Salento, tour in bici per famiglie
Un viaggio in bici di 8 giorni

Codice tour: ITPUG03C



Il Salento è la parte più orientale d'Italia, il "tacco dello stivale", in Puglia. Situata al centro del Mar Mediterraneo, conserva la memoria delle diverse civiltà che l'hanno abitata, dai Messapi ai Greci, dai Romani ai Normanni. Il vostro viaggio in bicicletta inizierà a Lecce, una città barocca con importanti resti romani. Prendetevi tutto il tempo per passeggiare per le stradine di arenaria dorata, per trovare piazze nascoste e per gustare un delizioso pranzo in una delle enoteche o ristoranti accoglienti, dove gustosi piatti come le frittelle cecamariti vi faranno leccare i baffi. Gallipoli fu per via del suo porto e della sua importanza come centro commerciale da sempre soggetta agli attacchi di popoli conquistatori, come Bizantini, Greci, Spagnoli e Normanni. È una città, dove la storia fiorisce ad ogni angolo, che può essere visto nella miscela di stili architettonici. Da Gallipoli si effettuerà un suggestivo giro ad anello lungo la costa per visitare Porto Selvaggio, una delle zone costiere più suggestive del Salento, diventata parco naturale regionale nel 2006. Numerose sono le grotte carsiche con resti di abitazioni risalenti al Paleolitico. Questo tour è ideale per le famiglie, perché i percorsi saranno brevi e non dovrete cambiare hotel ogni giorno.



Date del tour: Ogni venerdì, sabato e domenica dal 01/01 al 03/07/2027 e dal 27/08 al 31/12/2027.
Altri giorni della settimana su richiesta con supplemento di € 75,00 p.p.

Partecipanti: Minimo 2 persone, viaggiatore singolo su richiesta

Livello: 1,5
Facile, un tour per famiglie. L'itinerario normalmente seguirà tranquille stradine di campagna o piste ciclabili, generalmente pianeggianti o con poco dislivello (non più di 200 m). Si pedalerà 3-4 ore al giorno e si avrà abbastanza tempo per godersi i paesi, le spiagge o le piscine... I percorsi saranno brevi, max 30 km al giorno. Ai bambini è richiesta esperienza in bicicletta.

Distanza giornaliera: tra 23 km - 35 km
Km totali: 167 km / 104 mi

Programma in breve:
Giorno 1 Arrivo individuale a Lecce
Giorno 2 Lecce - Martano (26 km)
Giorno 3 Martano giro ad anello (23 km)
Giorno 4 Martano - Galatone (35 km)
Giorno 5 Galatone giro ad anello (30 km)
Giorno 6 Galatone - Gallipoli (25 km)
Giorno 7 Gallipoli giro ad anello (28 km)
Giorno 8 Fine del tour

Programma giornaliero

Giorno 1: Arrivo a Lecce – L'Eleganza della "Firenze del Sud"
Il viaggio parte da Lecce. Nel tardo pomeriggio ti attende il briefing di benvenuto per la consegna della bicicletta e della traccia GPS. Dedica il resto della giornata a perdersi nel centro storico, tra maestosi resti romani e facciate barocche scolpite nella morbida pietra leccese. Prima di iniziare a pedalare, fai un salto in un bar del centro e concediti un vero e proprio rito locale: il **Caffè leccese,** servito con ghiaccio e dolcificato con un goccio di latte di mandorla.

Pernottamento e prima colazione a Lecce.

Giorno 2: Da Lecce a Martano – Sulle Tracce dei Messapi
La prima tappa è completamente pianeggiante e ti condurrà verso Cavallino, dove potrai passeggiare in un affascinante museo a cielo aperto dedicato alla civiltà dei Messapi, l'antico popolo che abitava il Salento prima dei Greci e dei Romani. Proseguendo tra campagne ricamate da muretti a secco, farai tappa a Calimera per visitare il suo Museo Naturale dove scoprirete la fauna e la flora tipiche della regione. La giornata si conclude a Martano, cuore pulsante della Greca Salentina.

Pernottamento e prima colazione a Martano
Distanza: 26 km
Dislivello: + 113m

Giorno 3: La Grecia Salentina – Un Tuffo nella Storia e nei Sapori Antichi
Oggi ti aspetta un tour ad anello tra i pittoreschi borghi di Zollino, Sternatia e Martignano. In quest'area di nove comuni si respira un'atmosfera unica: nel Medioevo, grazie alla presenza dei monaci bizantini, si diffuse un dialetto di origine ellenica noto come *Griko*, che ancora oggi sopravvive nella voce degli anziani. Durante le soste nei paesini, fai una pausa per assaggiare la **Sceblasti** (che in griko significa "senza forma"), una focaccia contadina morbida e profumata, condita con pomodori, zucchine, cipolle, peperoni e olive: il pranzo perfetto da gustare in piazzetta!
Pernottamento e prima colazione a Martano
Distanza: 23 km
Dislivello: + 153m

Giorno 4: Da Martano a Galatone – Tra Pozzelle, Castelli e Formaggi Biologici
La pedalata riparte da Castrignano de' Greci, dove potrai ammirare le *pozzelle*, un ingegnoso sistema di serbatoi scavati nella roccia che in passato serviva per raccogliere l'acqua piovana. Raggiunta Corigliano d'Otranto, il maestoso Castello de' Monti domina la vista, offrendo la possibilità di una visita culturale facoltativa. In alternativa, puoi deviare verso le campagne di Cutrofiano per visitare un'azienda agricola biologica e gustare formaggi freschi e miele a km zero.

