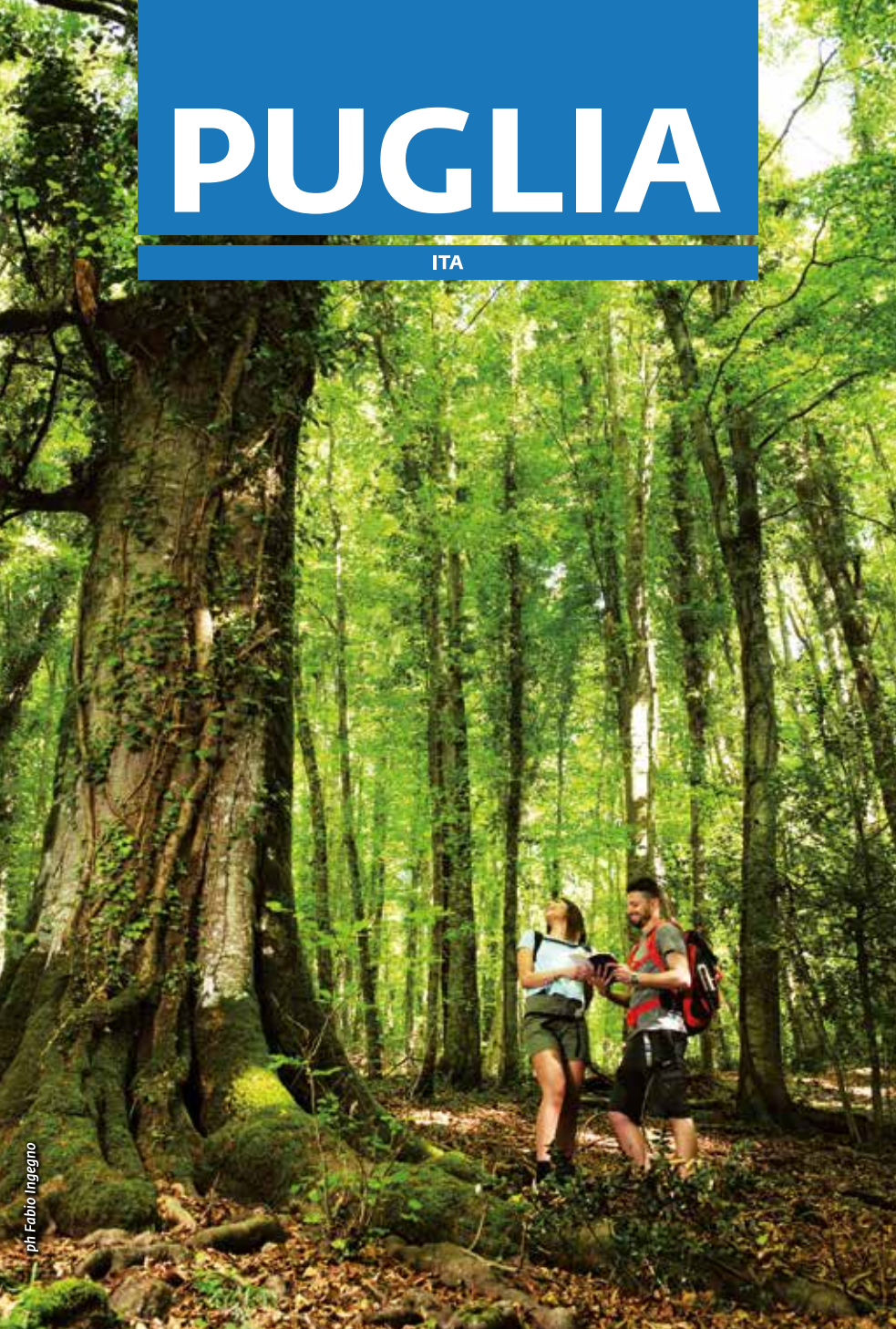


# PUGLIA

ITA



ph: Fabio Ingegno

CAMMINI

# PUGLIA

## I cammini

Terra di transito per antichissima vocazione e tradizione, punto di incontro tra Oriente e Occidente, la Puglia ha visto nel corso della sua storia plurimillenaria il passaggio di innumerevoli viaggiatori, commercianti e pellegrini, che furono portatori di lingue, culture e storie diverse, la cui sintesi caleidoscopica oggi rappresenta il fattore identitario caratterizzante della nostra regione.

Storia, cultura, spiritualità e natura costituiscono l'essenza dei Cammini di Puglia. Il viaggiatore, a piedi, ma anche in bicicletta o a cavallo, potrà ripercorrere, lungo la Via Francigena nel Sud, le orme degli antichi pellegrini diretti a Gerusalemme e addentrarsi nel profondo delle tradizioni di questa terra lungo il Cammino Materano. Percorrendo strade di campagna e antichi tratturi, attraversando borghi e città d'arte, costeggiando il mare che guarda a Oriente, attraverso i colori del paesaggio e il racconto delle architetture, a passo lento, il viaggiatore potrà scoprire il senso più autentico di questa terra. Una terra inaspettata che, passo dopo passo, si svela e si racconta in tutta la sua bellezza.



# LA VIA FRANCIGENA

La via Francigena è un Itinerario Culturale riconosciuto dal Consiglio d'Europa che, nella sua ultima propaggine meridionale, parte da Roma e giunge a Santa Maria di Leuca, la *Finibus Terrae* italiana. Il cammino, percorso dai pellegrini di tutta Europa nel corso del Medioevo per raggiungere i porti d'imbarco per la Terra Santa, ripercorre alcune vie storiche di età romana e si snoda per più di 900 km attraversando Lazio, Molise, Campania, Basilicata e Puglia. Una straordinaria varietà di paesaggi e un vastissimo patrimonio culturale accompagnano il viaggiatore nel suo cammino.

In Puglia il percorso è stato ricostruito grazie all'ausilio di alcuni *itineraria* storici (il termine in latino poteva indicare un percorso, ideato da un viaggiatore per raggiungere un luogo più o meno lontano, realizzato unendo diversi tratti di più *viae*) tra cui si annoverano l'*Itinerarium Burdigalense* del 333. d.C., quelli di Nikulas Munkathvera del 1151-1154, di Filippo Augusto di Francia del 1191, dell'Anonimo inglese del 1344-1345, di Mariano di Nanni da Siena del 1431, di Anselmo e infine di Giovanni Adorno del 1470-1471.

Attualmente il Cammino nella nostra regione entra a Celle SanVito/Faeto e raggiunge Troia. Di qui si sdoppia seguendo due percorsi diversi: quello dell'antica **via Traiana** e quello della affascinante **via Michaelica**. Entrambe si ricongiungono a Bari, mediante la connessione della **via Litoranea**. Così, seguendo la costa adriatica, si giunge prima a Brindisi e poi, attraverso la **via Traiana Calabria**, ad Otranto. Solo poche tappe e il percorso è concluso: da Leuca, quando il cielo è terso, l'Europa occidentale guarda l'Oriente.



VIA  
FRANCIGENA  
EUROPEAN ASSOCIATION

Cultural route  
of the Council of Europe  
Itinéraire culturel  
du Conseil de l'Europe



[www.viefrancigene.org](http://www.viefrancigene.org)  
[www.viefrancigenedelsud.it](http://www.viefrancigenedelsud.it)



# IL CAMMINO MATERANO

Il Cammino Materano è un percorso di mobilità lenta che, ricalcando sentieri di età storica e arcaici tratturi, consente di partire dalla Basilica di San Nicola di Bari, dalla cattedrale di San Nicola Pellegrino di Trani, dalla colonna della Via Appia di Brindisi, dalla cattedrale di S. Maria di Termoli e giungere alla Cattedrale della Madonna della Bruna di Matera: un cammino tra Puglia e Basilicata, terre di transito per antichissima vocazione e tradizione, che nella loro plurimillenaria storia hanno visto il passaggio di innumerevoli pellegrini provenienti da tutto il Bacino Mediterraneo e oltre. Quattro cammini (più un quinto, la Via Lucana, che collega Matera a *Paestum*) lungo i quali si scopre il ricchissimo patrimonio culturale di Puglia, Basilicata, Campania e Molise costituito da cattedrali, borghi medievali, chiese rupestri, vestigia greche e romane, ma anche da masserie, trulli, muretti a secco, e da una straordinaria gastronomia fatta di sapori genuini che rimandano alla vera tradizione contadina.



[www.camminomaterano.it](http://www.camminomaterano.it)



**AREE TERRITORIALI:**

- 1 GARGANO E DAUNIA
- 2 PUGLIA IMPERIALE
- 3 BARI E LA COSTA
- 4 MAGNA GRECIA, MURGIA E GRAVINE
- 5 VALLE D'ITRIA
- 6 SALENTO

**CAMMINI:**

- Via Francigena
- Cammino Materano

**WALK IN PROGRESS:**

- Via Litoranea
- Via Sveva
- Via Dauna
- Cammino di Leuca
- Via Sallentina
- Via Appia
- Via Jonica
- Cammino di Don Tonino Bello

*"Il camminare presuppone che a ogni passo il mondo cambi in qualche suo aspetto e pure che qualcosa cambi in noi."*

Italo Calvino





## INDICE DEGLI ITINERARI

- ▶ Itinerario 1 – La Via Francigena  
**Via Michaelica** 10  
Da Troia a Monte Sant'Angelo  
.....
- ▶ Itinerario 2 – La Via Francigena  
**Via Traiana** 20  
Da Canosa a Bari  
.....
- ▶ Itinerario 3 – La Via Francigena  
**Via Traiana** 30  
Da Polignano a Brindisi  
.....
- ▶ Itinerario 4 – La Via Francigena  
**Via Traiana Calabria** 42  
Da Brindisi a Santa Maria di Leuca  
.....
- ▶ Itinerario 5 – Il Cammino Materano  
**Via Peuceta** 54  
Da Bari a Matera  
.....
- ▶ Itinerario 6 – Il Cammino Materano  
**Via Ellenica** 66  
Da Brindisi a Crispiano  
.....
- ▶ Itinerario 7 – Il Cammino Materano  
**Via Ellenica** 78  
Da Crispiano a Matera  
.....
- ▶ Cammini "Walk" in Progress 89  
Via Litoranea  
Via Sveva  
Via Dauna  
Cammino di Leuca  
Via Sallentina  
Via Appia  
Via Jonica  
Cammino di Don Tonino



# La Via Francigena

## Itinerario 1 - Via Michaelica



# VIA MICHAELICA

“In ogni passeggiata nella natura  
l'uomo riceve  
molto di più di ciò che cerca.”

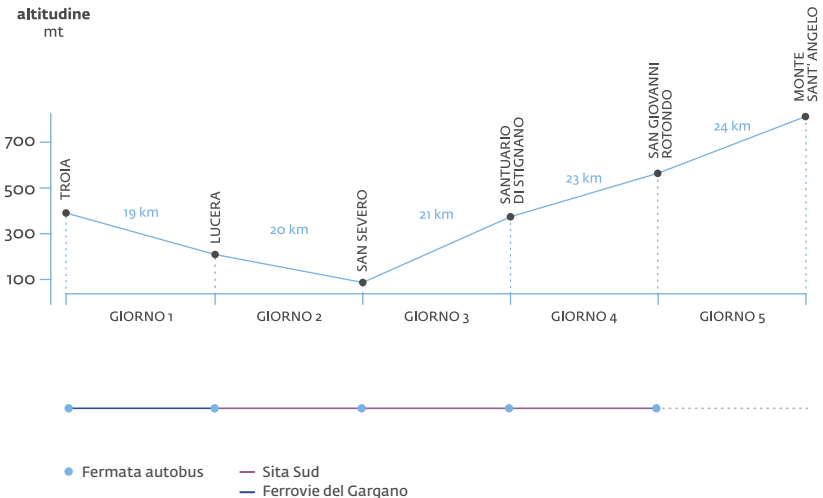
John Muir

## ● Da Troia a Monte Sant'Angelo



Lunghezza totale: 107 km

Difficoltà itinerario: ★★★★★





*Itinerario 1*

# VIA MICHAELICA

*Da Troia a Monte Sant'Angelo*

La via Michaelica è una via di pellegrinaggio di età medievale che, attraversando tutta l'Europa da nord a Sud, collegava Mont Saint-Michel in Normandia con il più antico Santuario del Gargano, dedicato sin dall'età bizantina (V secolo d.C.) all'Arcangelo Michele. I pellegrini, giunti a Roma, attraversavano gli Appennini usando diverse vie, tra cui l'Appia e la Prenestina, per raggiungere la Puglia da Nord, toccando importanti luoghi di fede come il Santuario di San Matteo Apostolo. Per secoli questo vettore viario è stato un luogo di incontro tra culture diverse: quella germanica nord europea (alcune iscrizioni runiche datano al VII secolo) e quella Mediterranea latina. Ancora oggi numerosi viandanti giungono da tutto il mondo per vivere un'esperienza in cui si fondono gli elementi della comune cultura europea.

La via Francigena del Sud ha incluso il tratto pugliese di questo cammino, che per molti versi ha una sua autonomia e una forte specificità, semplicemente perché, come attestato dagli *itineraria* citati, era uso comune dei pellegrini diretti o di ritorno dalla Terra Santa, attraverso la via Traiana, fare una deviazione per rendere onore all'antichissimo Santuario di San Michele.

A photograph of a person with a backpack on a trail, looking towards a landscape of rolling hills under a bright blue sky with scattered white clouds. The person is on the left side of the frame, wearing a light-colored shirt and shorts. The background shows a dirt path leading through green fields and hills.

Nel segmento interessato dalla compresenza di via Francigena e via Michaelica il pellegrino contemporaneo, giunto a Troia, vira verso nord e si dirige verso Lucera, città che fu sede di un insediamento musulmano in seguito alla deportazione, ad opera di Federico II, di 20.000 islamici siciliani: laddove oggi sorge la cattedrale vi è stata, per circa settanta anni, una moschea. Di qui, superata San Severo, si giunge al Santuario di Santa Maria di Stignano, dove è possibile chiedere ospitalità per la notte. L'indomani, salendo gradualmente di quota, il viandante giunge nel cuore del Gargano arrivando al Santuario di San Matteo Apostolo a San Marco in Lamis, alle pendici del Monte Celano, tra i carpini e i frassini. La penultima tappa è San Giovanni Rotondo, sede del moderno santuario di San Pio. L'arrivo a Monte Sant'Angelo è accompagnato da paesaggi mozzafiato, tra boschi e prospettive che arrivano a scorgere il mare: l'ingresso nel Sacro Speco, dove la tradizione riportata dall'*Apparitio Sancti Michaelis* vuole che sia apparso l'arcangelo Michele, riporta indietro di diversi secoli, fornendo le emozioni ataviche della scoperta e della meta.





## Giorno 1



Lunghezza: 19 km

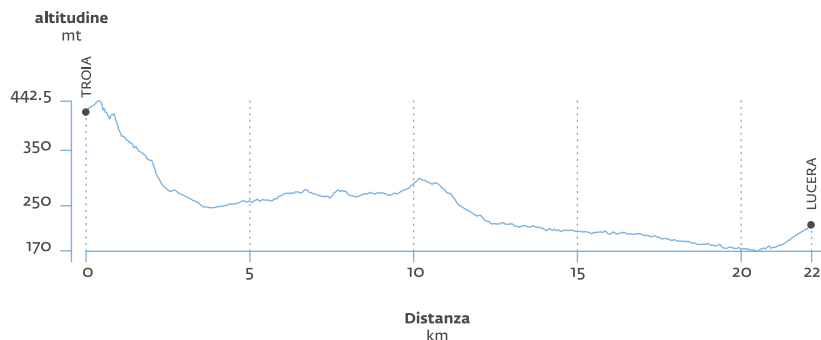


Terreno: prevalentemente sterrato



Durata: 5,30 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Si parte da **Troia**, dal piccolo piazzale antistante la Cattedrale, nel vicolo di fronte, e si inizia a scendere la stradina asfaltata (*via Sant'Antonio*) che passa davanti alla chiesetta dismessa di Sant'Antonio. Al termine della discesa si arriva alla strada esterna comunale. Si segue la stradina verso dx e dopo circa 200 m c'è una stretta deviazione a sx. Proseguendo sulla stessa strada asfaltata, dopo ancora 700 m, si prende la deviazione a sx su sterrato in discesa che aggira la collinetta fino ad arrivare sul ponte del fiume Celone. Oltre il ponte si arriva alla strada provinciale SP125. Si gira a sx e dopo 300 m si lascia l'asfalto a dx. Si procede dritto con la Masseria Monte Aratro alla propria dx. Si procede dritto su un sentierino interpoderale che arriva ad una sterrato bianca, oltre la quale si gira a dx. Superata la SP132 si percorre un lungo tratto di sali e scendi tra le torri eoliche fino a giungere al torrente Vulgano, che per la maggior parte dell'anno si può guardare senza troppi problemi. Di qui inizia un sentiero tra campi coltivati; arrivati a contrada Mezza Grande si attraversa la SP18 e un sottovia che ci introduce nella splendida cittadina di **Lucera**.

📍 **Troia** +39 0881 970020

## Giorno 2



Lunghezza: 20 km

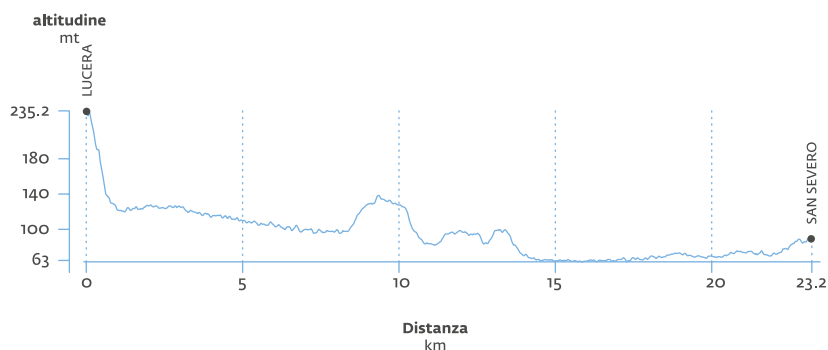


Terreno: prevalentemente sterrato



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Si scende nel sentiero davanti all'ingresso principale del castello di **Lucera** e si attraversa la pineta in forte discesa per 300mt. Al termine si incrocia una stradina sterrata. Prendere a dx e, dopo 400 m, si passa sotto la SS692 su un ponticello in cemento. Proseguendo sull'ampia sterrata bianca, prima di giungere ad una grande quercia con una casetta sulla dx; si svolta perpendicolarmente a dx e si procede sempre sullo stesso sentiero che porta sulla SS160/109 (Lucera-San Severo). Dopo aver percorso la SS160/109 per 2 km circa, si prende il sentiero a sx che, passato un ponticello, sale verso la collinetta in mezzo a vasti campi di grano. In vetta alla collinetta si attraversa un'altra stradina SP18 asfaltata e sempre su sentiero continua in discesa fino a intercettare la strada asfaltata SP14. Immediatamente a dx, dopo 300m, si devia a sx su una strada interpodereale con asfalto molto rovinato. Si procede sempre dritto fino ad incrociare ancora la provinciale SP13. Di qui a dx sino a giungere alla SS160/109. Sulla SS160/109 a sx, dopo 4 km si giunge a **San Severo**.







## Giorno 3



Lunghezza: 21 km

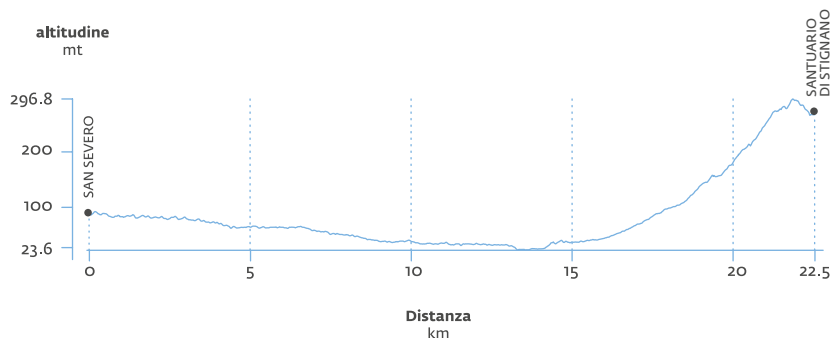


Terreno: prevalentemente sterrato



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Uscendo da **San Severo** verso **San Marco in Lamis**, 100 m prima di raggiungere il cimitero, si devia a dx seguendo l'indicazione per B&B Biagio e, oltre questo, si procede dopo 1 km sotto il ponte dell'autostrada E55. Dopo 100 m circa, a sx inizia un tratturello che procede fra vigneti e oliveti. Dopo un paio di km si attraversano i binari e si percorre la vecchia ferrovia dismessa: seguire la massiccata libera dai binari fino all'incrocio con la SS272 dove si incontra la segnaletica ufficiale (che procede fino a **Monte Sant'Angelo**). Superato l'incrocio dei binari e della SS272 (San Severo – San Marco in Lamis), andando sempre per la stessa direzione, si raggiunge (visibile anche dall'incrocio) la stazioncina ferroviaria di Scalo San Marco. Continuando sull'asfalto, dopo 1,5 km, si intercetta una carrareccia a sx. Prendendola si lascia a sx una piccola masseria e, dopo circa 500m, si passa davanti a masseria Colantuono. Si prosegue fino al Santuario di **Stignano**.

