

# CYKEL SEMESTER

## i Salento



[www.salentobicitour.org](http://www.salentobicitour.org)

**GUIDADE  
TURER**



SALENTO  
BICI TOUR





2013 | dericcardis.com

## Salento

Salento är den östligaste delen av Italien, "klacken på stöveln". Det ligger i centrala delen av Medelhavet och är starkt präglad av de olika civilisationer som den har bebotts av, från messapier till greker, romare och normander. Att cykla genom Salento är som att besöka ett utomhusmuseum; från förhistoriska dösar till bysantinska helgedomar gömda i grottor, från katedraler i barockstil till orörda delar av kusten.

Regionen är känd världen över för sin karaktäristiska mat, som förenar havet och jorden och den traditionella musiken "la Pizzica Pizzica" i en överväldigande rytm.



# Resvägen

Salento är nästan helt platt så att cykla igenom Salento passar för alla. Vi cyklar cirka 30 – 50 kilometer om dagen framförallt på mindre vägar, varvat med raster vid havet och guidade turer. Salento Bici Tour har filosofin att cykla långsamt för att njuta av landskapet och kulturen i alla dess aspekter.



**Dag 1: Ankomst till Lecce**

**Dag 2: Från Lecce till Otranto**

**Dag 3: Inlandet nära Otranto**

**Dag 4: Parkvägen Otranto till Leuca**

**Dag 5: Gallipoli och joniska kusten**

**Dag 6: Inlandet kring Gallipoli**

**Dag 7: Tillbaka till Lecce**

**Dag 8: Avresa**

## Dag 1: Ankomst till Lecce

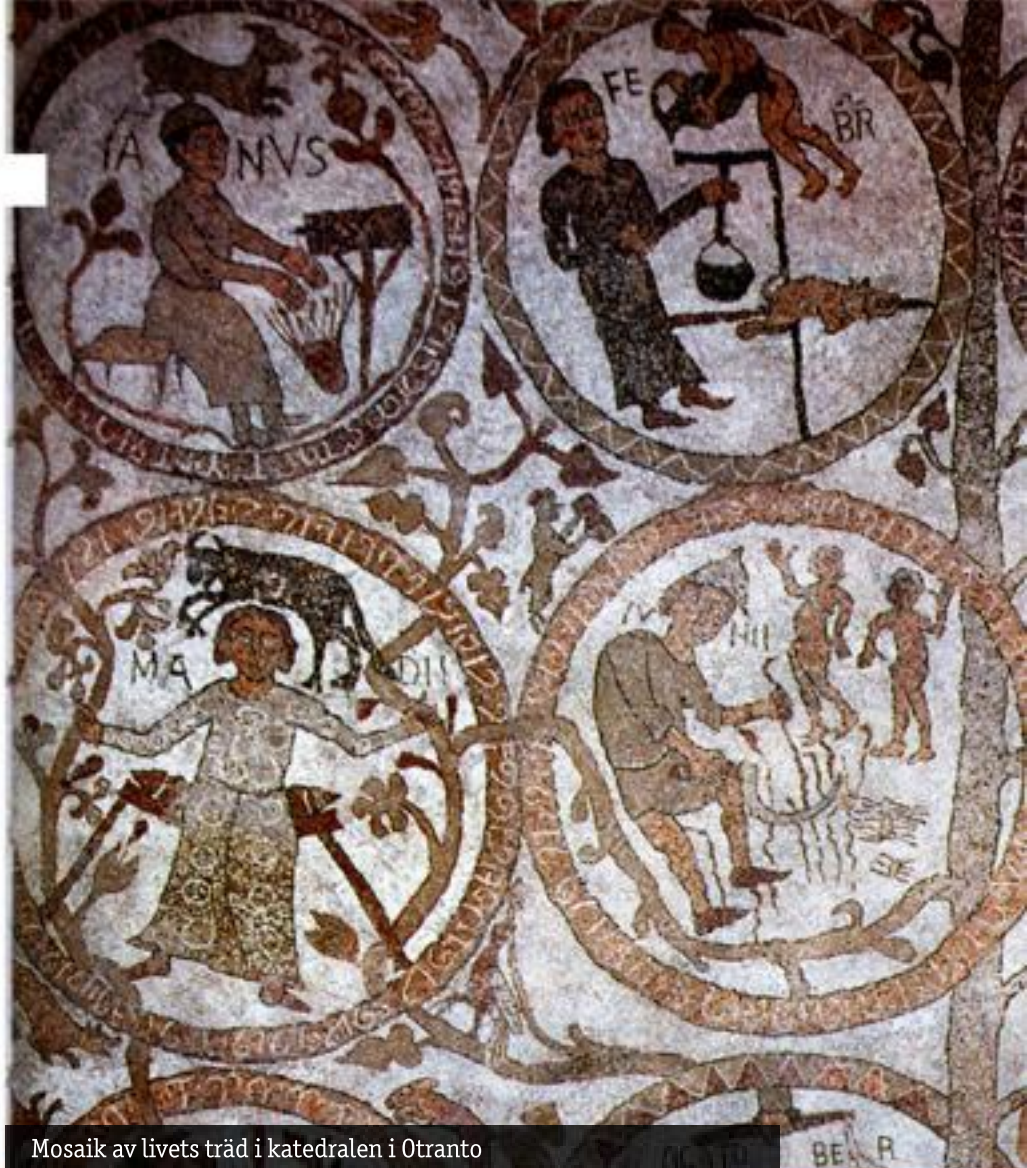
Ankomst till Bari/Brindisi flygplats och transport till Lecce. Möte i Lecce, cyklar delas ut och briefing om rutten. Välkomstmiddag.