Pernottamento e prima colazione a Galatone
Distanza: 35 km
Dislivello: + 230m

Giorno 5: Galatone e Galatina – Pizzica, Capolavori d'Arte e la Magia del Pasticciotto
Il giro ad anello di oggi ha come protagonista Galatina. Qui la Basilica di Santa Caterina d'Alessandria ti lascerà a bocca aperta con i suoi interni interamente ricoperti da affreschi in stile

giottesco. Galatina è anche la culla storica del *tarantismo*: la tradizione racconta che le donne morse dalla taranta venissero guarite dal ritmo travolgente della **Pizzica**, una danza liberatoria ancora vivissima nelle feste popolari. Tra una pedalata e l'altra, non dimenticare di fare tappa nella pasticceria dove è nato il celebre **Pasticciotto**, lo scrigno di pasta frolla con un cuore di crema pasticcera calda.
Se invece cerchi un'esperienza più intima, puoi scegliere di trascorrere la giornata nell'orto di una grande casa di campagna e partecipare a una classe di cucina con la signora Anna: imparerai i segreti delle **orecchiette fatte a mano** e della **pitta di patate**, per poi concederti un pomeriggio di puro relax in piscina.

Pernottamento e prima colazione a Galatone
Distanza: 30 km
Dislivello: + 175m

Giorno 6: Da Galatone a Gallipoli – Torri d'Epoca e la Campagna Salentina
L'itinerario prosegue verso il mare attraverso una campagna punteggiata dalle *pajare*, le caratteristiche costruzioni rurali in pietra a secco che ricordano i trulli. Durante il tragitto incontrerai il Castello di Fulcignano a Galatone e il Museo della Civiltà Messapica ad Alezio. Gli appassionati di tecnologia d'altri tempi possono fare una deviazione verso Tuglie per scoprire l'originalissimo Museo della Radio, che custodisce decine di esemplari d'epoca ancora perfettamente funzionanti, prima di giungere alle porte della "Città Bella", Gallipoli.

Pernottamento e prima colazione a Gallipoli
Distanza: 25 km
Dislivello: + 179m

Giorno 7: Anello di Gallipoli – Il Profumo dei Pini e il Mare di Porto Selvaggio
L'ultima giornata su due ruote è dedicata alla natura e al mare. Pedalando lungo la costa ionica si entra nella riserva naturale di Porto Selvaggio, un'oasi di oltre mille ettari di pineta profumata che si affaccia su acque turchesi dove sgorgano fresche sorgenti sotterranee. Dopo un tuffo rigenerante, la via del ritorno prevede una sosta d'obbligo a Santa Caterina, una città dove gli abitanti sembrano non conoscere altra attività se non quella di... mangiare il gelato!

Pernottamento e prima colazione a Gallipoli
Distanza: 28 km
Dislivello: + 200m

Giorno 8: Gallipoli e Arrivederci al Salento
La mattina è dedicata all'esplorazione dell'isola del centro storico di Gallipoli. Tra i vicoli di questo borgo sul mare è imperdibile una degustazione di vini all'interno di un antico **frantoio ipogeo**: un luogo affascinante dove un tempo si produceva l'olio lampante che illuminava le strade delle principali capitali europee. Qui si conclude il viaggio, prima del trasferimento verso l'aeroporto o la stazione.
Trasferimento a Lecce / Brindisi / Bari

Lezione Di Cucina
In alternativa al giorno 5, un'escursione che permette di vedere alcuni dei punti salienti dell'entroterra gallipolino, abbinandola a un'esperienza culinaria presso una famiglia locale.

Pedalando lungo strade secondarie di campagna, tra ulivi e muri a secco, si arriva alla "Tenuta DonnAnna", dove si svolge il corso di cucina. I prodotti vengono raccolti dall'orto di famiglia per poi passare alla preparazione: *pitta di patate (*una sorta di gateau di patate, con un ripieno di pomodori, olive, capperi, cipolle e tonno), *pittule* (delle palline di pasta fritta, ripiene di pomodori e capperi, oppure vuote da provare con il miele), *orecchiette fatte a mano* (una pasta tipica locale, a forma di orecchio, preparata con le dita e il coltello), il *pasticciotto* (una torta di pasta frolla, ripiena di crema chantilly) o il *tiramisù*. Seguirà un pranzo in famiglia, dove si consumeranno i piatti preparati, accompagnati da vino locale. Se la stagione e le temperature lo permettono, è possibile fare il bagno e rilassarsi in piscina.