## Giorno 4



Lunghezza: 23 km

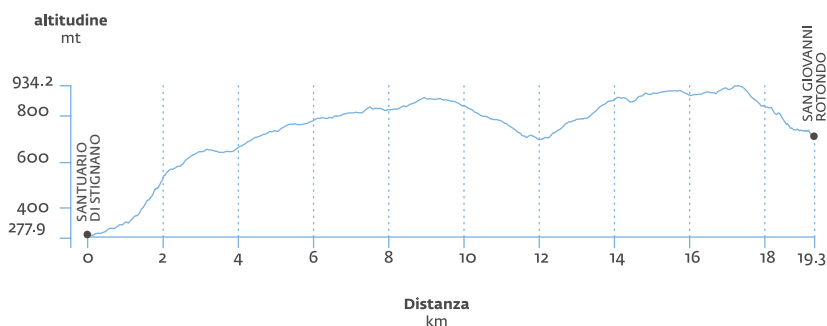


Terreno: prevalentemente sterrato



Durata: 6.30 h

Difficoltà: ★★★★★



Si lascia il santuario di **Stignano** passando alle sue spalle rifacendo il percorso della precedente tappa per 500 mt. Al primo bivio si devia sulla dx in salita. Si passa davanti alla cava e si continua a salire fino ad intercettare una mulattiera (dopo 700 mt) scavata nella roccia a dx. Questa sale a zig zag raggiungendo un primo pianoro caratterizzato da una casa rurale semidiroccata. Tenendosi sulla sx del pianoro (considerando la traiettoria di arrivo) si intercetta un tratturello molto scavato che porta a una carrareccia soprastante. Si prosegue su questa a dx fino ad incontrare delle piccole masserie (si passa attraverso staccionate di legno abusive) e, immediatamente dopo si sale su una stradina asfaltata che sbocca sulla provinciale *San Marco-Sannicandro* (SP48). Si attraversa la strada e si imbocca una lunga carrareccia. Giunti ad un cancelletto di legno si svolta a dx iniziando una mulattiera che corre sempre sulla cresta situata sopra il vallone di Stignano (in basso a dx). Si arriva ad un ampio tratturo che passa in mezzo ad una pineta di rimboschimento e, giunti alla piscina Treppiedi (abbeveratoio per animali), si devia sulla dx sul sentiero che scende dalla *Fajarama* che porta al convento di *San Matteo*. Lasciato il convento si sale a sx per l'ampio parcheggio brecciato che, sul fondo, ha un cancelletto verde sempre aperto. Passati oltre, si procede per un sentiero che dopo 700m porta sulla strada asfaltata *San Marco-Cagnano* (SP22) che occorre attraversare in corrispondenza di un grosso spiazzo da pic-nic. Prima di entrare in questo, immediatamente a sx, quasi sulla strada attraversata, inizia una mulattiera che sale e raggiunge dopo 1.5 km un'ampia carrareccia che s'inerpica fino ad un grande complesso di ripetitori tv che, in fondo alla seguente discesa, intercetta un sentiero delimitato da massi, percorrendolo si giunge fino a Coppa L'Arena (939m). Da qui si segue il sentiero in discesa fino a raggiungere il Convento delle Clarisse prima e il centro abitato di **San Giovanni Rotondo** poi, proprio all'altezza del complesso dedicato a Padre Pio.

## Giorno 5



Lunghezza: 24 km

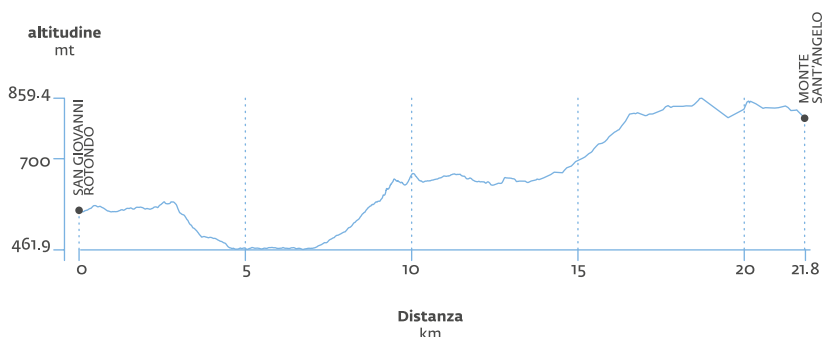


Terreno: prevalentemente sterrato



Durata: 7.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si esce da **San Giovanni Rotondo** prendendo la SS272 per **Monte Sant'Angelo**. Si oltrepassa la SP43 che porta a Cagnano, dopo 500m c'è una deviazione con strada asfaltata sulla sx. La stradina perde l'asfalto dopo 700m e prosegue con un bellissimo tratto delimitato da muretto a secco che passa davanti ai ruderi della chiesa di Sant'Egidio e poi scende nella omonima piana in cui inizia l'asfalto. Qui si incontra una segnalazione di *via Francigena*, con la possibilità di raggiungere una fontana. Passando alle spalle di un grande albergo ormai non funzionante, ci si deve inoltrare a sx nell'ultima stradina - sempre asfaltata - per altri 700m e raggiungere i ruderi di San Nicola al Pantano. Si continua sulla stessa carrareccia che penetra in un bosco e che prende a salire per circa 600m; si devia a dx scendendo in un canalone (e risalendo nell'altro versante) che poi prosegue con un sentiero delimitato da una staccionata che corre in alto a dx del canale (quasi sempre in secca) e raggiunge un vasto pianoro. Oltre il pianoro inizia una larga carrareccia che passa davanti a cave di sabbia (sulla dx) e raggiunge la SS272. Si attraversa la statale e in leggera salita, cementata per un tratto, si giunge presso un largo cancello (di filo spinato e paletti di legno) a sx. Imboccato il sentiero oltre il cancello si sale a Monte dell'Angelo, dopo un lungo costone sul golfo di **Manfredonia** si arriva alla Madonna degli Angeli (una deliziosa chiesetta dell'anno mille che si affaccia su Valle Carbonara, la faglia che taglia in due il Gargano) e, dopo 700 m, si entra in **Monte Sant'Angelo**.

📍 [Monte Sant'Angelo](#) +39 0884 562062

## LA BISACCIA DEL PELLEGRINO

Camminando sul Gargano non si incontrano solo viandanti, ma anche mansuete vacche podoliche. In itinere brado e continuo cercano di carpire il meglio dai pascoli poveri d'acqua e foraggio, quanto ricchi di nutrimenti e profumi della biodiversità. Sono loro, in un ristretto periodo dell'anno, soprattutto da marzo a maggio, a produrre prezioso e nobile latte, il quale cagliato, filato, salato e stagionato dà origine al **Caciocavallo Podolico del Gargano**. Dalla caratteristica forma panciuta a fiaschetto incoronata da un cupolino strozzato da cordicelle utili ad appenderlo in coppie "a cavallo" di steccati, sotto la sua buccia più o meno screziata da pregiate muffe, a seconda del tempo di stagionatura che può andare da qualche mese ad addirittura dieci anni, nasconde una pasta intrisa di aromi di erbe spontanee e macchia mediterranea. A far da controcanto un vino strepitoso, tanto rosso da sembrare nero, prodotto dalla cultivar autoctona Nero di Troia, l'omonimo vino è uno degli abbinamenti perfetti a formaggi dai sapori strutturati.

Il **Nero di Troia doc** ha la sua storia, si dice, intrecciata con quella di Federico II di Svevia, come con quella dell'eroe acheo Diomede ed i Marchesi D'Avalos. Saranno forse queste le ragioni che ne rafforzano le caratteristiche organolettiche che partono da sentori di spezie, di liquirizia, per passare al sentore di legno, pur se non affinato in barrique, ed approdare all'aspro zuccherino delle more. Con la via Michaelica si arriva a Monte Sant'Angelo ove, per ripristinare i livelli glicemici al termine di un lungo cammino, ci si può rifocillare con l'**ostia ripiena**. Un torroncino di mandorle tostate e poi caramellate con zucchero e miele, incipriato da pizzico di cannella, racchiuso fra due sfoglie ovali di candida ostia. Ideata per sbaglio, si racconta sia nata nelle cucine del monastero della Chiesa della Santissima Trinità, quando delle monache clarisse non avendo altro si trovarono ad usare delle ostie per raccogliere l'impasto del torrone ancora caldo caduto su di un ripiano per poi scoprire la fattibilità e la bontà di una combinazione armoniosa quanto tanto golosa.

# La Via Francigena

## Itinerario 2 - Via Traiana



## VIA TRAIANA

“La vera casa dell’uomo non è una casa,  
è la strada. La vita stessa è un viaggio  
da fare a piedi.”

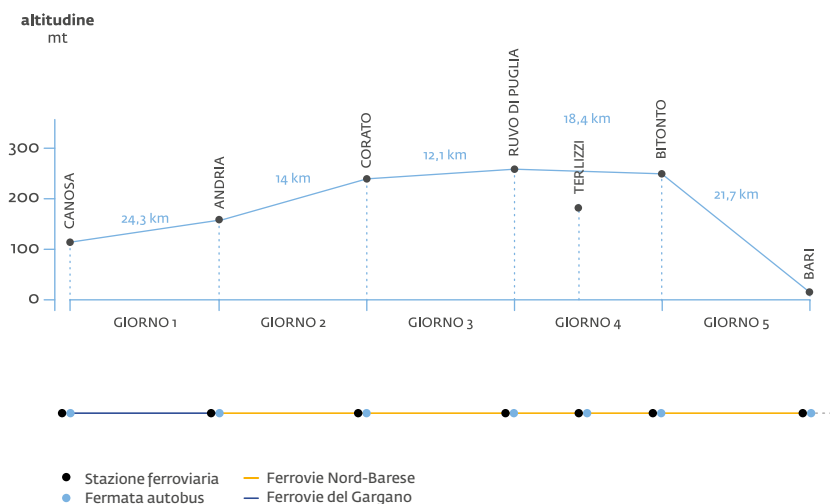
Bruce Chatwin

### ● Da Canosa a Bari



Lunghezza totale: 90,5 km

Difficoltà itinerario: ★☆☆☆☆





## Itinerario 2

# VIA TRAIANA

Da Canosa a Bari

La via Traiana venne costruita, tra il 108 e il 110 d.C., dall'imperatore Traiano per valorizzare la viabilità costiera e agevolare le comunicazioni con l'Oriente. Rispetto alla più antica via Appia, il nuovo tracciato permetteva, infatti, di raggiungere Brindisi con maggiore facilità, poiché evitava i rilievi e sfruttava le pianure.

Il nostro percorso inizia a **Canosa di Puglia**, l'opulenta *Canusium*, che conserva ancora perle quali la *cattedrale di San Sabino* con l'annesso *mausoleo di Boemondo*, la *chiesa di San Giovanni* con il suo battistero, il *complesso di San Leucio*, le *catacombe paleocristiane*. La strada prosegue tra uliveti e mandorli verso **Ruvo di Puglia (Rubi)**, centro di tradizione preromana, in cui non si può non visitare la collezione del **Museo Archeologico Nazionale Jatta** e la concattedrale dedicata a *Santa Maria Assunta*, un altro gioiello architettonico del romanico pugliese. Successivamente si lambisce l'antico borgo medievale di *Santa Maria di Sovereto*, in agro di Terlizzi, la cui storia è legata al pellegrinaggio verso la Terra Santa. Il giorno successivo si giunge a Bitonto (*Butuntum*), il cui centro storico toglie il fiato per la felice compresenza di monumenti di epoca diversa: le medievali *chiese di San Valentino* e *San Francesco di Assisi*, i palazzi *Vulpano Sylos* e *Sylos Calò* del XV e XVI secolo e il *teatro Traetta*, inaugurato nel 1838, per giungere, infine, a mare nella città di Bari.







## Giorno 1



Lunghezza: 24,3 km

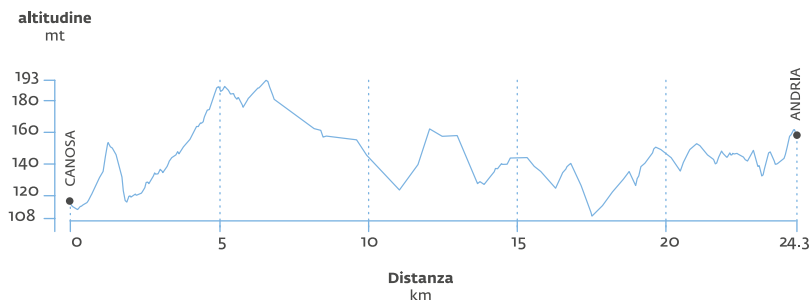


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Partendo dalla Cattedrale di San Sabino di **Canosa** si imbecca ben presto una strada vicinale che consente di uscire dalla città ed inoltrarsi tra gli uliveti e i vigneti che caratterizzano l'agro canosino; è questo il paesaggio che accompagnerà il viandante fino ad **Andria**. Si prosegue su questa strada in progressiva salita per circa 4 km dopodiché si supera un cavalcavia, quindi si svolta a sx in una stradina che corre dritta tra alberi di ulivo; al termine si svolta a sx per imboccare poi a dx *contrada Santa Brigida*. Questa contrada, inizialmente sterrata, si snoda rettilinea per diversi chilometri all'interno di una vera e propria foresta di ulivi delimitata dai caratteristici muretti a secco. Superato un incrocio si imbecca un'altra contrada rettilinea che dopo circa 8 km conduce alle porte di **Andria**. La tappa ha termine in *piazza Duomo* dove sorge la Cattedrale.

 **Canosa** +39 0883 612423 • **Andria** +39 0883 290231 - +39 0883 290229

## Giorno 2



Lunghezza: 14 km

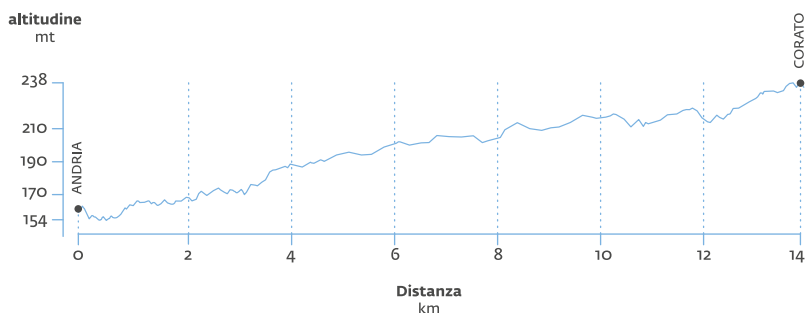


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 4.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si parte dalla Cattedrale di **Andria** da dove in breve si raggiunge una contrada (*Macchia di Rosa*) che diventa subito sterrata snodandosi tra uliveti, vigneti e muretti a secco. Dopo una serie di curve la contrada diventa rettilinea restando tale per i successivi 8 km, in lieve salita; il paesaggio non muta: il viandante cammina immerso in una campagna silenziosa dominata dalla presenza degli ulivi, da secoli una delle principali ricchezze di questi territori. In queste zone è largamente diffuso il cosiddetto olivo coratina, una cultivar autoctona, di particolare pregio, coltivata in tutto l'agro del nord barese. Al termine del rettilineo si svolta a sx quindi alla seconda a dx; si supera il cavalcavia e si raggiunge il centro di **Corato**. La tappa termina alla Chiesa Madre di Santa Maria Maggiore.

[Corato +39 080 8720861](tel:+390808720861)





## Giorno 3



Lunghezza: 12,1 km

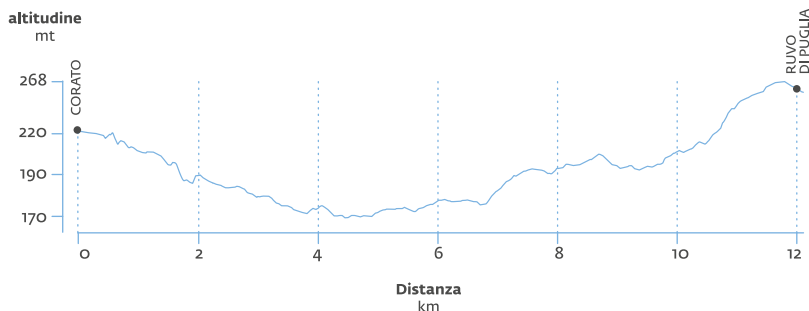


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 3.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si parte dalla Chiesa Madre di **Corato**, ma prima di guadagnare l'uscita dalla città è doverosa la visita al Museo della Città e del Territorio che conserva tre miliardi dell'antica via Traiana. Da *via Mercalli* si attraversa un passaggio ferroviario e si svolta a sx in *via Fondo Griffi* che si inoltra nelle campagne sempre dominate dagli ulivi. Dopo una curva a sx si passa al di sopra di un piccolo corso d'acqua e si prosegue dritto per circa 2 km quindi, superata un'antica cisterna in pietra, si segue la curva per poi svoltare nella prima strada a sx. Al termine si arriva ad un incrocio dove si prosegue andando a dx (compiendo una piccola deviazione è possibile raggiungere il dolmen Chianca dei Paladini). Si procede sempre dritto per circa 4 km quindi si svolta a sx e poi nella prima a dx; dopo breve si giunge alla periferia di **Ruvo di Puglia**. Percorrendo via Nazario Sauro si arriva fino al centro storico e alla Cattedrale, meta della tappa.

📍 [Ruvo di Puglia +39 080 3628428](#)

## Giorno 4



Lunghezza: 18,4 km

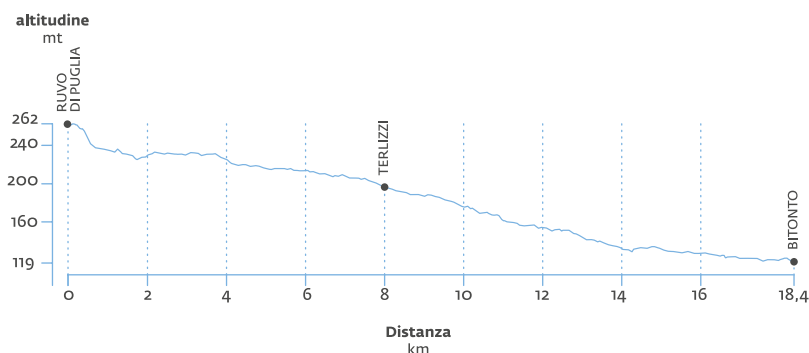


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5,00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si parte dalla splendida Cattedrale romanica di **Ruvo di Puglia**, si percorrono le strette vie del centro storico per arrivare in *Piazza Bovio*; qui si imbocca via *Madonna delle Grazie* che consente di uscire dalla città. Superato il cavalcavia si svolta nella prima strada a sx che conduce ad un bivio dove si prende la strada a dx, denominata *via Appia Traiana*: qui il viandante si immette, infatti, sull'antico tracciato della via Traiana (l'indicazione Appia è erronea). Ha qui inizio un lungo rettilineo in gran parte sterrato incorniciato da muretti a secco e uliveti; dopo circa 1,5 km si giunge ad un incrocio dove si innalza un arco in pietra: svoltando a sx si può compiere una deviazione e raggiungere la cittadina di **Terlizzi**. Il cammino prosegue invece dritto su uno sterrato punteggiato da strutture rurali e da un'importantissima evidenza archeologica ovvero un tratto del basolato originario della via Traiana. Dopo circa 4,5 km è possibile compiere un'ulteriore deviazione a sx per raggiungere il borgo di *Sovereto*. Si procede dritto tra gli uliveti per altri 8 km circa fino a raggiungere un incrocio dove occorre prestare particolare attenzione: si attraversa la strada provinciale e ci si immette su *via Traiana* che conduce fino al centro storico di **Bitonto** e alla magnifica Cattedrale di San Valentino, meta della tappa.

Per coloro che volessero spezzare la tappa o semplicemente visitare due dei luoghi maggiormente legati al pellegrinaggio medievale in terra di Bari, è possibile, a metà strada, intraprendere una variante in direzione nord ed arrivare nella città di Terlizzi, dove si trovano il complesso di Santa Maria di Cesano e la chiesa di Sovereto. Di qui è possibile raggiungere comunque la città di Bitonto semplicemente reimmettendosi nel percorso principale con una "bretella" che punta verso sud.

