

APPIA IN BICI 2023

archeologia - cultura - tradizioni

Da Benevento a Brindisi sulle orme della *Regina Viarum*

UN CICLOVIAGGIO PER PROMUOVERE LA CANDIDATURA UNESCO
DEL PIÙ IMPORTANTE ASSE VIARIO DELL'ANTICHITÀ



*Recentemente il Ministero della Cultura ha avviato l'iter di candidatura della via Appia Antica all'iscrizione nella **Lista del Patrimonio Mondiale dell'UNESCO**. Con l'organizzazione di questo ciclovaggio FIAB Roma Ruotalibera intende sostenere tale candidatura e promuovere la valorizzazione dell'Appia Antica in bicicletta. Partiremo dal Sannio e dal suo capoluogo, Benevento, dove l'Arco di Traiano è l'antico e maestoso testimone dell'importanza che l'Appia rivestì per i commerci e la cultura dell'Impero romano e, attraversando la Campania e la Basilicata raggiungeremo la Puglia per un percorso tra storia, archeologia e natura, che da Gesualdo, Bisaccia, Venosa, Gravina in Puglia e Taranto arriverà fino alla città di Brindisi, dove la via Appia aveva termine.*

INFO EVENTO

- **Data:** 13 maggio 2023
- **Durata:** 8 giorni/7 notti
- **Tipo:** Ciclovaggio
- **Lunghezza:** km 370 circa
- **Bicicletta:** mtb/gravel/ibride (percorso misto, sono sconsigliate le bici da corsa)

PROGRAMMA

Sabato 13 maggio

Arrivo a **Benevento** in mattinata e sistemazione presso il nostro alloggio. Nel primo pomeriggio, verso le 15:00 ci incontreremo presso l'Arco di Traiano per visitare la città accompagnati da una guida.

Pranzo e cena liberi. Pernottamento presso B&B Piazza Roma Rooms Via Orbilio Pupillo 12 - La Fara e Arco dolce Arco - Benevento.

Cosa vedremo **Benevento:** Port'Arsa, mura romane e Terme di San Cristiano, Teatro Romano, Arco del Sacramento e area archeologica del foro romano, Arco di Traiano, Chiesa longobarda di Santa Sofia fondata nel 758.

1° giorno domenica 14 maggio Benevento-Apice-Aeclanum-Gesualdo

km 48 – dislivello salita m 1050 – discesa m 610 °°°° Percorso per chi ha un buon allenamento

ore 8:00 Prima colazione. La giornata presenta un discreto dislivello ma non particolarmente impegnativo. Partendo dall'Arco di Traiano raggiungeremo la periferia della città all'altezza della contrada Cretarossa. Proseguendo verso masseria Santa Cumana ci allontaneremo di qualche chilometro dalla zona dove si presume passasse la via Appia Antica. Il paesaggio in questa zona è molto suggestivo e caratterizzato da distese di prati erbosi a perdita d'occhio.

Proseguiremo fino a San Giorgio del Sannio e Calvi. Raggiunto Apice Vecchio faremo una breve sosta per una passeggiata all'interno della "città fantasma", abbandonata negli anni '80 dopo il terremoto dell'Irpinia; proseguiremo sempre su strade tranquille e poco trafficate fino a ricongiungerci con l'Appia, nel luogo dove ancora oggi possiamo ammirare i resti di un bellissimo ponte romano (Ponte Rotto) sul fiume Calore.

Ripreso il percorso attraverseremo suggestivi paesaggi privi di traffico ma con alcuni saliscendi, a volte impegnativi, che ci condurranno fino al Passo di Mirabella. Qui è ubicato il Parco Archeologico dell'antica città romana di *Aeclanum* che visiteremo accompagnati da una guida locale.

Dopo la sosta con pranzo al sacco, ancora su strade tranquille raggiungeremo Gesualdo, una ridente cittadina dell'Irpinia centrale, dominata dai longobardi che costruirono il castello, notevolmente ampliato nel XII secolo con la dominazione normanna. Nel 1500 il famoso musicista Carlo Gesualdo, possessore della fortezza la trasformò in corte rinascimentale con teatro.