Escursione In Barca A Vela

Un'alternativa al giorno 6 o 7, dopo diversi giorni di pedalata, un'escursione che vi permette di godere della Puglia da un altro punto di vista: il mare. Proponiamo un'escursione in barca a vela con partenza da Gallipoli con una barca di 13 metri, con 4 cabine (dove i clienti potranno fare una "siesta") e 3 bagni. La barca può ospitare fino a 12 persone. L'equipaggio è a bordo. Durante l'escursione, se i clienti hanno piacere, possono imparare alcuni concetti base e le tecniche di vela altrimenti possono rilassarsi e godersi la giornata. Visiteremo uno dei due più importanti parchi naturali della Puglia (isola di Sant'Andrea o Porto selvaggio, in base al vento). Faremo alcune fermate per nuotare e fare snorkeling. Il pranzo è incluso (antipasto, portata principale, frutta o dolce e vino).

Hotel: *** o **** stelle, B&B.

Prezzi per persona 2027:

In camera doppia:

- Da aprile a ottobre: € 550
- Da novembre a marzo: 470€

In camera singola:

- Da aprile a ottobre: € 820
- Da novembre a marzo: € 740

Prezzo base bambini da 0-18 anni:

- Da aprile a ottobre: € 450
- Da novembre a marzo: € 385

Supplemento alta stagione (05/05 – 24/09) € 140

Noleggio bici

Bici ibrida (21 velocità) € 130
Bici elettrica € 215
Bici Gravel 14 velocità € 215
Follow me tandem/third wheel € 85
Bike Trailer € 85

Extra notte a Lecce in matrimoniale € 45
Extra notte a Lecce in singola € 90

Prezzi per persona 4** 2027:**

In camera doppia:
- Da aprile a ottobre: € 720
- Da novembre a marzo: € 640

In camera singola:
- Da aprile a ottobre: € 990
- Da novembre a marzo: € 910

Prezzo base bambini da 0-18 anni:
- Da aprile a ottobre: € 620
- Da novembre a marzo: € 555

Supplemento alta stagione (05/05 – 24/09) € 140

Noleggio bici
Bici ibrida (21 velocità) € 130
Bici elettrica € 215
Bici Gravel 14 velocità € 215
Follow me tandem/third wheel € 85
Bike Trailer € 85

Extra notte a Lecce in matrimoniale € 70
Extra notte a Lecce in singola € 120

Prezzi per persona 4**/5***** 2027:**

In camera doppia:
- Da aprile a ottobre: € 1.100
- Da novembre a marzo: € 1.020

In camera singola:
- Da aprile a ottobre: € 1.370
- Da novembre a marzo: € 1.290

Prezzo base bambini da 0-18 anni:
- Da aprile a ottobre: € 1.000
- Da novembre a marzo: € 935

Supplemento alta stagione (05/05 – 24/09) € 140

Noleggio bici
Bici ibrida (21 velocità) € 130
Bici elettrica € 215
Bici Gravel 14 velocità € 215
Follow me tandem/third wheel € 85
Bike Trailer € 85

Extra notte a Lecce in matrimoniale € 130
Extra notte a Lecce in singola € 205

Servizi extra per persona:
Lezione di cucina con pranzo incluso: adulti € 50 – bambini € 25
Escursione in barca a vela per mezza giornata, pranzo incluso: €100 (2 pax), €80 (>3 pax), €70 (>4 pax)

Nel caso in cui la prenotazione sia effettuata esclusivamente da adulti, è previsto un supplemento del 30% sul prezzo base netto per adulto.
Nel caso in cui i clienti desiderino soggiornare in una camera doppia (anziché in una camera familiare), è previsto un supplemento del 30% sul prezzo base al netto.

Incluso nel prezzo:
- 7 pernottamenti
- 7 prime colazioni
- Briefing sull'itinerario e consegna delle bici
- Trasporto bagaglio
- GPS con tracce incluse, custodia per il telefono (1 per ogni prenotazione)
- Descrizioni degli itinerari e degli insediamenti culturali
- Assistenza locale h24
- Compensazione delle emissioni di CO2 con un importo forfettario pari a 20 €.

Non incluso nel prezzo:
- Tasse di soggiorno
- Pranzi, cene e bevande
- Tutto ciò non espressamente indicato su "incluso nel prezzo"

Politica di annullamento:
- Fino a 60 giorni prima della data di inizio: 100,00 € di spese amministrative
- Da 59 a 30 giorni prima della data di inizio: 30% del costo totale del viaggio
- Da 29 a 14 giorni prima della data di inizio: 50% del costo totale del viaggio
- Da 13 a 6 giorni prima della data di inizio: 75% del costo totale del viaggio
- 5 giorni prima della data di inizio: 100% del costo totale del viaggio

Come arrivare
Inizio / Fine del tour: Lecce / Gallipoli

ECOLOGICOTOURS

ECOLOGICO TOURS
Cantonal 41B /19
6565 San Bernardino
Svizzera/Schweiz/Suisse
info@ecologicotours.com
tel. (0039) 3463254167 – (0041)(0) 79 2457505
www.ecologicotours.com
www.meravigliosaumbria.com