## Dag 2: Från Lecce till Otranto

53m



En platt resväg, mycket rik på vacker natur och kulturella sevärdheter. Efter att ha besökt den befästa staden och borgen i Acaya från 1500-talet, cyklar vi igenom "Le Cesine", ett naturområde som är skyddat av WWF, ett område där många olika arter av flyttfåglar passerar. Därifrån cyklar vi till havet och fortsätter längs kusten till San Foca för fisk och skaldjur provsmakning och fortsätter sedan vidare, först till Roca Vecchia ruinerna, en gammal stad från bronsåldern, och därefter till Laghi Alimini (Alimini sjöarna). Ytterligare några kilometer och vi är framme i Otranto, med sina trånga gränder där det finns något vackert att se i varje hörn; freskerna i S:t Peters bysantinska kyrka, promenader i den gamla delen av staden som vetter mot havet, och katedralen med sin golvmosaik av livets träd, som är en slags encyklopedi av medeltida mosaik.





Gammaldags vävstol



Negroamaro-vin och färsk ost

## Dag 3: Inlandet nära Otranto



Dagen ägnas åt att upptäcka inlandet nära Otranto.

Vi cyklar upp längs stränderna av floden Idro, som har gett staden dess namn. Vi kommer fram till Cassamassela där vi besöker en verkstad där antika vävstolar fortfarande används av föreningen "Le Costantine". Efter en guidad tur fortsätter vi mot Giurdignano, där vi cyklar genom ett område med megalitiska monument där man kan se dösar och menhirer från bronsåldern på nära håll.

Vi stannar sedan till vid den botaniska trädgården, "La Cultura", där Totò kommer att visa oss runt bland sin fantastiska samling av växter (suckulenter, tropiska växter och växter från Medelhavet), som är den enda samlingen av sitt slag i Europa. Där erbjuds vi sedan också på lunch med typiska maträtter från en karaktäristisk stenugn, och lokalt vin. På eftermiddagen besöker vi ett av de mest karaktäristiska bagerierna i regionen, samt vinkällaren "Menhir" där vi blir bjudna på vin och ostprovning.

Vi återvänder sedan till Otranto där var och en är fri att tillbringa resten av dagen bland Otrantos affärer, eller simma vid en liten strand i närheten eller hästriding längs klipporna och beundra solnedgången (lämpar sig även för nybörjare).



Längs med floden Idro

## Dag 4: Parkvägen **Otranto-Lecce**



Vi lämnar Otranto och cyklar längs en av de vildaste kuststräckorna i Salento, förbi "Palascìa" fyren vid den allra östligaste spetsen av Italien och en unik sjö som uppstått i ett nedlagt bauxit stenbrott. Efter att ha besökt en av de mest intressanta gårdarna i området, där de producerar färsk ost, fortsätter vi längst kustvägen. Vägen går längst klippan ovanför havet och det är som att cykla på en lång balkong längs med kusten, och i horisonten, på en riktigt klar dag, kan man urskilja bergen i Albanien och de grekiska öar som ligger närmast.

Vi besöker grottan Zinzulusa, som går ner nästan 200 meter i jorden. Längs vägen kan vi också beundra landsbygden med dess terrasser och stenmurar; sinnrika verk av bönder för att kunna odla i ett kargt och otillgängligt område.

Innan vi kommer till Leuca passerar vi "Il Canalone del Ciolo", som är en liten men djup kanjon skapad av vattnets framfart och som är rik på sällsynta växter.

På kvällen stannar vi i Leuca, där vi besöker helgedomen, i de forna pilgrimernas fotspår.