## Giorno 5



Lunghezza: 21,7 km

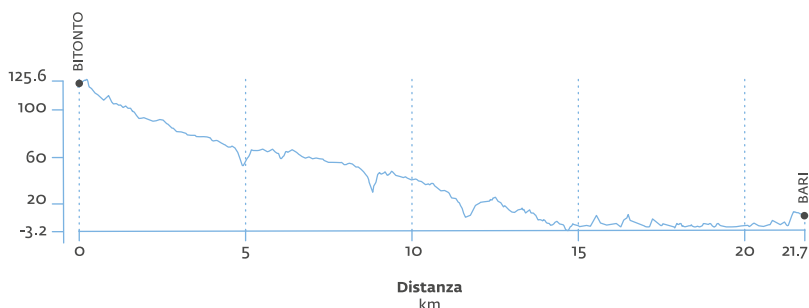


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Partendo dalla Cattedrale di **Bitonto** si percorrono le stradine del centro storico per poi immettersi su *via Crocifisso*; si costeggia l'omonima chiesa e si prosegue dritto su *via Nenni* fino ad arrivare ad un incrocio dove si continua dritto su strada *vicinale Balice* sulla quale, dopo breve, si incontra la chiesetta rurale di *Santa Maria di Costantinopoli*. Si cammina tra gli uliveti quindi dopo circa 2 km si supera un cavalcavia e si prosegue dritto per 1,5 km fino ad arrivare ad una zona industriale. Si continua dritto per 1 km quindi si svolta a sx ad imboccare una strada di campagna che lambisce il *Parco naturale di Lama Balice*; al termine della strada si svolta a dx e si prosegue dritto fino ad arrivare ad una rotatoria dove si imbecca *Viale Europa*. Dopo circa 2 km si giunge ad un'altra rotatoria dove si continua a sx; alla rotatoria successiva si svolta nuovamente a sx, quindi a dx per poi imboccare una strada (*rurale del Torrente*) che conduce ad un sottopasso ferroviario. Superato il sottopasso, si prosegue dritto oltrepassando altri tre ponti; al termine del rettilineo si svolta a dx ad imboccare il lungomare di Bari che si segue per circa 5 km fino ad arrivare al *Castello Normanno Svevo*. Si svolta a dx e si arriva alla *Cattedrale di San Sabino* da dove, andando a sx, si imbecca *strada del Carmine* poi *via delle Crociate*: superato l'arco angioino si giunge al cospetto dell'imponente Basilica di San Nicola di **Bari**, meta della tappa.

📍 **Bari** +39 080 5242244

## LA BISACCIA DEL PELLEGRINO

Potrebbe essere solo lei la motivazione buona per camminare trenta chilometri sotto il sole. E' l'oggetto del desiderio di chiunque sia passato anche una sola volta dalla Puglia per assaggiarla. Bianco perla, niveo, soffice, dall'inebriante profumo di fiore di latte, è sua maestà la **burrata di Andria**. Un'opera dell'arte casearia pugliese, una esperienza unica per le papille gustative. Uno strato di pasta filata che racchiude fiocchi di pasta e panna di prima qualità. Per proteggere la tenerezza dell'involucro, tradizionalmente veniva confezionata in foglie di asfodelo tenute con fili di rafia. Alla sua perfetta equilibratura di sapori sapidi e dolci sembra essere superfluo aggiungere qualsiasi cosa, ma i più lussuosi usano condirla con un filo di olio extra vergine di oliva. Parlando di eccellenze, nell'agro nord barese, la regnante in materia è di certo l'**oliva coratina**. Il suo nettare, in particolare se proveniente da coltivazioni biologiche, spremuto a freddo conserva uniche caratteristiche nutraceutiche. Verde intenso con riflessi aurei, è ricco di polifenoli con bassissima acidità. L'albero che la fruttifica risulta persino generoso nella resa del raccolto, merito dei fertili terreni delle colline che delineano la via Francigena nei quali affonda le radici. In Puglia non c'è angolo che non vantì prelibatezze enologiche. È **Rosso Canosa** DOC il vino tipico delle zone di questo cammino da portarsi nello zaino affianco alla borraccia, pronto da condividere durante una sosta all'ombra di una lussureggiante chioma secolare. Il Rosso Canosa Doc ha un profumo quasi intenso e persistente, vinoso e fruttato e al gusto è secco, caldo, abbastanza morbido, giustamente tannico, sapido e di corpo. La gradazione alcolica minima è di 12 gradi per rosso e di 13 gradi per il **riserva**.

Un calice di Canosa Doc è l'ideale per accompagnare **piatti al ragù di carne** e carni suine, carni rosse e **formaggi pecorini stagionati**.



# La Via Francigena

## Itinerario 3 - Via Traiana



## VIA TRAIANA

“Anche un viaggio di mille miglia inizia con un singolo passo.”

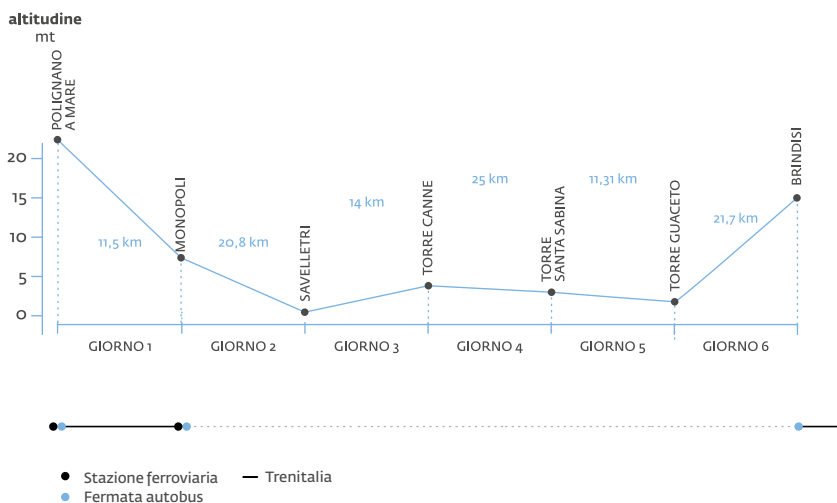
Lao Tzu

### ● Da Polignano a Brindisi



Lunghezza totale: 99,9 km

Difficoltà itinerario: ★☆☆☆☆







## Itinerario 3

# VIA TRAIANA

Da Polignano a Brindisi

Da Bari, la Traiana inizia il suo percorso costiero. Nel capoluogo, inevitabili sono le visite al *centro storico*, alla *Basilica di San Nicola*, meta di pellegrinaggi internazionali sin dal medioevo, alla *cattedrale di San Sabino* con il suo soccorpo, al *Castello Svevo*, a *Palazzo Simi* e a *Santa Maria del Buon Consiglio*. Gli odori e i rumori dei vicoli vi ricorderanno alcuni scorci di Gerusalemme. Il viandante, dopo aver gustato il tipico polpo alla barese, giunge a **Mola di Bari**, a **Polignano** e a **Monopoli**: centri vivissimi, la cui storia è strettamente legata ai traffici mediterranei di ieri e di oggi, in cui il viaggiatore ammirerà l'**Abbazia di San Vito** e la *concattedrale della Madonna della Madia*, costruita su un tempio pagano e legata ad un'icona proveniente dall'Oriente. Il pellegrino contemporaneo si trova in seguito a camminare sulla costa, dove i sentieri retrodunari lasciano spazio ad aree naturali protette di pregevole bellezza, come la riserva di *Torre Guaceto*, testimonianza di un sistema difensivo costruito in risposta alla minaccia turca della prima età moderna.

**Brindisi**, con la sua colonna romana posta in cima alla scalinata che affaccia sul porto, indica al viandante che di lì si può salpare per Acri, non prima però di aver visitato il suo splendido centro storico, che porta ancora tutti i segni degli ordini cavallereschi che qui difendevano i loro interessi. Nelle chiese di *Santa Maria del Casale*, di *San Giovanni al Sepolcro*, di *Santa Lucia* e nel *monastero di San Benedetto* si può ancora respirare l'atmosfera delle Crociate.



## Giorno 1



Lunghezza: 11,5 km

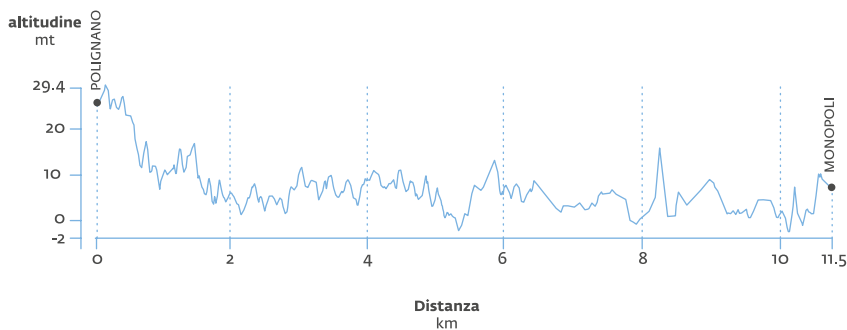


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 3.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Partendo dalla Chiesa di Santa Maria Assunta nel cuore del centro storico di **Polignano** e percorrendo *via San Benedetto*, il viandante si immetterà su *via Tritone*, percorrendola fino all'angolo con *via Garofalo* e lungo *via Giuliani* dove potrà godere di una splendida visuale del borgo antico, affacciandosi dal punto panoramico di *Largo Ardito*. Proseguendo verso sud, si percorrerà tutta la costa rocciosa passando per *Cala Incine* e *Cala Corvino*, lungo il cammino il viandante potrà ammirare splendide calette rocciose tra le più apprezzate mete balneari e sulla dx immensi campi, arati o incolti, disseminati qua e là di alberi di ulivo, fichi, fichi d'india e delimitati da secolari muretti a secco. Il percorso prosegue fino all'immissione in *via Marina del Mondo* e la successiva svolta in *via Giuseppe Ungaretti*, già periferia del centro abitato. L'ingresso nel centro di **Monopoli** avviene in prossimità del porto, in *via Cala Curatori* e percorrendo *via Macello Vecchio*, *Cala Batteria* e *via Cristoforo Colombo*.

📍 **Polignano** +39 080 4252336 • **Monopoli** +39 080 4140264

## Giorno 2



Lunghezza: 20,8 km

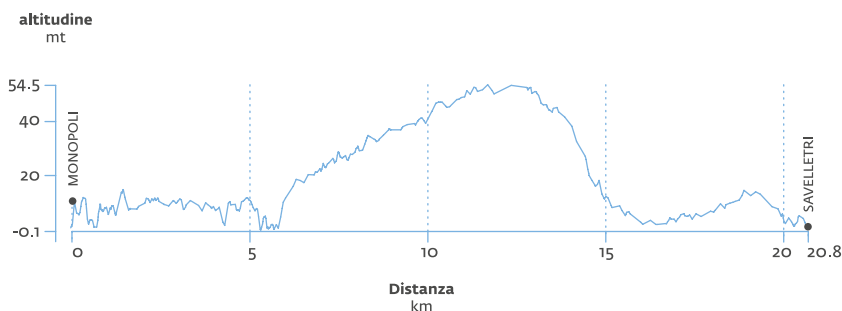


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Partendo dal Castello di Carlo V di **Monopoli**, il viandante percorrerà la muraglia, denominata *Lungomare Santa Maria* e il suo prolungamento, *via San Vito*. Successiva svolta a sx per *via Papacenero* con discesa a sx verso la caletta di *via Portavecchia* e l'omonimo lungomare.

Si proseguirà lungo la costa fino all'immissione su una pista ciclabile che svolta a sx, mantenendosi parallela a *via Tommaso Moro* e successivamente a *via Procaccia*, uscendo dal centro abitato di Monopoli.

Si proseguirà su *via Procaccia* per circa 3 km fino all'intersezione con *Contrada Santo Stefano*, ove il viandante svolgerà prima a sx per la suddetta contrada e successivamente a dx per *Contrada Porto Marzano*, costeggiando l'Abbazia – Castello di Santo Stefano, antico presidio dei Cavalieri di Malta e baluardo contro le invasioni dei pirati turchi, e le splendide spiagge di Santo Stefano e Ghiacciolo.

Percorrendo *Contrada Porto Marzano* per 300 mt, si svolgerà a dx su uno sterrato che dopo meno di un chilometro sbocca sul mare; giunti sulla costa si proseguirà sullo sterrato che corre tra il blu del mare e i profumi della macchia mediterranea. Lasciando lo sterrato e la costa, si svolgerà a dx su una strada asfaltata al termine della quale si entrerà, svoltando nuovamente a dx, sulla SP 90, percorrendola per 500 mt ed immettendosi a sx nella prima traversa.

Mantenendosi sulla medesima traversa, ci si troverà su uno sterrato che bisognerà percorrere nella sua interezza, mantenendo la sx e successivamente la dx e giunti sulla strada asfaltata (*Contrada Lamandia*) si svolgerà a sx percorrendola per circa 400 mt fino alla svolta a dx per l'attraversamento dei binari della linea ferroviaria. Superata la ferrovia, il viandante svolgerà immediatamente a sx proseguendo sullo sterrato che costeggia orti e uliveti per 700 mt per poi svoltare a dx su *Contrada Procopio* e 500 mt dopo girare a sx su strada asfaltata denominata *via Putta*, proseguire per circa 2,5 km.

Svoltare a sx per *Contrada Fascianello*, successivamente a dx al bivio, proseguendo sulla medesima contrada. Attraversare i binari proseguendo dritto su *Strada Comunale Lamapecora* e al successivo bivio proseguire a dx su sterrato Lamapecora, costeggiando il b&b Carbonelli fino all'intersezione con la SP 163, dove si svolgerà a sx ed immediatamente a dx imboccando *Contrada Egnazia*.

Mantenersi su *Contrada Egnazia* per 1,6 km e svoltare a dx per *Strada Comunale Egnazia* e mantenere la sx al successivo bivio per imboccare via degli Scavi e successivamente proseguire dritto per *Strada Comunale Egnazia* per 1,8 km, costeggiando il rinomato resort Borgo Egnatia, fino alla svolta a sx per *Contrada Masciola*.

Dopo 800 mt il viandante entrerà nel centro abitato di Savelletri tramite via *Pisani* e successivamente svolgerà a dx su *via della Scogliera* fino ad arrivare in vista del porticciolo transitando per *via Nazario Sauro* e il suo prolungamento *via del Porto*, luogo designato per la conclusione della tappa.



## Giorno 3



Lunghezza: 10,03 km

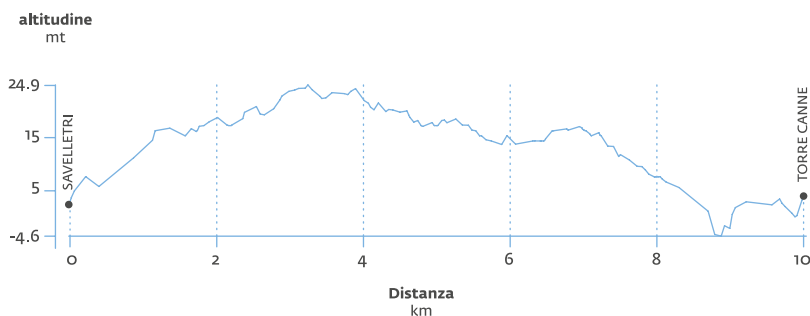


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 3.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Dal punto di partenza in via del Porto a **Savellettri**, il viandante imbrocherà a sx via *Baracca*, percorrendola completamente fino a svoltare a dx in via *Accademia Navale* mantenendo la sx per circa 200 mt per poi immettersi a sx in *Contrada Masciola*. Proseguire per *Contrada Masciola* per 700 mt per poi immettersi a sx in *Strada Comunale Egnazia* con successivo prolungamento (*Strada Comunale San Domenico*) e percorrerla per 5 km fino al bivio dove si lascerà la *Strada Comunale San Domenico* per svoltare a dx per la stradina più stretta.

In questo tratto il viandante potrà godere dei più caratteristici scenari del territorio, vaste distese di ulivi secolari (talvolta millenari) con le loro forme straordinarie, frutto del lavoro del tempo e di generazioni di contadini che in questi campi hanno saputo lasciare il segno della loro infaticabile opera. Proseguire per circa 900 mt e svoltare a sx, percorrere il rettilineo per 700 mt e poi svoltare a sx su via *del Procaccio* e 300 mt dopo svoltare a dx, continuare fino all'intersezione con la SP90. Svoltare a dx su SP90 e proseguire fino al bivio per poi imboccare a sx via *Eroi del Mare* e percorrere in tal modo la litoranea di **Torre Canne** fino al porticciolo, punto di arrivo della tappa.



## Giorno 4



Lunghezza: 25 km

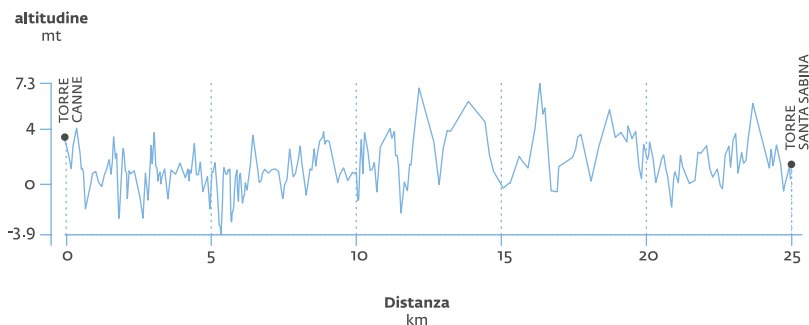


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 7.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Partendo dal centro di **Torre Canne** il viandante imbrocherà *via Eroi del Mare* ed immediatamente scenderà verso i lidi della litoranea, attraversandoli per circa 1,5 km immettendosi successivamente, prima in una stradina che corre parallela alla costa e, dopo 300 mt, rientrerà sulla spiaggia e procederà in quella direzione per i successivi 3 km.

Giunto presso il *Lido Macchia Mediterranea*, svolgerà a dx su uno sterrato che si mantiene parallelo alla costa per circa 1 km per poi scendere nuovamente in spiaggia presso il *Lido Morelli*, Villaggio Pilone e Rosamarina e proseguire in quella direzione per 4,5 km.

In seguito, la traccia taglia al centro la *località Monticelli* uscendo dopo 200 mt su di uno sterrato che corre lungo la costa, entrando in *Località Diana Marina* svoltando a dx in *via dei Bouganville* e, dopo 200 mt, alla rotatoria, svolta a sx per *Contrada Villanova*, direzione Marina di Ostuni e Villanova.

Giunto in prossimità del porto, il viandante proseguirà per *via Tancredi Conte* con successiva svolta a dx per *via Petrarolo* e immissione in *via Consolato Veneziano*. Il cammino prosegue per poco più di 1,5 km immettendosi in uno sterrato che corre lungo la meravigliosa *Costa Merlata* per i successivi chilometri che conducono all'ingresso a Torre Santa Sabina.

L'entrata nel centro abitato, avviene tramite *via Socrate* e un successivo sterrato che taglia dalla Spiaggia di Mezzaluna e, mantenendosi sulla costa, si immette in *via Scoglio del Cavallo* svoltando a sx e puntando verso la punta del promontorio e la **Torre Santa Sabina**, punto di fine tappa.

## Giorno 5



Lunghezza: 11,31 km

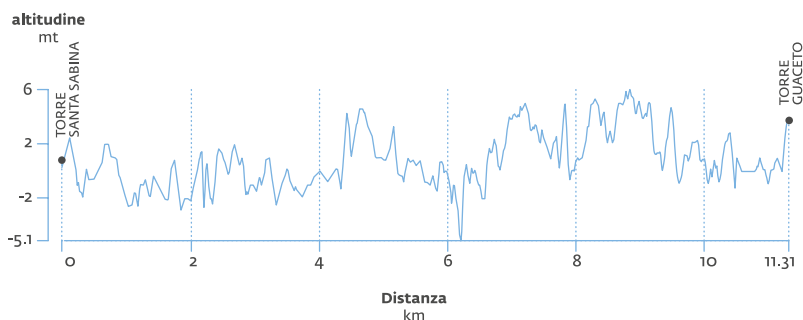


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 3.1/2 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Lasciando alle spalle **Torre Santa Sabina**, il viandante percorrerà *via della Torre* per 100 mt per poi svoltare a sx in *Piazza dei Ciclamini* e proseguire sulla strada fino a giungere in prossimità della Spiaggia dei Camerini dove imbrocherà la via che costeggia posteriormente il lido per un centinaio di metri, per poi sfociare su *via Lago d'Iseo* e proseguire per 600 mt.

Al termine della suddetta via si entrerà in uno sterrato che conduce direttamente su una spiaggia prossima all'Hotel Club Santa Sabina e successivamente su una strada semi sterrata che dopo 400 mt e una doppia svolta a dx e a sx, immette in *via Ottaviano Augusto*.

Dopo 400 mt si entra nel lido Pantanagianni e attraversatolo si abbandona temporaneamente la spiaggia per addentrarsi in un breve tratto di macchia mediterranea, transitando in prossimità del Lido Le Dune e il Lido Sabbia D'Oro, ed immettendosi con una svolta a sx in *via Tamerici*.

