



ROOTS OF WONDER

# MARE E NATURA TRA PUGLIA E ABRUZZO

Scopri un viaggio emozionante tra **Puglia e Abruzzo**, con una tappa esclusiva alle **Isole Tremiti**. Un itinerario che unisce natura, cultura e gastronomia, tra borghi storici, riserve naturali e panorami mozzafiato.

Il tour parte da Bari, dove esplorerai il fascino di **Bari Vecchia** e la Basilica di San Nicola, assaporando la tradizione locale delle orecchiette fatte a mano. Segue un'escursione alla Riserva Naturale di **Torre Guaceto** e un viaggio nell'entroterra con la **Valle d'Itria**, tra trulli e uliveti secolari.

In Abruzzo, Vasto ti accoglie con il suo centro storico e la Riserva di **Punta Aderci**. Le Isole Tremiti regalano mare cristallino e storia, mentre sulla Costa dei Trabocchi vivrai un **pranzo su un autentico trabocco**. Un'esperienza autentica tra mare e natura.

Giorno

1

## Benvenuti a Bari, cuore della Puglia

Bari ci accoglie con il fascino del suo centro storico e l'energia delle sue tradizioni. Dopo il check-in in una struttura convenzionata con **Roots of Wonder** dotata di tutti i comfort, potremo dare inizio al viaggio. Per prendere confidenza con la città, possiamo ammirare la **Basilica di San Nicola** e fare una rilassante passeggiata sul **lungomare**, magari con le luci del tramonto.

La serata si concluderà con una cena libera, perfetta per godere dell'atmosfera vivace della città.

**Pomeriggio:** Tour nel centro storico di Bari con **Visita alla Basilica di San Nicola**: (ingresso gratuito), famosa meta di culto religioso, e alla Cattedrale di San Sabino (ingresso a pagamento). Passeggiata sul **lungomare** con sosta panoramica al tramonto.

**Sera:** Cena libera.

**Alternativa al chiuso:** **Visita alla Pinacoteca Metropolitana** di Bari (ingresso a pagamento) per scoprire capolavori dell'arte pugliese o italiana.

Giorno

2

## Tradizioni locali e riserva protetta di Torre Guaceto

La giornata inizia con un **tour di Bari vecchia**, dove avremo la possibilità di assaggiare specialità pugliesi come la focaccia barese e scoprire i segreti delle signore che preparano le **orecchiette** nei vicoli. Una visita al **Castello Normanno-Svevo** è una tappa imperdibile. Nel pomeriggio, l'escursione alla **Riserva Naturale di Torre Guaceto** ci porterà in un paesaggio incontaminato, tra spiagge dorate e acque cristalline. Un paradiso per gli amanti della **natura**.

**Mattina:** **Giro di Bari Vecchia**, tappa opzionale alla Cattedrale di San Sabino (ingresso a pagamento) e al Museo Archeologico di Santa Scolastica (ingresso a pagamento). Poi **Visita al Castello Normanno-Svevo** (ingresso a pagamento). Pranzo libero.

**Pomeriggio:** Escursione alla **Riserva Naturale di Torre Guaceto** fra percorsi naturalistici e birdwatching nella riserva marina protetta.

**Sera:** Rientro a Bari e tempo libero per la cena.

**Alternativa al chiuso:** **Visita al Teatro Petruzzelli** (ingresso a pagamento), con tour dietro le quinte del quarto teatro più grande d'Italia.

Giorno

3

## Trekking nell'Alta Murgia e relax botanico

Un'immersione nella natura selvaggia della Puglia ci aspetta nel **Parco Nazionale dell'Alta Murgia**. Cammineremo tra colline ondulate e antiche masserie, scoprendo la **biodiversità** della zona. Nel pomeriggio, una visita al **Museo Orto Botanico di Bari** ci permetterà di conoscere la flora mediterranea in un contesto rilassante. La giornata si concluderà con una cena tipica nel cuore della città.

**Mattina:** Trasferimento al **Parco Nazionale dell'Alta Murgia**: trekking di livello turistico tra paesaggi rurali e natura incontaminata.

Pranzo libero

**Pomeriggio:** Rientro a Bari e visita al **Museo Orto Botanico di Bari all'interno del Campus Universitario** (ingresso gratuito).