Viken i Acquaviva, Castro



Trekking, Il ciolo



På väg mot tornet Sant'Emiliano, Otranto

## Dag 5: Gallipoli och joniska kusten



Vi börjar morgonen med att ta oss uppför Salentos västkust, där klipporna ger vika för breda stränder med kristallklart vatten.

Efter några kilometer beger vi oss iväg från kusten och inåt landet, genom olivlundar inneslutna av stenmurar, till en bondgård för en liten matlagningskurs; vi får lära oss göra hemgjord pasta samt provsmakning av ekologiska produkter från trakten.

Vi fortsätter sedan till Gallipoli, där vi får njuta av en aperitif. Denna lilla fiskeby som ligger på en ö är slående med dess ljus, dess gränder och dess fiskmarknad. Efter en läcker glass, cyklar vi vidare mot San Mauro kyrkan: en av de många gömda skatterna i detta land, med en gammal bysantinsk fresk. Medan vi njuter av solnedgången cyklar vi mot Santa Caterina, en lugn by som gränsar till nationalparken Porto Selvaggio.

På eftermiddagen finns det möjlighet att kajakpaddla i nationalparken.



Kyrkan i San Mauro

# Dag 6: Inlandet kring Gallipoli

118m

0km

48km

En dag tillägnad Gallipolis omgivning. Första etappen går till Sannicola för att upptäcka dess underjordiska oljekvarn, sedan vidare till Tuglie med dess fantastiska "bondekultur museum".

Vi cyklar igenom Neviano för att se ruinerna av Macugno klostret, och sedan Cutrofiano där vi stannar till i "Parco dei fossili".

Vi äter lunch på den biologiska restaurangen på gården Piccapane och där får vi om vi vill, själva plocka grönsakerna som Giuseppe sedan tillagar tillsammans med andra specialiteter, allt biologiskt odlat. På eftermiddagen kommer vi fram till Galatina, där vi kan se kyrkan Santa Caterina d'Alessandria med sina många fresker i Giottos stil, samt den vackra gamla delen av byn. Sedan ett besök hos vintillverkaren Santi Dimitris för att se hur man framställer olja och vin, naturligtvis följt av vin och ostprovning.

Vi tar oss tillbaka till Santa Caterina med tåg och för dem som vill, en utflykt till fots i nationalparken Porto Selvaggio.

Middag på egen hand.

Det höga tornet, framför vårt Bed&Breakfast



Kyrkan Santa Caterinat



## Dag 7:

# Tillbakavägen

64m

0km

38km

Resans sista dag. Vi cyklar tillbaka mot Lecce, genom jordbruksmark, där man kan se flera befästa "masserie" (lantgårdar som rustade mot pirat angrepp på 1600-talet; murarna har ofta såväl skottgluggar som lönngångar) samt hus från 1800-talet som är karaktäristiskt för landskapet i detta område. Vi stannar i Nardò för att besöka den vackra gamla delen av staden i barockstil, och fortsätter därefter till Copertino för att se den imponerande borgen av normandiskt ursprung och höra berättelserna om skyddshelgonet: San Giuseppe, "det flygande helgonet".

Några kilometer före Lecce stannar vi till en sista gång, vid en terrakotta keramikverkstad, där de skickliga Martina bröderna använder och bevarar en gammal teknik för att arbeta med terrakotta keramik. Vi kommer fram till Lecce sent på eftermiddagen och på kvällen har vi middag på en av de bästa restaurangerna i staden.

## Dag 8: Avresa

Efter en guidad tur runt en av de vackraste städerna i Italien är det dags att säga adjö till Salento!




Piazza del Duomo, Lecce



Keramiker



Mellan Nardò och Copertino



**8 dagar och 7 nätter**

## Vad erbjuder vi:

- 7 övermattningar i singel-/dubbelrum i villor, hotell och lantgårdar.
- 7 frukostar.
- 7 middagar eller luncher.
- 3 provsmakningar av vin, ost och/eller typiska produkter.
- 1 matlagningskurs (hemgjord pasta).
- Guide som finns med 24 timmar om dygnet.
- Cykeluthyrning och extrautrustning (hybridcykel med 21 växlar).
- Cykel assistans och mekaniker.
- Transport av bagage.
- Försäkring.
- Hotell skatter och serviceavgifter.
- Inträde till museum.

## Datum 2019:

13-20 april  
18-25 maj  
8-15 juni  
14-21 september  
12-19 oktober

## Kostnad:

Kostnad per person: 1390  
Enkelrumstillägg: 240  
Elektrisk cykel tillägg: 140

[www.salentobicitour.org](http://www.salentobicitour.org)



[svenska@salentobicitour.org](mailto:svenska@salentobicitour.org)  
+39 346 086 27 17 | +39 329 127 30 10