Mantenersi su *via Tamerici* per circa 1,5 km e, giunti all'altezza del Bar il Chiosco, svoltare a sx in direzione del Lido Laguna Blu, proseguire per 1 km e, giunto al bivio proseguire dritto ed imboccare lo sterrato in direzione est/sud-est per circa 2 km.

Giunti in prossimità della spiaggia Punta Penna Grossa, svoltare a dx per prendere *Contrada Pennagrossa* e successivamente prendere la prima traversa a sx e proseguire per 600 mt.

Svoltare a dx per lo sterrato e inoltrarsi nella *Riserva Naturale di Torre Guaceto* per 2,5 km svoltando al primo bivio a sx e al secondo a dx, giungendo sulla riva del mare e proseguendo nel susseguirsi di calette fino a giungere alla **Torre Guaceto**, punto di arrivo della tappa.



## Giorno 6



Lunghezza: 21,3 km

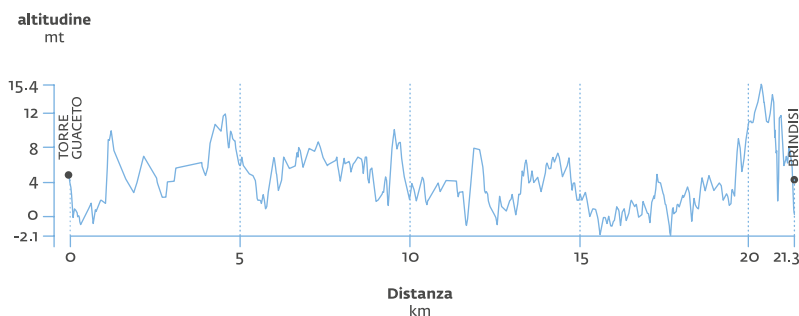


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5,00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Partendo dalla **Torre Guaceto**, punto di arrivo della tappa precedente, prendere il sentiero in direzione ovest per 250 m, poi svoltare a sx al bivio e proseguire per 800 m fino a giungere in vista della SS 379.

Svoltare a sx e proseguire sul sentiero della Riserva Naturale di Torre Guaceto per 1,5 km; a questo punto seguire il tracciato girando a dx per oltrepassare il sottopasso della SS 379 e successivamente svoltare sulla sx su *via Adriatica* per Bari e proseguire per 1 km.

Mantenere la dx e svoltare completamente a dx per imboccare uno sterrato parallelo che consentirà al viandante, svoltando nuovamente a dx di oltrepassare il sottopasso della SS 379 per ritornare sull'altro versante.

Superato il viadotto svoltare a dx e proseguire per 500 m, oltrepassare lo svincolo di immissione per la SS 379 mantenendosi sulla sx per poi svoltare a sx sulla SP 39. Proseguire su SP 39 per 400 m e svoltare a dx e successivamente a sx per imboccare *via di Torre Testa*, strada litoranea che sarà percorsa per i successivi 10 km fino all'incrocio con *via Gerusalemme*, dove si trasforma in SP 41. Proseguire su SP 41 e il suo successivo prolungamento denominato *via Mater Domini* per 4 km, mantenendo costantemente sulla dx l'Aeroporto di Brindisi.

Oltrepassare il sottopasso e proseguire su *via Mater Domini* superando la rotatoria, dritto su *Viale Umberto Maddalena* per 150 mt. Svoltare a sx per *via Medaglie d'Oro*, continuare dritto per 500 m, fino ad arrivare in vista del Monumento al Marinaio d'Italia, punto ideale per scorgere, sull'altra sponda, le colonne romane che segnavano la fine della *via Appia*.

Svoltare a dx e immettersi su *via Ammiraglio Millo*, una piccola strada che corre sulla banchina, e proseguire per 500 mt fino a giungere al punto di fine tappa a **Brindisi**.

📍 **Brindisi +39 0831 229784**

## LA BISACCIA DEL PELLEGRINO

Un percorso stupendo, con il mare come compagno di viaggio, una bisaccia da rimpinguare di scorte, due i prodotti tipici di cui rifornirsi. Da Polignano a Mare a Brindisi, lungo la neo certificata Via Francigena del Sud, che si accavalla alla Via Traiana, è cosa giusta, ma soprattutto buona, approvvigionarsi di **dolcetti di pasta reale** e **carote di Polignano**, prelibatezze facili da portare con sé per un veloce e sano ricarica di energie. Poco più di cento calorie per un pasticcino di pasta di mandorle, tante proteine e minerali in un concentrato di gusto genuino. Farina di mandorle pugliesi, zucchero e uova di galline felici gli ingredienti, più qualche chicco di caffè o luna di frutta candita per decorare. Dorati e croccanti esternamente, fragranti e soffici al cuore. Mille invece le sfumature delle carote tipiche delle terre che diedero i natali a Domenico Modugno, dal giallo più tenue, passando per l'arancio e il viola in più toni. Inserite nella lista dei prodotti tutelati da Slow Food, hanno come caratteristica nutrizionale un più basso apporto glicemico rispetto alle carote comuni pur risultando di pari, se non maggiore dolcezza al palato, un ecotipo unico anche per il suo apporto di antiossidanti. Esperienza da non perdere lo sgranocchiarle fresche, croccanti e succose lungo tratturi coronati di ulivi secolari con i colori e le essenze del mare all'orizzonte e per chiudere un sorso di Rosso Brindisi Doc, vino intenso con riflessi granati.



# La Via Francigena

## Itinerario 4 - Via Traiana Calabra



# VIA TRAIANA CALABRA

“Abbandona le grandi strade,  
prendi i sentieri.”

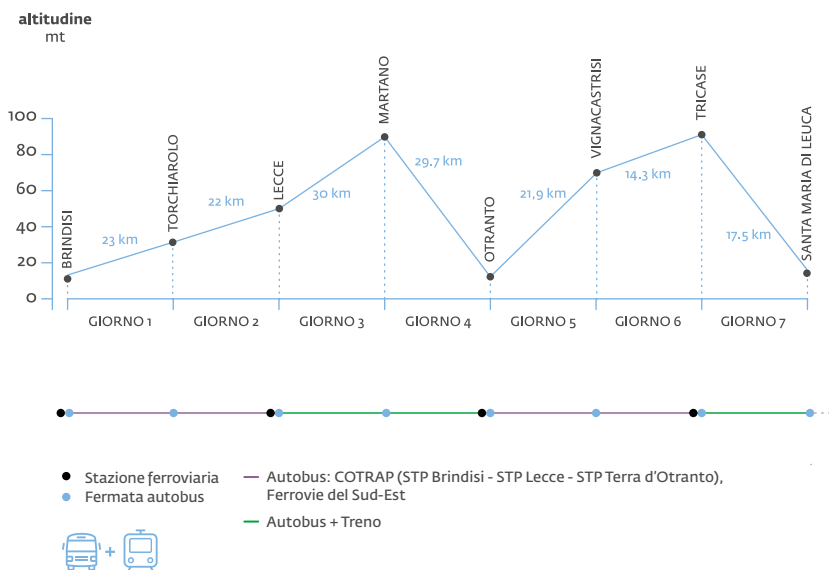
Pitagora

## ● Da Brindisi a Santa Maria di Leuca



Lunghezza totale: 158,4 km

Difficoltà itinerario: ★★☆☆☆





## Itinerario 4

# VIA TRAIANA CALABRA

Da Brindisi a Santa Maria di Leuca

La via Traiana Calabra costituisce il prolungamento che collegava *Brundisium ad Hydruntum*. La strada iniziò ad assumere maggiore importanza a partire dall'età tardo antica, quando, in seguito ai rivolgimenti politici successivi alla graduale fine dell'Impero romano e al successivo controllo bizantino del territorio, la città di Otranto assunse maggiore importanza.

Il cammino rispetta questo tracciato e, seguendo le orme del pellegrino di *Bordeaux* che la percorse al contrario nel 333 d.C., passa dai resti dell'antica *Valesium*, giunge nel centro ospitale di Torchiarolo (uno dei primi comuni ad aver dato ospitalità ai pellegrini contemporanei) e, infine, giunge a *Lupiae*, l'attuale Lecce, regina del barocco, il cui centro storico è un continuo inseguirsi di ricami architettonici. Senza dubbio da non perdere è il *Duomo di Santa Maria Assunta*, la *Basilica di Santa Croce*, la chiesa dei *Santi Niccolò e Cataldo*, il *Palazzo dei Celestini*, il *Castello Carlo V*, *Porta Napoli*, l'*anfiteatro romano*, la *colonna di Sant'Oronzo*. Dopo tutta questa bellezza, il viaggiatore moderno, passando per Carpignano Salentino, giunge nella cattedrale di Otranto, caratterizzata da uno splendido mosaico medievale, fra i più noti dell'area mediterranea. La chiesa bizantina di *San Pietro*, il *castello* e le *catacombe di San Giovanni*, insieme a un paesaggio marino che già richiama la Grecia, non possono che ristorare il camminatore dalle fatiche. Giunto a questo punto non rimane che raggiungere la fine della terra: *de finibus terrae* appunto. Attraversando *Marittima* e *Tricase*, lambendo le scogliere di *Castro*, il viaggiatore arriva finalmente al compimento del suo viaggio raggiungendo la *Basilica di Santa Maria*, dove una colonna indica che per proseguire oltre bisogna superare il mare e intraprendere il lungo viaggio per Gerusalemme.



## Giorno 1



Lunghezza: 23 km

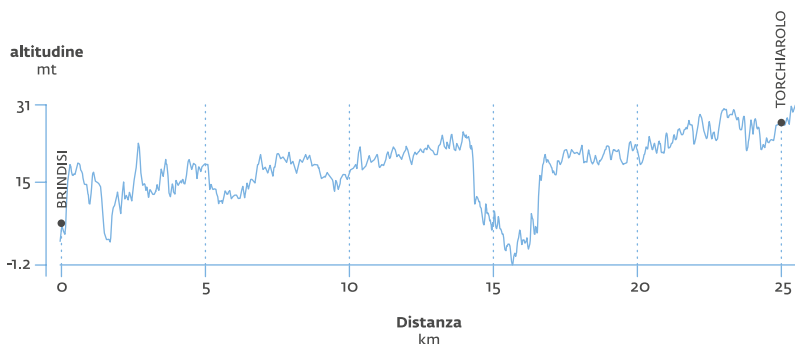


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si parte dal lungomare di **Brindisi** per raggiungere prima il Duomo, poi il Tempietto di San Giovanni al Sepolcro: è consigliata una sosta in questo monumento poiché si tratta di una delle testimonianze medievali più significative del passaggio dei cavalieri verso la Terra Santa. Attraverso *Porta Lecce* si esce dal centro storico e si raggiunge la strada provinciale; dopo alcune svolte finalmente si arriva in aperta campagna. Proseguendo verso sud si incontra un uliveto e due masserie (Baraccone e Campoperso) e si entra nella bellissima riserva orientata *Bosco Tramazzone - Cerano*. Superata un'area caratterizzata dalla macchia mediterranea si raggiunge *Masseria Maimè* e poi *Valesio*, un importante sito archeologico che conserva le mura messapiche e le terme di età romana. Percorrendo i tipici oliveti salentini, si conquista il centro abitato di **Torchiarolo**, meta della tappa.

📍 **Brindisi** +39 0831 229784

## Giorno 2



Lunghezza: 22 km

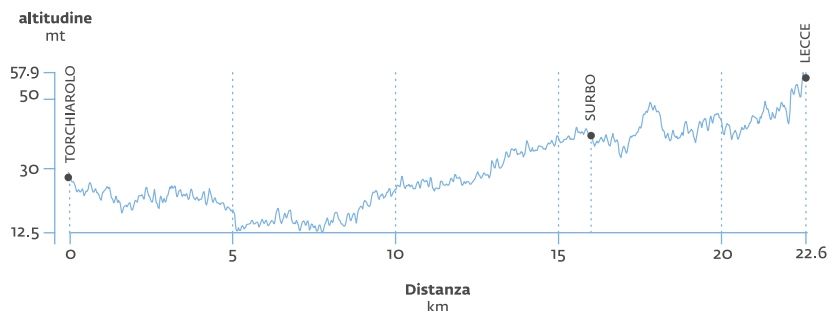


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Uscendo da **Torchiarolo** in direzione sud costeggiando il Cimitero, si supera la provinciale Squinzano-Casalabate e, dopo essere giunti a Masseria Patricelli attraverso una strada sterrata, si raggiunge Masseria Alcaini. Da qui, dopo aver attraversato un oliveto, si può ammirare la straordinaria Abbazia di Santa Maria delle Cerrate, un monumento di età medievale che conserva al suo interno un ciclo di affreschi con riferimenti al pellegrinaggio. Si giunge così a un parco eolico e poi a **Surbo**, centro abitato dal quale si esce tramite una pista ciclabile, dopo la quale vi è un centro commerciale. L'ingresso a **Lecce** avviene nell'area del Monastero degli Olivetani, all'interno del quale è presente la chiesa dei Santi Niccolò e Cataldo del secolo XI. La tappa si conclude in piazza Sant'Oronzo, caratterizzata dalla colonna su cui vi è la statua del Santo e dall'anfiteatro romano.

 [Lecce +39 0832 246517](tel:+390832246517) - [+39 0832 242099](tel:+390832242099)







## Giorno 3



Lunghezza: 30 km

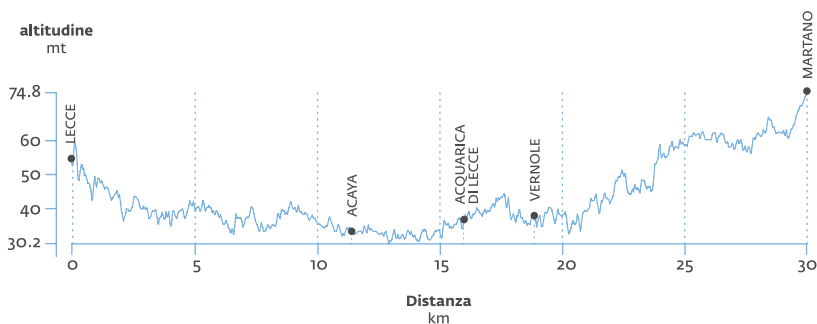


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 8.30 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Partendo da Piazza Sant'Oronzo a **Lecce** si procede in direzione del Castello Carlo V per poi arrivare in *via Merine*, centro urbano che si raggiunge dopo aver lasciato alle spalle la tangenziale tramite un ponte. Da Piazza Santa Maria Assunta si procede verso i Giardini di Athena e da lì si prosegue dritto verso **Acaya**, splendido borgo fortificato tardo medievale, che conserva ancora il suo castello. L'uscita dal centro, attraverso la chiesa di San Paolo, è contraddistinta da sentieri caratterizzati dalla presenza di muretti e costruzioni a secco che portano ad **Acquarica di Lecce**, centro che viene solo lambito dal percorso. Di qui si giunge, percorrendo una ciclabile, nella piazza di **Vernole**, al centro della quale si erge la colonna di Sant'Anna. Il tracciato prosegue sempre in direzione sud in una via mediana tra **Calimera** e **Melendugno** tra ulivi secolari e macchia mediterranea fino alla Masseria San Biagio. Il Cammino prosegue in questo paesaggio fino al Convento dei Padri Cistercensi dove è possibile ammirare la chiesa di Santa Maria della Consolazione, oltre la quale, giunti alla Chiesa della Madonnella si giunge alle porte di **Martano**, importante centro della Grecia Salentina.

## Giorno 4



Lunghezza: 29,7 km

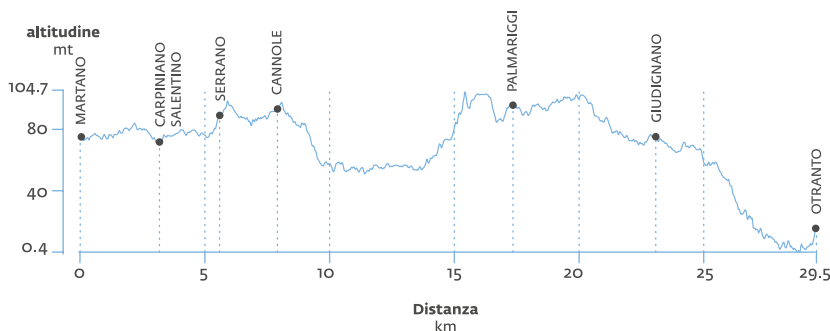


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 8.30 h

Difficoltà: ★★★★★



Da **Martano**, per raggiungere il centro di **Carpignano Salentino** è necessario tornare alla Chiesa della Madonnella e di qui, attraverso un percorso fatto di antiche carraie, affiancare il rudere della chiesa di San Cosma e raggiungere la città, dove imperdibile è la visita alla cripta di Santa Cristina. Di qui si cammina su un percorso cicloturistico fino ad arrivare a **Serrano** e poi a **Cannole**, si esce imboccando la *strada vicinale Scoppelle*, che ci conduce alla Masseria Torcito, immersa in una pineta. Sempre attraversando delle carraie, si guadagna l'uscita dal tratto boschivo e si prosegue con poche deviazioni fino al Santuario di Montevergine, importante luogo collegato ai pellegrinaggi, dal quale, attraverso una discesa, si giunge al centro di **Palmariggi**. Imboccando una ciclabile si svolta a sx sulla via vecchia per Giurdignano, giungendo in prossimità della Masseria Quattro Macine, un antico casale medievale abbandonato, dal quale si giunge in un'area in cui si possono apprezzare dolmen e menhir. Giunti a **Giurdignano**, e dopo aver visitato la chiesa Matrice di San Rocco, santo pellegrino, per uscire dal centro ci si incammina verso la chiesa del SS. Rosario. Da questo punto la via Francigena attraversa splendidi uliveti e una lecceta, per poi arrivare nel canalone della Valle dell'Idro, alla grotta di Sant'Angelo e da qui al centro di **Otranto** con la splendida Cattedrale e la chiesa bizantina dedicata a San Pietro.

**Otranto** +39 0836 801436



## Giorno 5



Lunghezza: 21,9 km

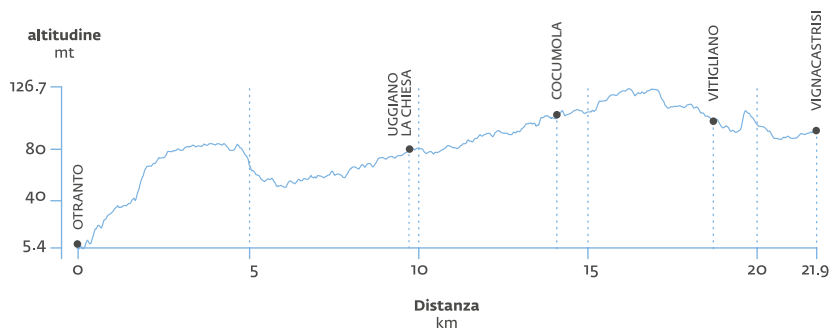


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Si riparte dal porto di **Otranto** e si raggiunge la Madonna dei Martiri; dopo una breve salita, si supera la SP e si giunge in uno dei luoghi più suggestivi del cammino, l'ex cava di Bauxite, con i suoi colori lunari. Attraverso una strada sterrata si arriva ai ruderi del Monastero di San Nicola di Càsole, fondato da Boemondo d'Altavilla e legato alla storia delle Crociate. Il tratturo prosegue e il pascolo lascia spazio agli ulivi fino ad arrivare al centro di **Uggiano la Chiesa** e alla sua chiesa Matrice dedicata a Maria Maddalena; l'uscita dal centro conduce alla chiesa di Santa Maria della Serra e di qui, proseguendo dritto, si arriva al centro di **Cocumola**, in cui la venerazione di San Nicola è particolarmente presente. Dopo aver ammirato il menhir della Croce si percorre un rettilineo immerso tra ulivi e pini e si giunge a **Vitigliano**, dove possiamo visitare la chiesa di San Michele Arcangelo. Si percorrono alcuni metri sulla SP per poi svoltare a sx su una strada rurale che costeggia una cava di pietra e proseguendo dritto si giunge al centro di **Vignacastri**, conclusione di questa tappa.