**Sera:** Cena libera e tempo per esplorazioni serali in città.

**Alternativa al chiuso:** **Tour della Bari sotterranea** (a pagamento) per scoprire i segreti archeologici nascosti sotto le strade della città moderna.

Giorno

4

## Gita nella Valle d'Itria, fra trulli e uliveti

Un viaggio nel cuore della **Valle d'Itria** ci porterà alla scoperta di paesaggi incantevoli e borghi autentici. Al mattino, una passeggiata lungo la Ciclovía della Valle d'Itria con partenza da Locorotondo ci condurrà tra uliveti, vigneti e **trulli immersi nel verde**. Nel pomeriggio, ci sposteremo a Cisternino per una pausa nel suggestivo **centro storico**, con possibilità di degustare prodotti tipici.

**Mattina:** **Trekking** lungo la **Ciclovía dell'Acquedotto pugliese** immersa nella **Valle d'Itria**, con panorami mozzafiato da ammirare. Partenza da Locorotondo con sosta lungo la **Strada del Vino e dei Trulli** per ammirare il paesaggio fatto di tratti panoramici con muretti a secco e uliveti. Pranzo libero.

**Pomeriggio:** Arrivo a Cisternino e **passeggiata nel borgo**, con tempo libero per esplorare i vicoli bianchi e le botteghe artigiane, cogliendo magari l'occasione per degustare prodotti tipici in una masseria locale.

**Sera:** Rientro a Bari con possibilità di shopping o passeggiata nel centro storico. Cena libera.

**Alternativa al chiuso:** **Visita al Museo Perle di Memoria** (a pagamento) a Locorotondo, piccola esposizione sulla storia e le tradizioni contadine del borgo.

Giorno

5

## Vasto e la Riserva Naturale di Punta Aderci

Il viaggio prosegue verso **Vasto**, una perla della costa adriatica abruzzese. Per cominciare, la **Riserva Naturale di Punta Aderci** ci farà scoprire scenari mozzafiato tra mare cristallino, dune dorate e promontori selvaggi. Dopo un **aperitivo di benvenuto**, avremo tempo per esplorare **Vasto in autonomia**. La giornata si concluderà con una **cena tipica all'Osteria del Vasto**, protagonista il **brodetto alla vastese**, piatto simbolo della tradizione marinara locale.

**Mattina:** Check-out da Bari e trasferimento a Vasto.

**Pomeriggio:** A Vasto troveremo camere confortevoli con bagno privato e tutti i servizi necessari per un soggiorno piacevole, in una struttura **Roots of Wonder**.

**Escursione alla Riserva Naturale di Punta Aderci**, punta di diamante dell'area marina vastese. Rientriamo in città per un aperitivo di benvenuto con selezione di prodotti tipici dell'enogastronomia locale. Kit di benvenuto con mappe, audioguide e consigli utili per muoverci e vivere al meglio questa esperienza. Possiamo esplorare Vasto con l'aiuto delle audioguide fornite. Potremo scegliere tra 20 percorsi suddivisi in **Percorsi Storici, Urbani e Tematici**.

**Sera:** **Cena tipica all'Osteria del Vasto**, con pesce fresco e *brodetto alla vastese*.

**Alternativa al chiuso:** Visita ai Musei civici di **Palazzo d'Avalos (a pagamento)**, dove scopriremo la storia e la cultura di Vasto.

Giorno

6

## Escursione alle Isole Tremiti

Un'intera giornata sarà dedicata alla scoperta delle **meravigliose Isole Tremiti**. Dopo l'imbarco a Termoli, esploreremo l'arcipelago scegliendo le migliori esperienze secondo i nostri gusti: snorkeling, trekking e relax sulle spiagge più suggestive di queste isole tanto amate da **Lucio Dalla**. La trasparenza dell'acqua e la ricchezza della **fauna marina** renderanno questa esperienza indimenticabile. Nel pomeriggio riprenderemo il traghetto verso Termoli per fare poi rientro a Vasto. La serata continuerà con una cena tipica alla **Taverna del Vasto**.