## Giorno 6



Lunghezza: 14,3 km

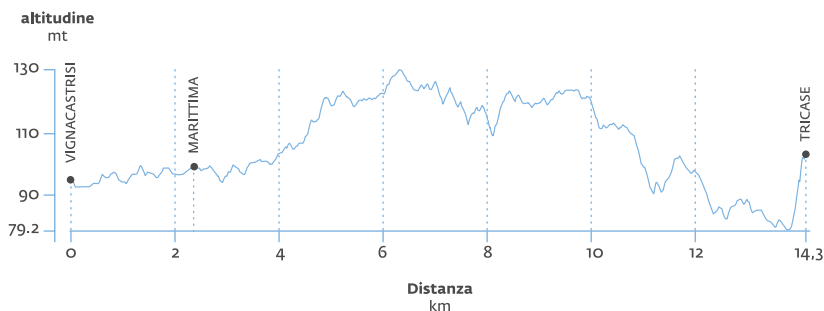


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 4.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Uscendo dal centro abitato di **Vignacastri** e superata la Cappella della Madonna di Costantinopoli, si prosegue dritto fino ad arrivare ad un'area di sosta, superata la quale, si entra nel centro di **Marittima**. Dopo una serie di bivi, a cui è necessario fare attenzione, si attraversa la SP e ci si dirige verso la chiesa della Madonna dell'Attarico. Proseguendo dritto e imboccando una sterrata si arriva in prossimità delle rovine della Torre del Sasso, che guarda verso il mare. Andando oltre, si incontra un bosco di eucalipti, di pini e querce vallonee, tipiche di quest'area. Si raggiunge, infine, un incrocio che indica il porto di Tricase, ma la Francigena punta verso il centro abitato, posizionato nell'entroterra. La tappa si conclude in Piazza Pisanelli di **Tricase**, riconoscibile grazie alla presenza del castello dei Principi Gallone.

📍 **Tricase** +39 0833 777237





## Giorno 7



Lunghezza: 17,5 km

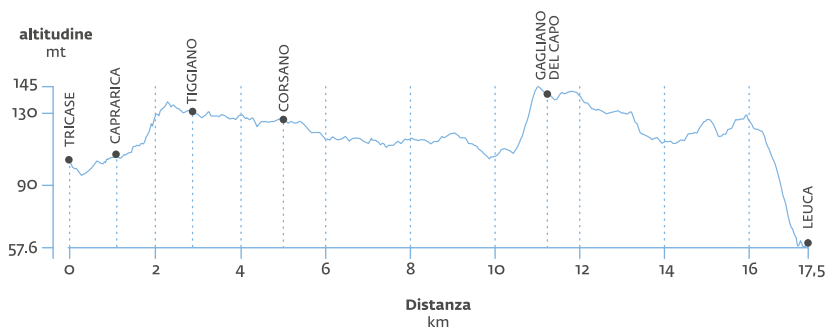


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Superato il Castello di **Caprarica** a Tricase si utilizza una sterrata che permette di superare la SP e raggiungere il centro di **Tiggiano** con il suo splendido Palazzo Baronale. In quest'area i centri abitati sono molti ravvicinati e si susseguono quasi senza soluzione di continuità, così dopo poco ci si ritrova a **Corsano**, in cui vale la pena visitare le chiese di San Biagio e Santa Sofia. Finalmente si ritorna in aperta campagna e in un paesaggio senz'altro dominato dai classici muretti a secco. Si supera la SP e, dopo una serie di bivi e un'area di sosta, si entra a **Gagliano del Capo**, con l'immancabile chiesa di San Rocco e il Convento di San Francesco di Paola. Attraverso una strada comunale pressoché dritta, fatta eccezione per pochissimi bivi, si giunge, attraversando la campagna, al Santuario di **Leuca**, ultima propaggine della penisola italiana nell'Adriatico, nota nell'antichità come *Finibus Terrae*. A vegliare sul pellegrino nel momento dell'ingresso alla piazza che guarda verso il mare, due angeli, segni di un viaggio che non è terminato, ma è appena cominciato...verso Gerusalemme.

📍 **Tiggiano** +39 0833 531651

**Castrignano del Capo - Santa Maria di Leuca** +39 0833 758111

## LA BISACCIA DEL PELLEGRINO

Pensate per essere un alimento durevole nel tempo, facili da trasportare, le **frise** hanno accompagnato nei secoli erranti per mari e terre. Anelli di pane biscottato, ottenuti dalla semi cottura di ciambelle di impasto, sfornate e tagliate trasversalmente al filo di ferro per poi essere infornate nuovamente ed asciugate nelle loro due parti. Così come crociati e marinai se ne trovavano in dispensa, gli odierni viandanti ne stivano negli zaini dopo essersene riforniti da veraci forni a legna lungo il cammino. Tanto tradizionali quanto pratiche per l'uso, ma attenzione a quanto vadano imbibite d'acqua, più che a come vadano arricchite, meno croccanti o morbide rispetto al desiderato possono aprire contenziosi. Meglio che ognuno si "sponzi" la sua, sotto una fontanella, in una bacinella o per i più rudi direttamente nell'acqua di mare. La prassi le vuole condite con il miglior olio d'oliva, pomodori e sale, per chi lo apprezza profumato origano. Ma spazio alla fantasia con i condimenti, di fatto la frisa non è altro che un buon pane la cui fragranza è stata cristallizzata nella sua indotta croccantezza. Di certo più difficili da insaccare in qualche tasca con la speranza che ne vengano fuori integri sono i **pasticciotti**, in genere se si è nelle terre salentine, il miglior modo per iniziare la giornata. Nient'altro, si far per dire, che una friabile barchetta di tenera pasta frolla ripiena di crema pasticceria. La ricerca è alla pasticceria o bar che li fa più fragranti, o avvincenti con le farciture di nuova generazione... crema al pistacchio o cioccolato, al limone, con una goccia di confettura o due o tre amarene. Sono il feticcio del turista che ne trova subito avvisaglie della loro tipicità da intercettare, ma anche e soprattutto il giusto rifornimento di energia per chi alle prime ore della mattina sta per intraprendere un lungo cammino.



# Il Cammino Materano

## Itinerario 5 - Via Peuceta



## VIA PEUCETA

“Io avevo bisogno di stare da solo,  
perché soltanto solo,  
sperduto, muto, a piedi,  
riesco a riconoscere le cose.”

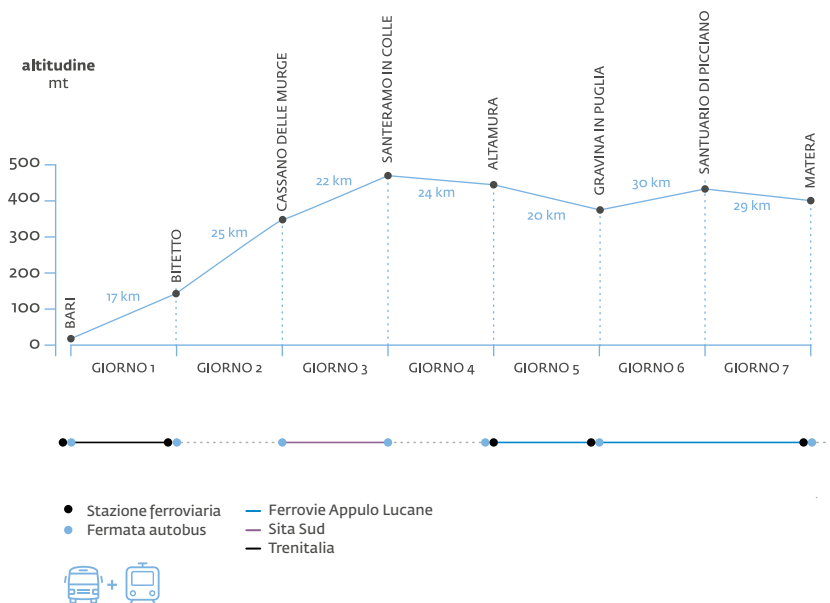
Pier Paolo Pasolini

### ● Da Bari a Matera



Lunghezza totale: 167 km

Difficoltà itinerario: ★★☆☆☆







*Itinerario 5*

# VIA PEUCETA

*Da Bari a Matera*

Un cammino dalla Basilica di San Nicola di Bari, luogo simbolo del pellegrinaggio in Puglia, e attraverso l'antico territorio della *Peucetia*: dalla lussureggiante foresta di ulivi che caratterizza la piana costiera, alle distese steppiche dell'altopiano murgiano, ai boschi di conifere e querceti, fino alle depressioni carsiche (lame e gravine) che costituiscono l'incantevole scenario rupestre in cui sorgono Gravina in Puglia e Matera. 170 km lungo i quali si scopre il ricchissimo patrimonio culturale apulo e lucano costituito non solo da cattedrali, borghi medievali, chiese rupestri, vestigia greche e romane, ma anche da masserie, trulli, muretti a secco, e da una straordinaria gastronomia fatta di sapori genuini che rimandano alla vera tradizione contadina.

Dopo aver lasciato alle spalle il mare e la Basilica di San Nicola, il viandante giunge nello stupendo centro medievale di Bitetto, nella cui piazza principale si innalza la cattedrale dedicata a San Michele, il cui portale è sorvegliato da due splendidi leoni: in uscita dal centro abitato vale la pena visitare la chiesa di Santa Maria la Veterana, i cui affreschi di età tardo medievale sapranno sorprendervi.



Attraversando le campagne si guadagna gradualmente quota e si giunge a Cassano delle Murge, terra ospitale, caratterizzata da un piccolo centro storico circondato da una vegetazione lussureggiante, fatta di boschi di roverelle, che vi accompagneranno fino a Santeramo in Colle, città di Sant'Erasmo, nota per l'allevamento dei cavalli murgesi. Siamo ormai nella Murgia: la tappa successiva attraversa la steppa pseudo-murgiana del Parco Nazionale dell'Alta Murgia e, percorrendo un'antica carraia medievale, raggiunge la città di Federico II: Altamura. Qui sarà facile perdersi nelle bellezze dei quartieri del centro storico, dove sorge la cattedrale di Santa Maria Assunta. Gravina in Puglia è l'ultimo centro pugliese che accoglie il viandante: il reticolo di piccole strade, affascinanti per l'imprevedibilità dell'architettura, vi condurranno prima sul maestoso acquedotto romano e poi sulla collina di Botromagno. Si entra in Basilicata: il santuario di Picciano e la diga di San Giuliano sono i prodomi dell'arrivo nella città dei Sassi.



## Giorno 1



Lunghezza: 17 km

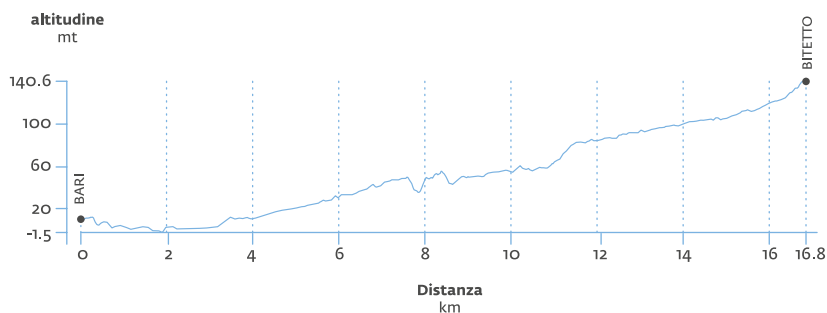


Terreno: asfalto



Durata: 5.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



La via Peuceta ha inizio dalla Basilica di San Nicola di **Bari**, luogo simbolo del pellegrinaggio in Puglia: eretta tra il 1087, anno della traslazione delle reliquie del santo di Myra, e il 1197, la Basilica divenne, in poco più di un secolo, uno dei più importanti santuari della cristianità e una delle principali mete di pellegrinaggio tra Roma e Gerusalemme. Sulla piazza antistante la Basilica si apre un arco angioino attraversando il quale ci si ritrova immersi nel “formicaio ebbro di vitalità” (Italo Calvino) della città vecchia: un labirinto di stretti vicoli in cui si agita frenetica un’umanità variopinta che conserva nei volti, nel linguaggio e nei riti, la traccia dei tanti apporti culturali della storia passata, delle tante genti d’Oriente e d’Occidente transitate nel corso dei secoli. Superata la Cattedrale di San Sabino e il Castello Normanno Svevo, si imbecca Corso Vittorio Emanuele II, vero e proprio spartiacque tra la città vecchia e l’elegante quartiere murattiano che si attraversa percorrendo la sua arteria più commerciale, via Sparano. In pochi chilometri si guadagna l’uscita dal centro città e ci si immette sull’antica strada medievale che collegava Bari a Bitetto; il Medioevo impreziosisce il percorso con due gioielli di rara bellezza: il casale fortificato di **Balsignano** e l’incantevole chiesa di San Felice. L’ingresso al borgo di **Bitetto** avviene da Porta Barese, unica porta medievale sopravvissuta.

📍 **Bari** +39 080 5242244

## Giorno 2



Lunghezza: 25 km

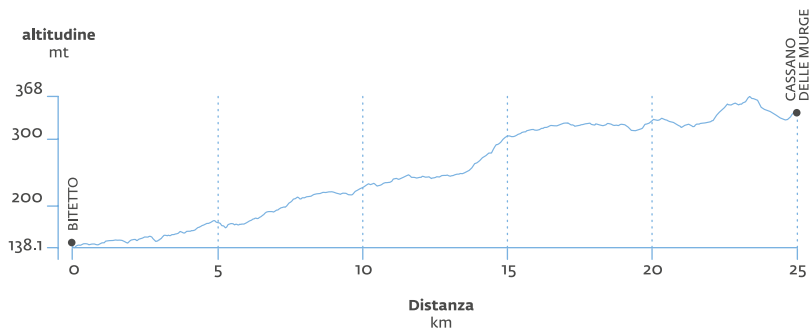


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 7.00 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Si parte dalla suggestiva cattedrale romanica dedicata a San Michele Arcangelo a **Bitetto** ed eretta tra la fine dell'XI e l'inizio del XII sec. sul modello della Basilica di San Nicola di Bari. Dopo circa 1 km si penetra nella lussureggiante foresta di ulivi che caratterizza la Terra di Bari, vero simbolo della Puglia: questi monumenti viventi della civiltà mediterranea, delle cui origini sopravvivono alcuni maestosi testimoni (esemplari millenari), costituiscono un patrimonio culturale inestimabile e un'importantissima risorsa economica. Uliveti, mandorleti e vigneti tingono le vaste distese della piana nelle quali sorgono antiche masserie, trulli e muretti a secco che testimoniano l'antica vocazione agricola di questo territorio. È questo il paesaggio che accompagna il viandante per i successivi 20 km, durante i quali si assiste ad una progressiva salita verso l'altopiano delle Murge il cui gradone roccioso si staglia nettamente all'orizzonte negli ultimi chilometri della tappa, che si conclude nel centro storico di **Cassano delle Murge** (prima dell'ingresso in paese si consiglia la visita del Santuario di Santa Maria degli Angeli).

 [Cassano delle Murge +39 080 321606](tel:+39080321606) - [+39 080 321607](tel:+39080321607)





## Giorno 3



Lunghezza: 22 km

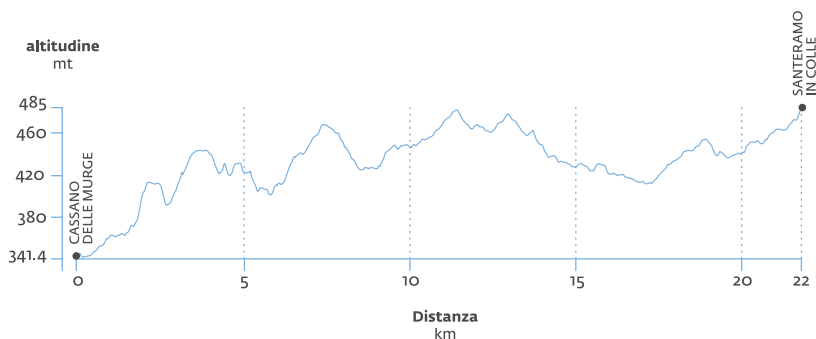


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



La tappa ha inizio dal centro storico di **Cassano delle Murge** per poi svolgersi prevalentemente all'interno del Bosco di Mesola che ha un elevato valore vegetazionale per la presenza di esemplari arborei notevoli come la roverella, il fragno, il leccio, le fustaie di Pino d'Aleppo e degli arbusti tipici della macchia mediterranea come il lentisco, la ginestra, il cisto marittimo, la quercia spinosa, il corbezzolo, il mirto, il biancospino, il pruno spinoso. Lungo il cammino si susseguono tutti gli scenari tipici del paesaggio murgiano: creste rocciose, cavità carsiche, dolci pendii, doline e lame, campi di grano e brulli pascoli. Un luogo dove l'azione della natura si mescola e convive con quella millenaria dell'uomo che ne ha plasmato e alterato le forme. Si giunge a **Santeramo in Colle** attraverso la Pineta Galietti che prende il nome dalla masseria settecentesca che sorge al suo interno.

## Giorno 4



Lunghezza: 24 km

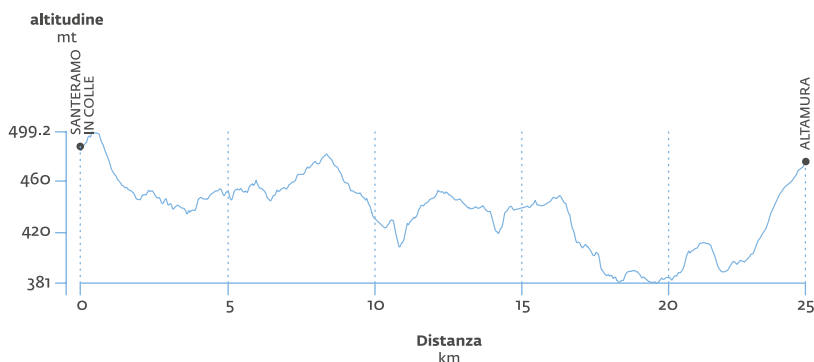


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 7.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si parte dal centro storico di **Santeramo in Colle** ed attraverso una serie di contrade si penetra lentamente nel cuore dell'Alta Murgia, una delle più importanti aree steppiche d'Italia per la presenza di vari endemismi floristici e di una delle maggiori popolazioni di avifauna delle steppe. Le steppe a graminacee, particolarmente diffusa è una *Stipa* chiamata comunemente "lino delle fate", arricchite dalla presenza di licheni, muschi e orchidee selvatiche, conferiscono al paesaggio un aspetto quasi lunare. Lungo il cammino, a circa 6 km da Santeramo, si incontra il complesso di **Grotta Sant'Angelo** (attualmente in fase di ristrutturazione), un luogo di culto micaelico fra i più importanti dell'antica Apulia, secondo solo al grande centro di pellegrinaggio garganico. Dopo un breve tratto percorso lungo l'alveo di una gravinella, si risale l'altopiano che, a partire dal sito rupestre di **Fornello** (nei pressi del quale si cammina lungo l'antica carraia medievale), digrada dolcemente verso la città federiciana di **Altamura**, punto d'arrivo della tappa.





## Giorno 5



Lunghezza: 20 km

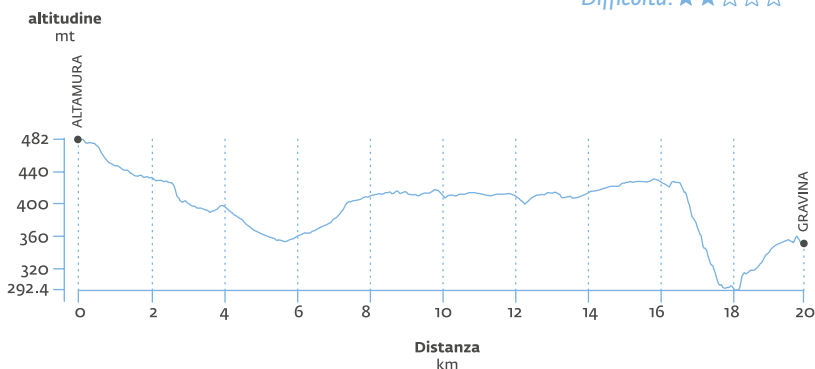


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 6.00 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Si parte dalla maestosa cattedrale di Santa Maria Assunta costruita nel 1232 per volere di Federico II di Svevia secondo i canoni dell'architettura romanica del tempo e il cui impianto originario ha subito nei secoli importanti modifiche. Si attraversa l'incantevole centro storico di **Altamura** costituito da un dedalo di stretti vicoli e piazzette, denominate "claustrì", all'interno del quale si percepisce costantemente il piacevole profumo del pane cotto in antichi forni di pietra: è il famoso pane di Altamura, realizzato con semola di grano duro dell'Alta Murgia, e rinomato fin dal Medioevo. Superata la città, tra la Murgia e la Fossa Bradanica, il paesaggio si estende a perdita d'occhio su vaste distese coltivate a grano e seminativi (lupino, cicerchia, avena). Si giunge a **Gravina in Puglia** attraverso una piccola macchia di bosco e una strada lastricata che conduce alle porte della città.

## Giorno 6



Lunghezza: 30 km



Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 8.30 h

Difficoltà: ★★★★★



Si parte dalla cattedrale di Santa Maria Assunta, costruita nel 1095 dai Normanni a strapiombo sulla gravina e ci si lascia la città alle spalle attraversando l'affascinante ponte dell'acquedotto in pietra, risalente al '700, che collega scenograficamente le due sponde del burrone e che permette di raggiungere il pianoro della Madonna della Stella, da dove è possibile godere di una notevole vista della città di **Gravina** e del suo *habitat* rupestre. Una stradina acciottolata conduce alla collina di **Botromagno**, luogo del primo insediamento antropico, risalente all'età Neolitica, nell'area di Gravina; su questa collina sorse successivamente Sidion, una delle più importanti città della Peucezia, della quale permangono numerose testimonianze archeologiche. La discesa dalla collina di Botromagno offre uno dei panorami più suggestivi dell'Alta Murgia; dopo pochi chilometri inizia una nuova, ma lieve salita verso la collina su cui si estende il Bosco Difesa Grande che costituisce uno dei più estesi e ricchi complessi boscati dell'intera Puglia. Il Cammino attraversa interamente il bosco, i cui sentieri, che si percorrono per circa 10 km, sfociano infine sulla Fossa Bradanica, un vasto paesaggio di dolci colline caratterizzate da suoli alluvionali profondi e argillosi. Si attraversano le ampie distese intensamente coltivate che si presentano tra maggio e giugno di un giallo splendente, dopodiché ha inizio l'ultima salita verso la collina di **Picciano**, sulla cui sommità sorge il santuario benedettino che costituisce la meta della tappa.





## Giorno 7



Lunghezza: 29 km

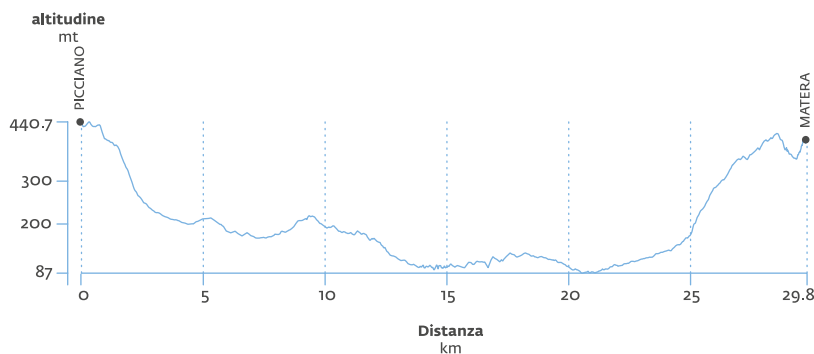


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 8.00 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Si parte dal santuario benedettino di **Picciano** da dove ha inizio una lenta discesa verso l'ampia piana tufacea in cui sorge **Matera**. La straordinaria bellezza e unicità dell'*habitat* rupestre si svela lentamente agli occhi del viandante: si scoprono pian piano i dirupi e le grotte sulle cui pareti l'uomo ha lasciato le tracce della sua continua presenza dalla preistoria fino ai nostri giorni. Il percorso lambisce la Riserva Naturale di **San Giuliano**, una delle più importanti zone umide della Basilicata. L'ingresso a Matera avviene dal Rione Casalnuovo da dove si raggiunge direttamente l'incantevole zona dei Sassi. Il Cammino termina alla Cattedrale della Madonna della Bruna.

## LA BISACCIA DEL PELLEGRINO

Cosa si può chiedere al termine di una lunga traversata a piedi fra campi coltivati a grano e vigneti se non dell'ottimo pane accompagnato con del nettare d'uva? Tre sono i principi dell'Alta Murgia, i **pani di Altamura, Laterza e Santeramo**. A renderli cugini il lievito madre, quello che un tempo si barattava fra famiglie nei vicoli di paese come una fonte di vita. Rigorosamente cotti con legna di quercia principalmente, ma anche di ulivo, pur se tutti fortemente caratteristici nel gusto e consistenza sono accomunati dagli stessi ingredienti con la sola differenza delle farine di grano duro o tenero e del loro mix, si aggiunge acqua, l'aria profumata dalla Murgia, volontà e tanta dedizione. A distinguerli la forma, accavallato (*u sckuanète* in dialetto) e a cappello di prete il DOP altamurano, a Laterza la tradizione prevede una ciabattone mentre a Santeramo una nodosa treccia o un panetto unico. Pensati per durare a casa, conservati sotto di un canovaccio o nelle bisacce dei transumanti, sono tutti perfetti da abbinare alla produzione casearia autoctona, ma il matrimonio delle radici è con il vino, il **Gioia del Colle Primitivo** DOC. Il Primitivo, originario della Puglia centrale, nell'**altopiano della Murgia**, fu qui introdotto nell'anno mille da alcuni monaci che lo chiamarono *Primitivus*, per la sua precocità nella maturazione. Questo vitigno ha trovato condizioni pedoclimatiche favorevoli, con altitudini medie di 200 mt sul livello del mare, temperature fresche, ventilazione secca da Nord verso Sud, con minore residuo zuccherino. Inoltre i terreni carsici, coperti dalla pietra bianca affiorante della Murgia, riflettono i raggi del sole, amplificando l'esposizione, ma al contempo mantenendo fresche le radici delle viti. In calice lacrima il vetro della sfumatura più violacea del rosso. Tanto morbido e vellutato da ammansire qualsiasi fatica da cammino, tanto avvolgente e fruttato, soprattutto nella sua declinazione...., da lenire ogni dolore da scarpinata. Per chi fa tappa a **Santeramo** non si può fare a meno di gustare della **carne al Fornello** proveniente dai numerosi allevamenti locali e cotta direttamente nelle tipiche macellerie con spazio degustazione e fornello.

# Il Cammino Materano

## Itinerario 6 - Via Ellenica



## VIA ELLENICA

“Troverai più nei boschi che nei libri.  
Gli alberi e le rocce ti insegneranno cose  
che nessun maestro ti dirà.”

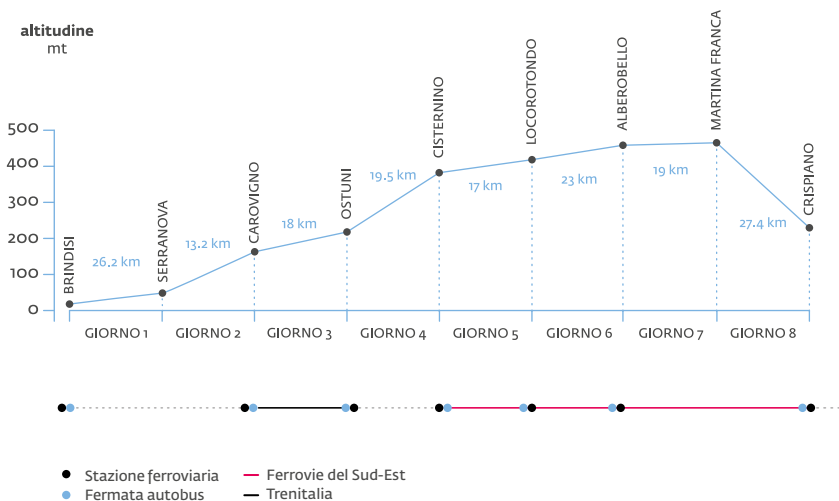
Bernardo di Chiaravalle

### ● Da Brindisi a Crispiano



Lunghezza totale: 163,3 km

Difficoltà itinerario: ★★☆☆☆☆





Itinerario 6

# VIA ELLENICA

Da Brindisi a Crispiano

*"Apulia, cujus metropolis est Brundiston, per istam navigatur in terram sanctam"* recita la didascalia del mappamondo di *Hyggeden* del 1360, a testimonianza della millenaria importanza di questa città come principale porto d'imbarco verso l'Oriente e la Terra Santa. Alla Porta d'Oriente i pellegrini giungevano attraverso la via Appia-Traiana che proprio a Brindisi si concludeva. Dalla colonna terminale della *Regina Viarum* ha inizio un affascinante cammino che collega due **siti Unesco** (*Sassi di Matera* e *Trulli di Alberobello*), gli incantevoli borghi della *Valle d'Itria* e il paradiso naturalistico del *Parco delle Gravine*, straordinario museo a cielo aperto della civiltà rupestre.

Anche in questo caso, lasciando alle spalle il mare, si punta verso l'interno del Mezzogiorno d'Italia. **Serranova, Carovigno, Ostuni**, la città bianca che guarda anche alla via Traiana, introducono alla ben nota **Valle d'Itria**, la cui campagna ordinata puntellata dai trulli, dalle masserie e dagli orti regala al viaggiatore un senso di fiaba. **Cisternino, Locorotondo, Alberobello**, con i loro caratteristici centri storici di origine rurale, assicurano un riposo sereno ed esperienze indimenticabili. La nobile **Martina Franca**, con l'eleganza delle linee dei suoi edifici di età moderna, informa che il sogno non è finito, ma sta semplicemente cambiando: i chilometri del Bosco delle Pianelle, con le sue varietà vegetali, accompagnano l'ingresso a **Crispiano**, vera e propria porta della Terra delle Gravine. Qui il pellegrino che ha già percorso 100 km potrà ritirare lo *Xenium*, la *chartula* di metà cammino.



## Giorno 1



Lunghezza: 26,2 km

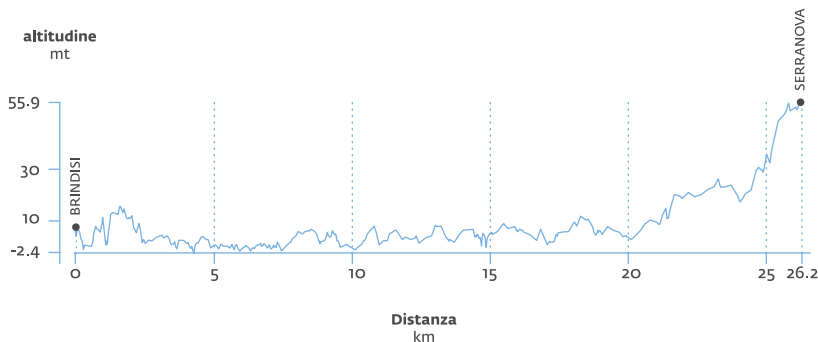


Terreno: asfalto



Durata: 7.30 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



La via Ellenica del Cammino Materano parte da **Brindisi**, punto storico d'imbarco per la Terra Santa. Dalla colonna che segnalava la fine della via Appia, il viandante raggiunge l'altro lato del Golfo mediante una simpatica barchetta che attracca al rione Casale. Di qui inizia il suo viaggio a piedi, che lo porterà, passando dalla chiesa medievale di Santa Maria (luogo in cui si celebrò un noto processo ai templari nel 1310) ad attraversare la costa Adriatica per una decina di chilometri in direzione nord, in un tratto coincidente con la via Traiana – Francigena. Prima di giungere nella riserva naturale di **Torre Guaceto**, la via Ellenica diverge e, dopo aver attraversato la **SS16bis** mediante un cavalcavia, si dirige verso sud-ovest attraverso una strada bianca caratterizzata da ulivi e fichi d'india. Il viandante, così, giunge a **Serranova**, piccolo borgo rurale creato durante la riforma agraria: imperdibile la sosta al market di Tonino, *genius loci* della prima tappa.

📍 **Brindisi** +39 0831 229784

## Giorno 2



Lunghezza: 13,2 km

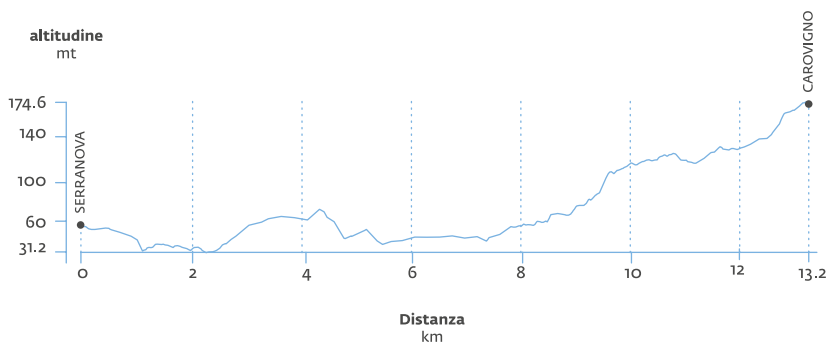


Terreno: asfalto



Durata: 4.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Superato il castello di **Serranova** (privato), si svolta a sx e ci si immerge immediatamente in una pista ciclabile delimitata dai classici muretti a secco pugliesi. Intorno, una distesa di ulivi secolari dai corpi annodati, fichi d'india e qualche villetta isolata. Il viandante potrà perdersi nel silenzio di queste campagne e, nelle giornate di maestrale, approfittare della frescura dell'Adriatico, distante solo pochi chilometri. Attraverso un sentiero di eucalipti e di bassa macchia mediterranea fiorita, il pellegrino, dopo solo una decina di chilometri, inizia a intravedere l'abitato di **Carovigno**, con il suo caratteristico centro storico dominato dal Castello Dentice di Frasso.





### Giorno 3



Lunghezza: 18 km

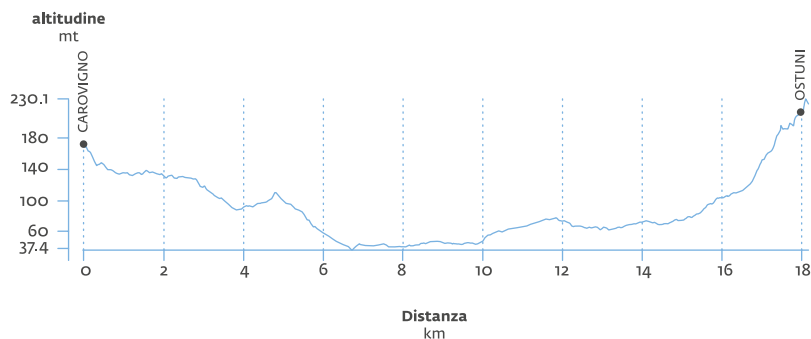


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



In questa tappa si attraversa la *Piana degli ulivi* secolari nella quale si concentrano gli esemplari più antichi di tutta la Puglia: un luogo sacro della civiltà mediterranea, delle cui origini restano questi colossali testimoni, patriarchi vegetali e maestosi monumenti viventi che accompagnano il viandante per l'intera tappa fino alla "città bianca" di **Ostuni**, splendidamente arroccata su un'alta collina, da cui si ammira un magnifico panorama che spazia su un vastissimo paesaggio che arriva fino al mare. Nel cuore del centro storico due sono gli incontri che ogni viandante non deve mancare: quello con la Donna di Ostuni, i resti di una madre del Paleolitico, e quello con Tonino Zurlo, artigiano del legno d'ulivo e cantastorie che dalla terra e dalla natura trae ed estrae incantevoli manufatti, testi e melodie.

**Ostuni +39 0831 339627**



## Giorno 4



Lunghezza: 19,5 km

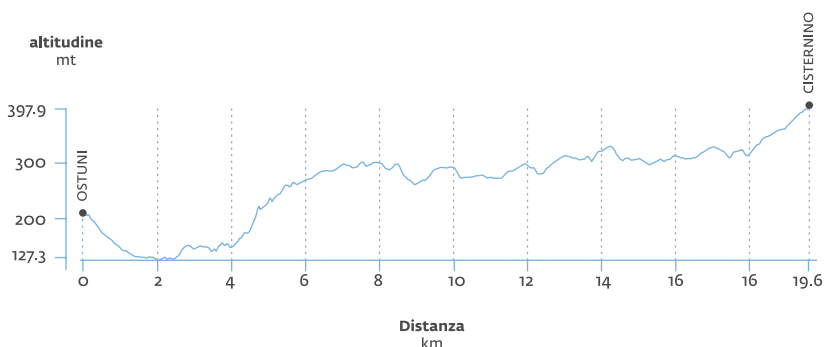


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5,30 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Si lascia la “città bianca” passando dal Parco archeologico di **Santa Maria di Agnano**, luogo di ritrovamento della Donna di Ostuni; attraverso una serie di sentieri si abbandona progressivamente la foresta di ulivi che caratterizza la piana costiera e dopo aver scalato il gradone murgiano ci si inoltra nel paesaggio tipico della Valle d'Itria, i cui tratti salienti sono la sopravvivenza di tratturelli, macchie di bosco e la massiccia diffusione di piccoli appezzamenti coltivati, delimitati dai caratteristici muretti a secco che l'**Unesco** ha dichiarato **Patrimonio dell'Umanità**; all'interno degli appezzamenti sorgono i famosi trulli, tipiche costruzioni rurali coniche in pietra calcarea a secco e mirabili espressioni dell'anima contadina della Puglia. Silenziose contrade conducono il viandante fino a **Cisternino**.

 [Cisternino +39 080 4446751](tel:+390804446751)





## Giorno 5



Lunghezza: 17 km

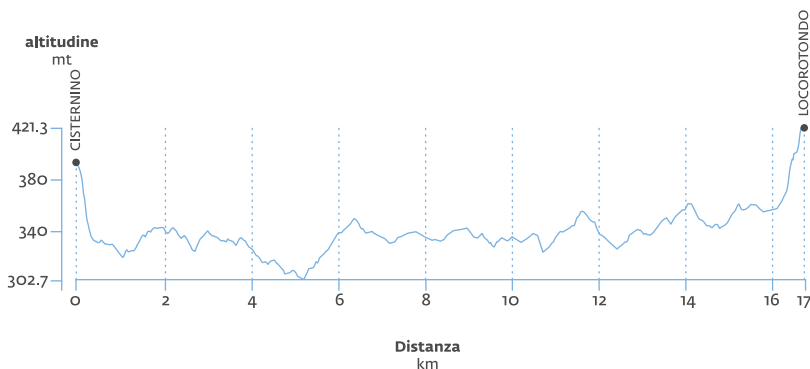


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si parte da **Cisternino** definita da Hidenobu Jinnai "un grande capolavoro di architettura senza architetti"; un insieme architettonico di stradine, slarghi e casupole formatosi nel corso dei secoli e che conserva inalterato il suo fascino rurale ed antico. Si percorrono stradine di campagna e sentieri che si snodano tra muretti a secco e trulli; a circa metà tappa ci si immette sullo sterrato dell'Acquedotto Pugliese: la più grande opera d'ingegneria idraulica d'Europa possiede, infatti, delle strade di servizio percorribili per lunghi tratti. Su questo sentiero si trova, inoltre, la singolarissima oasi spirituale dell'Ashram di *Bhole Baba*, dove la sosta è d'obbligo. Dopo alcuni chilometri il viandante giunge ai piedi del borgo di **Locorotondo**, magnifica perla adagiata su una collina terrazzata con vigne autoctone.

## Giorno 6



Lunghezza: 23 km

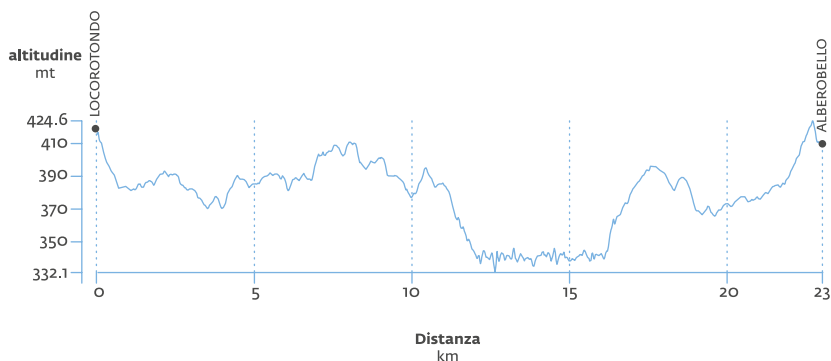


Terreno: asfalto



Durata: 6.30 h

Difficoltà: ★★★★★



Si parte da **Locorotondo** (*Locus rotundus*), luogo della bellezza circolare, il cui centro storico custodisce i caratteristici edifici a *cummersè*, con i tetti spioventi ricoperti di chiancarelle (lastre calcaree simili a quelle usate per i trulli). Nella prima metà della tappa si percorrono contrade e sentieri costellati di trulli, autentici capolavori architettonici che qui creano un paesaggio unico al mondo, arcaico e incantato. Imboccando il cosiddetto *Canale di Pirro* il paesaggio muta profondamente: un lungo sentiero dell'Acquedotto Pugliese, che si snoda sul ciglio di una imponente e spettacolare dolina, attraversa un'oasi naturalistica all'interno della quale sopravvivono antiche macchie di edificen. Superata la frazione di **Coreggia** il viandante giunge infine ad **Alberobello** conosciuta come "la città dei trulli" (**Patrimonio Unesco**) poiché il suo borgo è interamente costituito da questi magnifici edifici.