**Mattina:** Trasferimento a Termoli per prendere il traghetto che ci porterà alle **Isole Tremiti**.

**Intera giornata:** Escursione tra calette, snorkeling e percorsi naturalistici nell'arcipelago. Rientro a Vasto.

**Sera:** **Cena alla Taverna del Vasto**, con arrosticini, carne alla brace e *pallotte cacio e uova*.

**Alternative in caso di maltempo:** Il programma alternativo in caso di condizioni meteorologiche avverse prevede al mattino un **tour con degustazione in una cantina vinicola locale** (a pagamento).

Al pomeriggio trasferimento a **Termoli** con visita al **Castello Svevo** e al **Museo del mare** (ingresso gratuito), alla **Cattedrale** e alla **Termoli Sotterranea** (ingresso a pagamento).

Giorno

7

## La Magia della Costa dei Trabocchi

La giornata sarà dedicata alla scoperta della natura abruzzese. Il viaggio lungo la **Costa dei Trabocchi** ci farà scoprire angoli unici di questa meravigliosa regione. Al mattino, una passeggiata nella **Lecmeta di Torino di Sangro** ci condurrà in un'oasi verde a pochi passi dal mare. Ci prenderemo poi una pausa da sogno, potendo provare l'emozione unica di un **pranzo sul Trabocco**. Nel pomeriggio, raggiungeremo i **Ripari di Giobbe** dove ammirare un panorama mozzafiato, lungo il percorso della splendida **Via Verde**.

**Mattina:** Passeggiata guidata nella **Lecmeta di Torino di Sangro**, con approfondimenti sulla flora e fauna locali. **Pranzo sul Trabocco**, con menu a base di pesce fresco.

**Pomeriggio:** Visita ai **Ripari di Giobbe di Ortona**: scoperta della storia dei trabocchi e delle tradizionali tecniche di pesca.

**Sera:** Rientro a Vasto e tempo libero per cena.

**Alternativa al chiuso:** Partecipazione a un **laboratorio di ceramica artistica** a Vasto (a pagamento) per scoprire l'arte della lavorazione della ceramica abruzzese e creare un piccolo oggetto da portare a casa.

Giorno

8

## Saluti e partenza

L'ultima mattinata sarà libera ma potrebbe essere dedicata a una passeggiata a Vasto, magari per un caffè con vista sul mare o un po' di shopping tra le botteghe locali. Dopo il check-out, concluderemo il nostro viaggio fra mare e natura nelle regioni di Puglia e Abruzzo, senza farci mancare un tocco di cultura e tradizioni locali.

**Mattina:** Colazione e tempo libero per un giro a piedi così da ammirare ancora Vasto e magari fare le ultime spese per souvenir e regali.

**Partenza e fine del tour.**

# Pacchetto turistico

## Mare e natura tra Puglia e Abruzzo

### Servizi inclusi

**Soggiorno:** 4 notti a Bari e 3 a Vasto nelle strutture Roots of Wonder, con colazione.

#### Benvenuto:

- Aperitivo con prodotti locali a Vasto e Kit di audioguide per visitare liberamente Vasto

#### Pasti organizzati:

- Cena tipica all'Osteria del Vasto
- Cena alla Taverna del Vasto
- Pranzo sul Trabocco

#### Escursioni e attività:

- Tour del centro storico di Bari e delle principali attrazioni
- Escursione alla Riserva di Torre Guaceto
- Trekking nel Parco nazionale dell'Alta Murgia
- Gita lungo la Ciclovia in Valle d'Itria fra Locorotondo e Cisternino
- Visita alla Riserva Naturale di Punta Aderci
- Escursione alle Isole Tremiti
- Passeggiata nella Lecceta di Torino di Sangro
- Visita ai Ripari di Giobbe e ai trabocchi sulla Via Verde
- Assistenza e informazioni

### Servizi su richiesta (con supplemento)

- Assistenza telefonica 24/7.
- Noleggio biciclette muscolari o a pedalata assistita.
- Transfer o biglietti mezzi pubblici per il trasferimento da Bari a Vasto
- Transfer da e per aeroporto/stazione
- Transfer per i punti di partenza delle escursioni ed eventuali attività al coperto.
- Attività alternative al coperto.