## Giorno 7



Lunghezza: 19 km

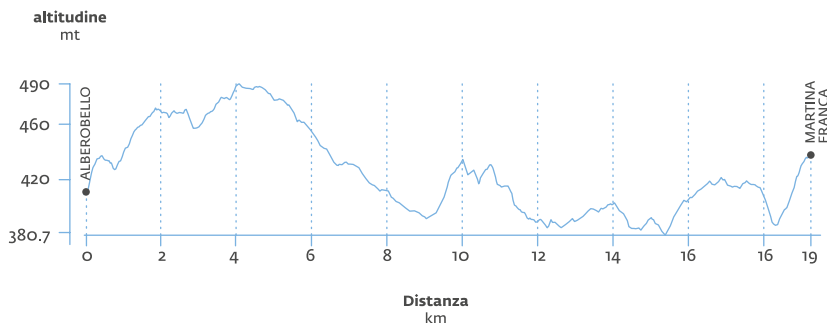


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5.30 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si lascia **Alberobello** percorrendo i sentieri del Bosco Selva, residua testimonianza di un più esteso bosco di querce che anticamente ricopriva una larga parte di questo territorio. Il manto boschivo è formato principalmente da alberi di fragno, leccio e roverella (elementi tipici all'interno del paesaggio pugliese), ma vi crescono anche numerosi arbusti tra i quali corbezzoli, lentischi e le berrette del prete. Superato il bosco, il percorso si snoda tra sentieri e stradine incorniciati da muretti a secco e immersi nel tipico paesaggio agrario costituito da campi di grano, uliveti e vigneti, agriturismi e masserie. La tappa si conclude a **Martina Franca**, perla barocca della Valle d'Itria.

📍 **Martina Franca** +39 080 416554

## Giorno 8



Lunghezza: 27,4 km

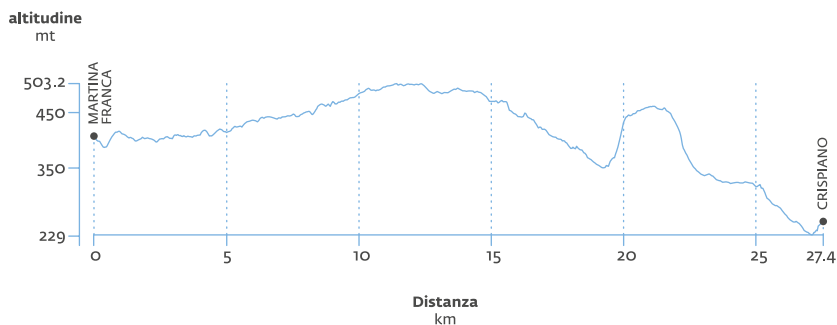


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 8.00 h

Difficoltà: ★★★★★



La tappa si svolge in gran parte lungo sentieri che attraversano aree boscate. La prima di queste è la Riserva naturale orientata *Murge Orientali*; il cammino costeggia la Masseria Galeone, scuola di equitazione del CFS, centro di allevamento del cavallo murgese e sede del Museo dedicato a questa splendida razza autoctona. La seconda è il *Bosco delle Pianelle*, uno dei più importanti ed estesi polmoni verdi della Puglia; il bosco sorge all'interno di una grande dolina carsica (Gravina del Vuolo) e la sua flora dominante è costituita da una lecceta con esemplari di dimensioni straordinarie, notevoli al punto che l'illustre botanico Valerio Giacomini li ha definiti "tra i più belli d'Italia". La tappa termina a **Crispiano**, città delle cento masserie, nonché spartiacque tra la Valle d'Itria e la Terra delle Gravine.

 [Crispiano +39 335 8202970](tel:+393358202970)



Rubicondo, dalla polpa carnosa racchiusa sotto una fine buccia. Ricco di semi dal sapore naturalmente salmastro, inconfondibile dalla sua forma ovale con pizzo. È il **pomodoro fiaschetto**, nulla di meglio per condire una buona fetta di pane casereccio alla fine di un cammino fra trulli e floridi uliveti. Un ecotipo, una cultivar, caratteristica delle terre fra Carovigno e Brindisi. Dimenticato negli anni dalle invasioni del San Marzano, più facile da raccogliere e redditizio nella produzione di salsa, ora tornato in auge, protetto e valorizzato. A preservare la sua dolcezza e succosità Slow Food con un Presidio ed in particolar modo la Comunità del cibo biologico della Riserva di Torre Guaceto. Scusa o leggenda vuole che per le gambe stanche da itinerario culturale il rimedio più idoneo sia un sorso, preferibilmente duo e tre, di buon vino. Se si è dalle parti della Valle D'Itria è difficile non farsi ammaliare da un bel calice brinato di **vino Locorotondo DOC**. Originario del suo omonimo paese, oltre che dei territori di Cisternino e Fasano è il frutto della lavorazione di verdea, bianco di Alessano, minutolo e malvasia per un tono organolettico in più. Vitigni per lo più coltivati a spalliera bassa tra i 300 e 400 mt sul livello del mare con le radici affondate in terreni calcarei ed argillosi. Asciutto al palato, ma morbido e fruttato, all'iride verdolino, brillante. Nell'area della via Ellenica però c'è un altro profumo che pervade gli animi dei camminatori. Con il bicchiere sul desco a far ossigenare il vino bianco, pane e pomodoro in una mano, idillio per completare e sostanziare una merenda contadina non si può non assaggiare una fetta di **Capocollo di Martina Franca IGP**. Frutto dell'arte norcina martinese, bassa salagione, affumicatura e stagionatura per saper, nella sua armoniosa marezzatura, di dolce, di vincotto e concia, di legno insieme a fumo. Prodotto da suini allevati allo stato brado, in territori ricchi di boschi di quercia e macchia mediterranea, tipicità dal VIII secolo, non poteva che essere insignito della IGP, anch'esso come il fiaschetto presidiato da Slow food e vidimato dal suo Consorzio. Se tutto questo può essere il premio a cui ambire al termine di una lunga serie di passi a marcare i tratturi della Puglia, gambe in spalla!

# Il Cammino Materano

## Itinerario 7 - Via Ellenica



# VIA ELLENICA

“Viaggiatore non c'è sentiero,  
il sentiero si fa mentre cammini.”

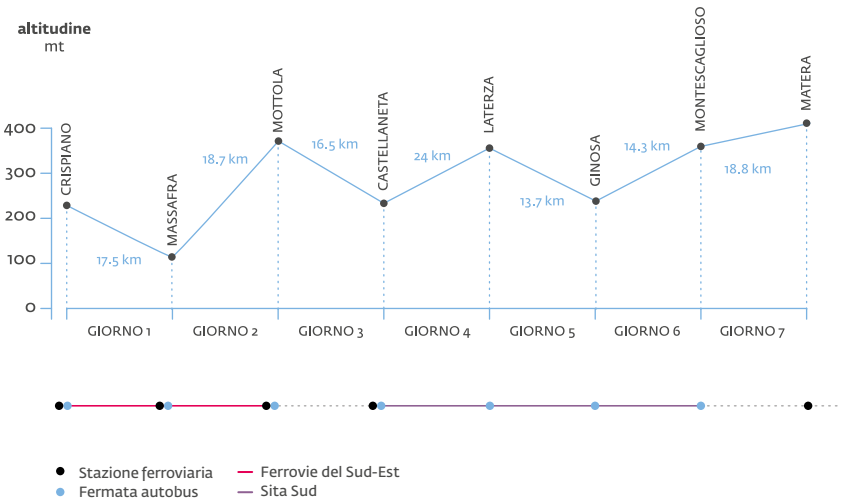
Antonio Machado Ruiz

## ● Da Crispiano a Matera



Lunghezza totale: 123,5 km

Difficoltà itinerario: ★★☆☆☆





A scenic view of a valley with a river, a stone tower, and a forested hillside. The foreground shows a stone wall and a stone tower with a conical roof. The middle ground features a river winding through a lush green valley. The background is a dense forest of trees on a hillside. Two utility poles are visible on the left and right sides of the image.

*Itinerario 7*

# VIA ELLENICA

*Da Crispiano a Matera*

L'itinerario prende le mosse da Crispiano, vera e propria porta della Terra delle Gravine. *L'habitat* rupestre da ora in poi la farà da padrone: **Massafra, Mottola, Palagianello, Castellaneta, Laterza, Ginosa** ricorderanno al pellegrino un medioevo dimenticato, fatto di case e chiese ipogee, di strade sterrate e di ponti che si affacciano su canyon con paesaggi naturalistici che ammaliano. Superato il confine apulo si giunge a **Montescaglioso**: dall'alto della sua posizione **Matera** è a un solo giorno di cammino.



## Giorno 1



Lunghezza: 17,5 km

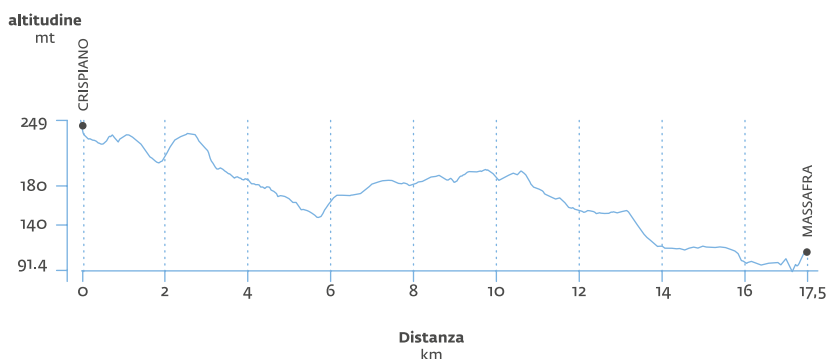


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Da **Crispiano** il viandante si inoltra lentamente nella Terra delle Gravine, una delle più importanti aree naturalistiche d'Europa, costituita da imponenti *canyon* carsici disposti a ventaglio intorno all'arco ionico del Golfo di Taranto. Si lascia Crispiano camminando per alcuni chilometri proprio all'interno di una piccola gravina (di *Triglie*), percorrendo un sentiero che corre nell'alveo, tra la fitta vegetazione tipica della macchia mediterranea e le tracce di insediamenti rupestri (un villaggio composto da numerose case-grotta e due chiese, di San Cipriano e San Michele). Il cammino prosegue verso Masseria Amastuola, un'antica masseria del 1400 circondata da un incantevole vigneto-giardino disegnato dal noto architetto, paesaggista e filosofo Fernando Caruncho; la tappa termina a **Massafra**.

📍 [Massafra +39 099 8804695](tel:+390998804695)

## Giorno 2



Lunghezza: 18,7 km

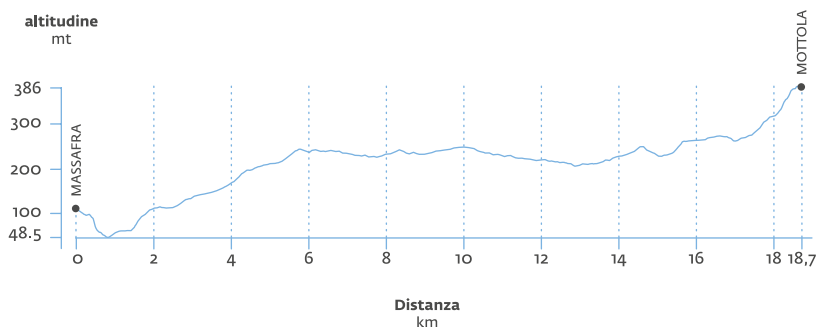


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 8.30 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si parte da **Massafra**, una delle capitali del rupestre italiano, tanto da essere soprannominata "Tebaide d'Italia"; la città sorge infatti tra due gravine (di *San Marco* e della *Madonna della Scala*) costellate di grotte e ambienti ipogei che conservano straordinarie testimonianze della vita che l'uomo vi ha condotto per millenni. Un lungo sentiero che si snoda tra ulivi secolari consente di lasciare la città ed inoltrarsi nella silenziosa campagna in cui si alternano campi coltivati e macchia mediterranea. La tappa si conclude a **Mottola**, detta la Spia dello Jonio: dall'alto del suo colle la vista spazia dal Golfo di Taranto fino alla Sila. Alle pendici del colle il viandante incontra sulla sua strada la Chiesa rupestre di San Gregorio che conserva alcuni affreschi, tra cui un maestoso Cristo pantocratore.





### Giorno 3



Lunghezza: 16,5 km

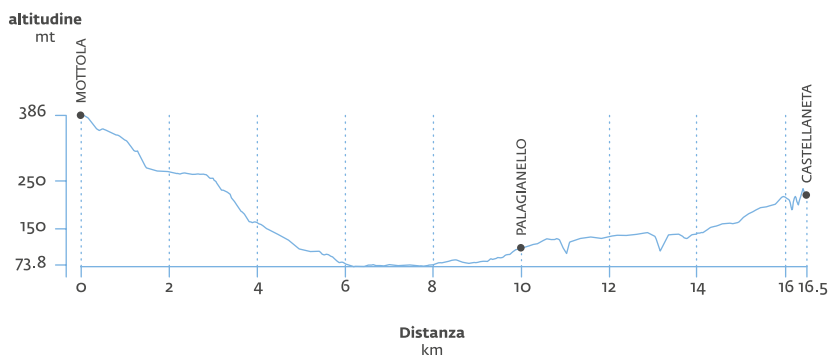


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Si scende dal colle su cui sorge **Mottola** attraverso un antico tratturo che conduce verso una zona ricchissima di insediamenti rupestri, tra cui il villaggio di **Casalrotto** (composto da un centinaio di grotte scavate lungo le due fiancate dell'omonima gravina) e la **chiesa di Sant'Angelo**, l'unica chiesa rupestre d'Italia ad essere disposta su due piani di calpestio. Dopo alcuni chilometri il viandante incontra sul suo cammino un'altra chiesa rupestre, quella di San Nicola, stupefacente pinacoteca dell'arte sacra popolare pugliese del Medioevo. Si prosegue in direzione di **Palagianello** per arrivare infine a **Castellaneta**: entrambe le città sorgono a ridosso di imponenti gravine; quella di Castellaneta, profonda nel suo punto massimo 145 m e larga fino a circa 300 m, è una delle più grandi e spettacolari della Puglia.

 **Castellaneta** +39 099 8497278

## Giorno 4



Lunghezza: 24 km

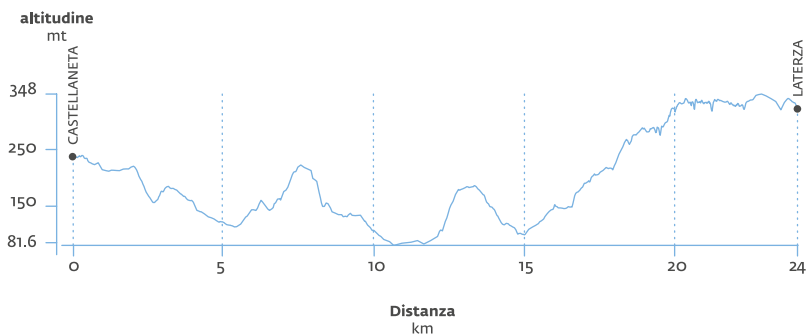


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 7.00 h

Difficoltà: ★☆☆☆☆



Da **Castellaneta** ha inizio la tappa più lunga del cammino. Una serie di stradine e sentieri conducono verso la riserva naturale di Montecamplo, dove dominano fragni, roverelle, querce spinose, lecci e pini d'Aleppo; la fitta macchia e le numerose masserie divennero nell'800 rifugio dei briganti. Il cammino si inoltra in aree incontaminate, ricoperte di ulivi e arbusti di macchia mediterranea per poi imboccare uno straordinario sentiero che corre per diversi chilometri lungo il ciglio della gravina di **Laterza**: è questo uno dei canyon più grandi d'Europa con pareti alte più di 200 mt; un autentico paradiso naturalistico che rivela ad ogni passo paesaggi e panorami mozzafiato. Superata l'Oasi Lipu si giunge dopo breve a **Laterza**, città della maiolica e del pane.

📍 [Laterza +39 099 8296793](tel:+390998296793) - [+39 333 5726138](tel:+393335726138)





## Giorno 5



Lunghezza: 13,7 km



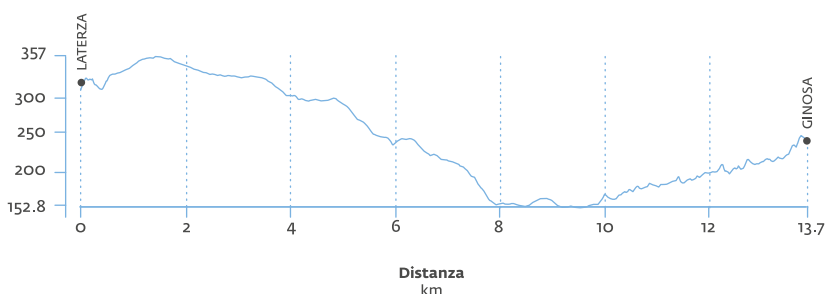
Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 4.00 h

Difficoltà: ★★★★★

altitudine  
mt



Da **Laterza** il cammino prosegue tra distese di ulivi verso *Murgia San Pellegrino*, una zona percorsa per millenni dai pastori che, in transumanza, si spingevano dalla Basilicata fino alle pianure del tarantino. Il cammino prosegue all'interno dell'alveo della gravina, in uno scenario selvatico e senza tempo in cui la mano della natura e quella dell'uomo si fondono fin dalla preistoria. Il viandante è accolto a **Ginosa** da uno straordinario complesso di villaggi rupestri, detti *il Casale* e *Rivolta*, caratterizzati da un gran numero di case-grotta disposte su più livelli collegati da scale e sentieri. I due villaggi sono stati abitati fino alla prima metà '900 e conservano tracce di vita antica e recente.

📍 **Ginosa** +39 099 8290332

## Giorno 6



Lunghezza: 14,3 km

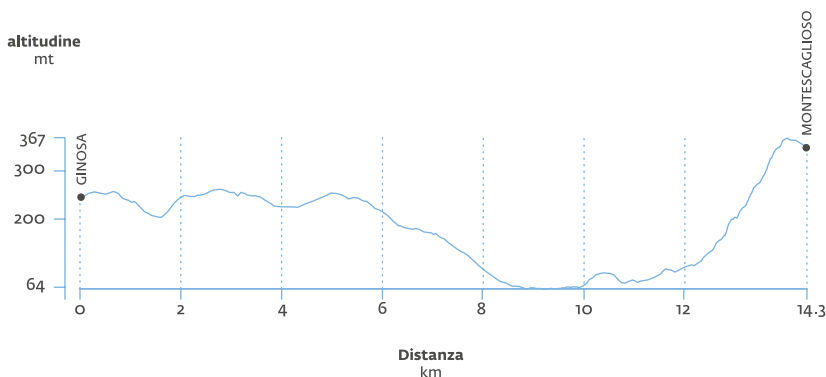


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 4.00 h

Difficoltà: ★★★★★



In questa tappa ci si lascia alle spalle l'aspro territorio delle gravine e ci si inoltra in un paesaggio più dolce e altrettanto sorprendente, caratterizzato da vaste colline coltivate a grano e intervallate da boschetti di pini, querce e macchia mediterranea. Una serie di sentieri si snodano nel cuore di questo paesaggio: dopo aver guardato un piccolo corso d'acqua, il viandante cammina all'interno di una lussureggiante vegetazione per poi giungere ai piedi dell'alto colle (350 mt) su cui sorge **Montescaglioso**, uno dei tesori della Basilicata, tanto che nel 2012 ha conquistato la denominazione di "Gioiello d'Italia". Un sentiero panoramico immerso in un bosco, si inerpica sulla collina e conduce fino alle porte della città e alla meravigliosa Abbazia di San Michele Arcangelo.





## Giorno 7



Lunghezza: 18,8 km

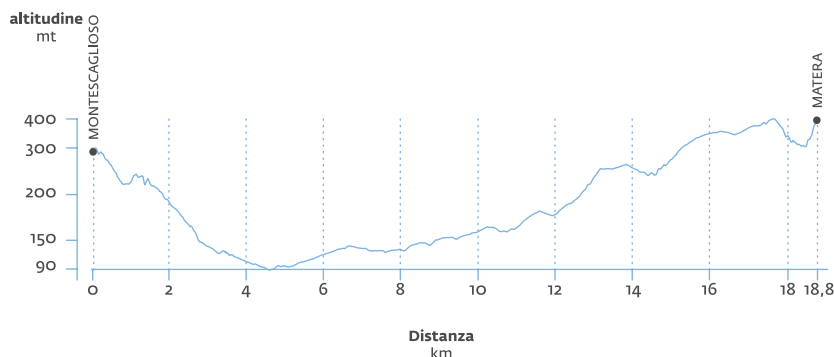


Terreno: sterrato, asfalto



Durata: 5,00 h

Difficoltà: ★★☆☆☆



Un sentiero consente di lasciare **Montescaglioso** e giungere fino a valle; da questo punto in poi il cammino prosegue nella pianura di seminativi e uliveti: vaste distese di campi di grano e maestosi rapaci che volteggiano nei cieli accompagnano il viandante per gran parte della tappa. Per alcuni chilometri si cammina lungo un suggestivo sentiero che corre a ridosso della gravina di Matera: un profondo *canyon* costellato di case-grotta e chiese rupestri si svela alla vista del viandante. L'arrivo a **Matera** avviene da rione Casalnuovo: uno stretto passaggio scavato nella roccia conduce al cospetto della straordinaria e ancestrale bellezza dei Sassi che costituiscono la meta del cammino.



## LA BISACCIA DEL PELLEGRINO

Crispiano è conosciuta come la "Città delle cento masserie", alcune delle quali attive sin dal 1400 conservando un inestimabile patrimonio di *cultivar* tipiche, fra cui il **pomodoro giallorosso**. Intorno alla fine di luglio s'iniziano a raccogliere i suoi frutti che, sotto la loro dorata buccia, custodiscono una polpa corposa, ricca di sentori erbacei ed equilibratamente acida. Buoni su tutto e per tutto, da mordere appena colti, fregare su di una frisa, farne sughi o stiparli per l'inverno, raccolti a grappoli nelle iconiche *penole* (pomodori penduli) riconosciuto come patrimonio di biodiversità da Slow Food.

Nelle Terre delle Gravine, fra le più suggestive d'Europa, si può trovare il **Pane di Laterza** o i succulenti **agrumi**, arance e clementine dalle caratteristiche sfumature rosse.

Sul confine tra Puglia e Basilicata, tipicamente sotto le festività natalizie, è facile trovare tracce di "**strazzate**". Mandorle, uova e zucchero gli ingredienti principali, arricchiti di farina e bicarbonato, più diversi profumi da scegliere in base ai gusti, danno origine ad un impasto che viene strappato, *strazzato* (da cui il nome), in piccole porzioni poi cotte ad alte temperature per il tempo necessario a renderle friabili e dorate. Dolcetti dal gusto prezioso che profumano di tradizione, comodi da insaccare nelle bisacce che accompagnano i viandanti lungo i cammini ed itinerari delle terre pugliesi.



A scenic view of a rocky coastline. In the foreground, there's a sandy area where several people are walking. The middle ground shows a small cove with clear, shallow water. The background features high, rugged rock formations under a clear blue sky. The overall atmosphere is bright and sunny.

# CAMMINI "WALK" IN PROGRESS

*"Walk" in Progress* identifica il continuo lavoro da parte delle istituzioni e degli operatori del settore al fine di riscoprire e valorizzare il patrimonio storico, culturale e naturalistico della Puglia. Un patrimonio che si intende rendere fruibile a coloro che vogliono scoprire questa terra percorrendola lentamente per immergersi nel fascino della tradizione e dell'autenticità.

## VIA LITORANEA

La via Litoranea è un'antichissima via che collega **Manfredonia** con **Bari**, attraverso tutto il periplo della Puglia settentrionale. Il suo percorso connette una serie di città che hanno iniziato ad assumere un ruolo di primo piano tra l'età tardo antica e l'età medievale. Tra esse non si può non citare Siponto, i cui scavi, insieme alla chiesa di Santa Maria, sono oggi fruibili dal pubblico. **Barletta**, **Trani**, **Bisceglie**, **Molfetta** e **Giovinazzo** hanno tutte in comune centri storici meravigliosi di età medievale, caratterizzati dalla tipica pietra bianca che riflette il sole mediterraneo. **Barletta**, porto di imbarco per la Terra Santa e centro di traffici commerciali, conserva le tracce degli ordini cavallereschi: la chiesa del Santo Sepolcro e la Cattedrale presentano una cifra stilistica architettonica che guarda al Nord Europa. A **Trani**, oltre alla chiesa romanica di San Nicola Pellegrino che svetta sul mare, è possibile visitare il passato ebraico della città entrando nella Sinagoga Scolanova. A **Bisceglie** è d'obbligo una visita alla chiesa di Santa Margherita, da cui provengono le tavole raffiguranti le virtù di Santa Margherita di Antiochia (sec. XIII) e i miracoli di San Nicola di Bari, oggi conservate presso la Pinacoteca Provinciale del capoluogo. A **Molfetta** sono legate le vicende di San Corrado Bavaro, in onore del quale fu eretto nella seconda metà del XIII secolo il Duomo, anch'esso sul mare, che presenta due splendide torri campanarie. Infine Giovinazzo, meno conosciuta, ma altrettanto splendida, che occupa una penisola cinta di mura e il cui centro storico sa regalare ancora il sapore del medioevo meridionale.

[www.viefrancigenedelsud.it](http://www.viefrancigenedelsud.it)



## VIA SVEVA: da Trani a Matera

Un cammino di 210 km sulle orme di Federico II di Svevia e dei suoi castelli, a partire da quello costruito sul lungomare di **Trani**, a breve distanza dalla suggestiva Cattedrale romanica. Da **Andria**, città fedele al dominio svevo (*Andria Fidelis*), la cui Cattedrale conserva le spoglie di due delle mogli di Federico, si raggiunge **Castel del Monte**, mirabile gioiello dell'architettura medievale: l'imponente edificio a pianta ottagonale è l'espressione della poliedrica personalità di questo sovrano illuminato che fu definito *Stupor Mundi*. Proseguendo lungo i sentieri del Parco Nazionale dell'Alta Murgia si giunge a **Minervino**, città antica, collegata ai percorsi senza tempo della transumanza, caratterizzati da *jazzi* con i tipici muri antilupo; passando dalla diga del Locone si conquista anche il centro di **Spinazzola**, la cui posizione su importanti vie di collegamento è testimoniata da diversi documenti di età medievale e da edifici appartenuti agli ordini cavallereschi. Di qui, lambendo il castello del Garagnone, costruito in età normanna a vedetta della via Appia, che passa nella vallata poco più a sud, si giunge a **Poggiorsini**, oggi centro rurale il cui popolamento è frutto delle diverse riforme agrarie. La tappa successiva raggiunge **Gravina in Puglia** e si connette alla via Peuceta.

[www.camminomaterano.it](http://www.camminomaterano.it)



## VIA DAUNA: da Termoli a Matera

Un cammino tra Molise, Campania e Puglia, su antichi percorsi battuti per secoli da pastori in transumanza, da pellegrini da tutta Europa. Il Cammino parte da **Termoli**, sull'Adriatico e attraversa gli incantevoli "paesi di pietra" incastonati nella cornice dei Monti Dauni: suggestivi borghi ricchi di storia arroccati su speroni rocciosi, intervallati da rigogliose foreste di querce e faggi, vallate e paesaggi mozzafiato unici in Puglia. Dopo **Melfi**, roccaforte e capitale normanna, e **Venosa**, *statio* della via Appia e sede della maestosa chiesa dell'incompiuta, ci si ricongiunge alla via Sveva a **Spinazzola**, dove solo quattro giorni di viaggio dividono il pellegrino dalla sua meta.

[www.camminomaterano.it](http://www.camminomaterano.it)



## CAMMINO DI LEUCA

Un cammino da **Lecce** alla bianca terra di **Leuca**, già sede in epoca romana di un tempio dedicato a Minerva e oggi meta di pellegrini diretti alla Basilica Santuario di Santa Maria di Finibus Terrae; 4 tappe, 90 km tra luoghi e borghi sospesi nel tempo, intrisi di culture e memorie mediterranee. Il cammino si svolge interamente nell'entroterra salentino attraverso le cosiddette Serre: un altopiano carsico arido e brullo che l'uomo ha trasformato in un paesaggio rurale unico e suggestivo, caratterizzato da terrazzamenti, muretti e costruzioni in pietra a secco (pajare). Chiese, conventi e ospizi, risalenti ad un'epoca compresa tra il Cinquecento e il Settecento, rendono il viaggio ricco di affascinanti suggestioni culturali. **Galatina**, sosta della prima tappa, è uno splendido centro tipicamente salentino che annovera tra i suoi monumenti la chiesa di Santa Caterina di Alessandria, edificata da Raimondello Orsini del Balzo tra il 1369 e il 1391: la qualità dei suoi affreschi la rende una delle più alte espressioni della pittura tardo medievale del meridione d'Italia. Anche gli altri centri del percorso hanno elementi di estremo interesse: **Cutrofiano**, con la sua millenaria tradizione figulina; **Specchia** con la sua chiesa bizantina di Sant'Eufemia; **Patù** con la singolare chiesa altomedievale delle Cento Pietre; infine, **Leuca**, di cui si è già parlato.



## VIA SALLENTINA

Un cammino che ripercorre l'antico percorso pre romano che attraversava il versante jonico del Salento; 160 km attraverso il territorio dei Messapi, della cui antica civiltà emergono numerose testimonianze: mura megalitiche, carraie, necropoli e città. Si parte da **Taranto**, con la sua storia millenaria, faro della Magna Grecia. Nel suo centro storico, in cui ancora emergono le colonne doriche del tempio di Poseidone e spicca la maestosità della cattedrale dedicata all'irlandese Cataldo, classicità e medioevo si fondono e si confondono. A guardia dei due mari, il Castello Aragonese, oggi visitabile grazie all'impegno della Marina Militare. Altro centro tappa di primaria importanza è Manduria, il cui territorio oggi è noto per il suo celebre vino: il centro storico, fatto di un reticolo di strette stradine conserva testimonianze architettoniche di età moderna che affascinano i visitatori. Si entra nella provincia di Lecce e si fa sosta a Nardò (l'antica Neretum), con le sue innumerevoli chiese di XVI – XVIII secolo e le sue altrettanto numerose masserie del suo agro; Alezio, con la particolarissima chiesa di Santa Maria della Lizza, e Ugento completano il percorso, prima dell'arrivo al meraviglioso belvedere di Leuca.

## VIA APPIA

La via Appia era una strada romana che collegava Roma an *Brundisium* (Brindisi), il porto strategico per le rotte commerciali con la Grecia e l'Oriente, conquistati negli ultimi secoli dell'età repubblicana. L'Appia, considerata dai Romani la **regina viarum** (regina delle strade), è universalmente ritenuta, in considerazione dell'epoca in cui fu realizzata (fine IV - III sec. a.C.), una delle più grandi opere di ingegneria del mondo antico, per l'enorme impatto economico, militare e culturale che essa ha avuto sulla società romana. Giunta a Benevento, passando da Capua, la strada si dirigeva alla volta di *Aeclanum* (l'attuale Mirabella Eclano): di qui puntava a Venusia (Venosa) e poi a *Silvium* (l'attuale Gravina in Puglia). Recenti ricerche archeologiche hanno dimostrato il suo passaggio nei pressi dell'agro sud di Altamura, presso Masseria Jesce: di qui si dirigeva nei territori di Laterza, Mottola, Massafra, per giungere finalmente nel porto jonico di Taranto. Il collegamento tra i due mari era garantito dalle tappe di *Mesochorum* (l'attuale Grottaglie), *Uria* (Oria), Mesagne e infine Brindisi, sul cui litorale è ancora presente la colonna terminale.

Oggi, in seguito anche al fondamentale stimolo esercitato dalla narrazione di Paolo Rumiz e del quotidiano Repubblica, il percorso della via Appia è oggetto di un robusto progetto ministeriale di valorizzazione che ha lo scopo di tramutare la strada più antica d'Italia in un cammino contemporaneo. Il tracciato finale sarà il risultato di un compromesso tra gli studi archeologici e le esigenze del viaggiatore contemporaneo, che ha delle ovvie necessità di fornitura di servizi.

[http://www.programmazionestrategica.beniculturali.it/?page\\_id=421](http://www.programmazionestrategica.beniculturali.it/?page_id=421)

## VIA JONICA

Un cammino che ha l'ambizione di abbracciare i luoghi della Magna Grecia, dalla Puglia alle propaggini della Calabria. In Puglia si snoda per 215 km lungo la costa jonica, tra le più incantevoli della regione per la straordinaria concentrazione di bellezze naturalistiche e paesaggistiche, storiche e archeologiche. Un cammino da **Taranto**, la città dei due mari, a **Leuca**, la *finis terrae* d'Italia, luogo sacro della civiltà europea e mediterranea, in quanto punto d'incontro di popoli e culture e dei pellegrini diretti a Roma o in Terra Santa. Il cammino si svolge in gran parte a ridosso delle acque cristalline del mar Ionio, all'interno di uno stupefacente mosaico ambientale composto da sentieri retrodunali immersi nella macchia mediterranea, lunghe spiagge, sia rocciose che sabbiose, costellate da torri di avvistamento cinquecentesche e numerose oasi naturali incontaminate, quali la Riserva di Torre Colimena e quella di Porto Selvaggio, la Palude del Conte e quella del Capitano, il litorale di Punta Pizzo e quello di Ugento. Lungo il cammino si toccano, inoltre, importanti città (Taranto, Manduria, Nardò, Gallipoli) e piccoli borghi di grande fascino che custodiscono nei vicoli dei centri storici e nei racconti dei loro abitanti, nei musei e nei siti archeologici, preziose testimonianze utili a comprendere la storia millenaria di questo territorio, da scoprire a passo lento.

## CAMMINO DI DON TONINO BELLO

L'itinerario promosso dalla Diocesi di Molfetta–Ruvo–Giovinazzo–Terlizzi, denominato "**Il Cammino di don Tonino Bello**", nasce dalla volontà di promuovere e far conoscere la figura del vescovo salentino, ripercorrendo le tappe fondamentali della sua storia in tutta la Puglia.

Unendo alla conoscenza del suo magistero quella dei territori della sua amata terra, attraverso la realizzazione di un cammino fisico e spirituale che incarni principi cristiani e civici, il Cammino collega le città di **Molfetta** ed **Alessano** lungo un percorso di oltre 400 km.

Attraverso luoghi di grande valore culturale, religioso e naturalistico della dorsale interna della Regione, il pellegrino giungerà sulla tomba di don Tonino per poi proseguire verso l'estremità fisica della penisola con il Santuario di Santa Maria de *Finibus Terrae*.

Le cattedrali romaniche, i trulli della Valle d'Itria, gli ulivi secolari, gli insediamenti rupestri, il barocco leccese, sono i principali temi che faranno da cornice ad un cammino ricco di suggestioni e spunti di riflessione, accompagnati dai testi e dalle parole dell'indimenticato vescovo.

[www.camminodidontonino.it](http://www.camminodidontonino.it)

  Il Cammino di don Tonino

# Muoversi in Puglia

## Collegamenti ferroviari

**Trenitalia**  
trenitalia.com

**Ferrovie Appulo Lucane**  
ferrovieappulolucane.it

**Ferrovie del Gargano**  
ferroviedelgargano.com

**Ferrovie del Nord Barese**  
ferrovienordbarese.it

**Ferrovie del Sud Est**  
fseonline.it

## Collegamenti Autobus

**COTRAP**  
cotrap.it (Sita Sud, STP Brindisi  
- STP Lecce - STP Terra d'Otranto)

## Aeroporti

**Aeroporti di Puglia**  
aeroportidipuglia.it

## Porti

**Autorità di sistema portuale  
del Mare Adriatico Meridionale**  
adspmam.it

**Autorità di sistema portuale del Mar Ionio**  
port.taranto.it

*L'elenco dei siti delle compagnie di trasporto non è esaustivo e può essere soggetto a variazioni. Si invitano i viaggiatori a verificare le notizie di viaggio prima della partenza contattando le compagnie di trasporto.*

## Indice dei luoghi

**A Acaya** p.48; **Acquarica di Lecce-Vernole** p.42-48; **Alberobello** p.07-66-68-74-75; **Alessano** p.77-93; **Altamura** p.06-54-57-61-62-65-91; **Andria** p.10-20-24-25-29-92; **B Bari** p.03-05-07-20-23-28-33-54-56-58-59-90; **Barletta** p.06-20-90; **Bisceglie** p.06-90; **Bitetto** p.54-56-58-59; **Bitonto** p.06-20-23-27-28; **Brindisi** p.03-05-07-23-30-33-40-41-42-45-46-66-68-69-77-91; **C Cagnano** p.06-17-18; **Calimera** p.48; **Cannole** p.42-49; **Canosa di Puglia** p.06-20-23; **Carovigno** p.66-68-70-77; **Carpignano Salentino** p.42-45-49; **Cassano delle Murge** p.54-57-59-60; **Castel del Monte** p.92; **Castellaneta** p.07-78-80-83-84; **Castro** p.45; **Celle di San Vito** p.03-06; **Cisternino** p.07-66-68-72-73-77; **Corato** p.20-25-26; **Coreggia-Alberobello** p.74; **Corsano** 42-52; **Crispiano** 08-66-67-68-76-78-79-81-80-88; **Cocumola** p.50; **Cutrofiano** p.90; **F Faeto** p.03; **Fornello-Alberobello** p.61; **G Gagliano del Capo** p.52; **Gaiatina** p.07-90; **Gallipoli** p.07-93; **Ginosa** p.06-07-78-80-85; **Giovinazzo** p.07-90-93; **Giurdignano** p.42-49; **Gravina in Puglia** p.06-54-56-57-62-63-91-92; **Grottaglie** p.07-91; **L Laterza** p.06-07-65-78-80-84-85-91; **Lecce** p.07-42-45-46-47-48-90-91; **Locorotondo** p.07-66-68-73-74-77; **Lucera** p.04-06-10-13-14-15; **M Manfredonia** p.06-18-90; **Marittima** p.42-45-51; **Martano** p.42-48-49; **Martina Franca** p.06-66-68-75; **Massafra** p.06-78-80-81-82-91; **Matera** p.05-06-54-56-64-68-79-80-87-92; **Melendugno** p.48; **Melfi** 06-92; **Mesagne** p.07-91; **Minervino** p.06-92; **Mola di Bari** p.07-33; **Molfetta** p.06-90-93; **Monopoli** p.30-33-34-35; **Monte Sant'Angelo** p.06-10-13-16-18-19; **Montescaglioso** p.80-86-87; **Mottola** p.07-78-80-82-83-91; **N Nardò** p.07-91-93; **O Oria** p.07-91; **Ostuni** p.07-38-66-68-71; **Otranto** p.03-07-42-45-49-50; **P Palagianello** p.78-80-83; **Palmariggi** p.42-49; **Patù** p.90; **Picciano** p.57-63-64; **Poggiorsini** p.92; **Polignano a Mare** p.30-41; **R Ruvo di Puglia** p.06-20-23-26-27; **S San Giovanni Rotondo** p.06-10-13-17-18; **San Giuliano** p.57-64; **San Marco in Lamis** p.13-16; **San Severo** p.06-10-13-15-16; **Santa Maria di Leuca** p.03-07-42-52-90-91-93; **Santeramo in Colle** p.06-54-57-60-61-65; **Savelletri** p.30-36-37; **Serrano** p.42-49; **Serranova** p.66-68-69-70; **Sovereto-Terlizzi** p.23-27; **Spinazzola** p.06-92; **Stignano** p.10-13-16-17; **Surbo** p.42-47; **T Taranto** p.07-81-82-91-93; **Terlizzi** p.23-27-93; **Tiggiano** p.42-52; **Torchiarolo** p.42-45-46-47; **Torre Canne** p.30-37-38; **Torre Guaceto** p.30-33-39-40-69-77; **Torre Santa Sabina** p.30-38-39; **Trani** p.05-06-90-92; **Tricase** p.07-42-45-51-52; **Troia** p.03-06-10-13-14-19; **U Ugento** p.07-91-93; **Uggiano la Chiesa** p.42-50; **V Venosa** p.06-91-92; **Vignacastri** p.42-50-51; **Vitigliano** p.42-50.

## Credits

**TESTI:** Hanno collaborato alla stesura dei contenuti di questa guida: Angelofabio **Attolico**, Claudio **Focarazzo**, Onofrio **Di Lorenzo**, Lorenzo **Lozito**, Michele **del Giudice**, Luigi **del Prete**, Fabio **Mitrotti**, Giorgia **Santoro**, Gianni **Sportelli**.

**APPARATO FOTOGRAFICO:** Angelofabio **Attolico**, Franco **Cappellari**, Leonardo **D'Angelo**, Antonio **Giannini**, Paolo **Laku**, Andrea **Ruggeri**, Carlos **Solito**, F.lli **Tartaglione**.

Coordinamento editoriale a cura di **Pugliapromozione**.  
Progetto grafico **Studio 9/Italia**. Bozza chiusa a Gennaio 2020.

© Copyright PUGLIAPROMOZIONE 2019

📍 Info-Point della Rete Regionale







# LA PUGLIA CHE NON TI ASPETTI

*è una fuga tra cielo e infinito*

su concessione del Parco Nazionale dell'Alta Murgia

ph Antonio Tancetti

Studio O/Italia

**CASTELLO DEL GARAGNONE | PARCO NAZIONALE DELL'ALTA MURGIA | POGGIORSINI**

58 aree naturali protette dove vivere esperienze uniche  
tutto l'anno, tra natura, sport e benessere.

Inizia la scoperta su  
[viaggiareinpuglia.it](http://viaggiareinpuglia.it)

#WEAREINPUGLIA



UNIONE EUROPEA



REGIONE PUGLIA



REGIONE PUGLIA



PUGLIA



REGIONE PUGLIA



UNIONE EUROPEA

**PO** **PUGLIA**  
**FESR-FSE**  
**2014/2020**

*Il futuro alla portata di tutti*  
Asse VI - Azione 6.8



REGIONE PUGLIA



PROMOZIONE  
Agenzia Regionale del Turismo