Pranzo e cena liberi. Pernottamento in B&B "Zembalo" Via IV Novembre 87 – Gesualdo

Cosa vedremo

Apice Vecchio	Vista della "città fantasma"
Apice	Ponte Rotto del I sec a.C.
Mirabella Eclano	Parco archeologico di <i>Aeclanum</i> (visita guidata con ingresso gratuito)
Gesualdo	Castello rinascimentale e Teatro Carlo Gesualdo (vista guidata)

2° giorno lunedì 15 maggio Gesualdo-Frigento-Bisaccia

Km 34 – dislivello salita m 730 – discesa m 540 °°° Percorso che richiede allenamento

ore 8:00 Prima colazione. Percorso abbastanza breve ma con discreto dislivello. Partendo dal castello di Gesualdo scenderemo sulla SS303 e proseguiremo a destra costeggiando Frigento. Incontreremo sulla strada diverse aziende agricole in un paesaggio molto curato. Proseguendo lasceremo la statale per entrare nel sentiero del Parco Eolico all'altezza di Taverna Bruciata e Borgo Le Taverne, nei pressi di Guardia Lombardi. Continueremo a pedalare sui saliscendi del Formicoso, entrando e uscendo dalla Statale. Giunti alla contrada Forche proseguiremo sulla statale; oltrepasseremo la contrada Frassino e proseguiremo verso Montemarano, con la vista di pale eoliche e distese di pannelli fotovoltaici. Saliremo ancora, ignorando la SS91 e procederemo sul crinale Tirreno-Adriatico. Superata la valle Petrulli saliremo a Bisaccia Nuova, anonima cittadina costruita dopo il terremoto del 1980. Lasciato il bivio per Bisaccia vecchia raggiungeremo il nostro albergo. Dopo pranzo andremo a visitare il castello ducale, costruito dai longobardi nell'VIII secolo che fu distrutto e ricostruito nel XIII secolo da Federico II di Svevia.

Pranzo e cena liberi. Pernottamento in Albergo & Locanda "Domus Romulea" Via XXIII Luglio 303 - Bisaccia.

3° giorno martedì 16 maggio Bisaccia-Aquilonia-Melfi-Venosa

km 55 – dislivello salita m 1190 – discesa m 1660 °°° Percorso per chi ha un buon allenamento

ore 8:00 Prima colazione. Questa giornata, fra le più bella di tutto il viaggio, è caratterizzata da un paesaggio davvero eccezionale: tra l'ultimo lembo dell'Irpinia e l'estremo nord della Lucania la natura la fa da padrona, regalandoci continui panorami diversi tra loro ma strepitosi allo stesso tempo. Raggiunta Aquilonia, attraverso un bellissimo percorso a tratti su strada a traffico zero e su sterrato, passeremo all'interno di uno dei tanti parchi eolici che caratterizzano la zona. La bellezza della natura e il silenzio saranno i protagonisti per tutta la giornata; seguirà la visita del singolare Parco Archeologico di Carbonara. Si tratta dei resti molto ben restaurati dell'antica città (oggi Aquilonia), distrutta dal terremoto del 1930 e abbandonata nel dopoguerra. Dopo la visita e una sosta di ristoro proseguiamo in discesa fino al Lago di San Pietro, altro angolo di particolare bellezza. Superata una breve salita non impegnativa prenderemo una provinciale assolutamente priva di traffico, che in una bellissima e lunghissima discesa ci condurrà in terra lucana. Prima di Rocchetta Scalo prenderemo la statale, non eccessivamente trafficata, che poco dopo diventa una bella e tranquilla provinciale. Dopo il pranzo libero a Melfi faremo circa 20 km in piano e pochi chilometri in leggera salita. In questo lungo tratto di strada, dal paesaggio sempre suggestivo e caratterizzato da distese di prati e campi coltivati, potremmo incontrare terriccio melmoso in quanto la strada è percorsa prevalentemente da trattori. Arrivati al bivio con la statale mancheranno ancora 12 km, con brevi tratti in salita, per raggiungere la città di Venosa, nostra meta.

Pranzo e cena liberi. Pernottamento presso l'Hotel "Orazio" Via Vittorio Emanuele II 142 - Venosa.

Cosa vedremo **Aquilonia** Parco Archeologico di Carbonara.
Venosa Museo Archeologico Nazionale.

4° giorno mercoledì 17 maggio Venosa-Palazzo S. Gervasio-Gravina in Puglia

km 65,5 – dislivello in salita m 590 – discesa m 630 °°° Percorso che richiede allenamento

ore 8:00 Prima colazione. In mattinata visiteremo il Parco Archeologico di Venosa, l'antica città latina di *Venusia*, che conserva resti monumentali del periodo repubblicano, di quello imperiale e dell'età medioevale. Fra le diverse vestigia osserveremo le terme imperiali, alcune *domus*, quartieri abitativi, fino alla così detta "Incompiuta": un impianto ecclesiale di epoca normanna mai portata a compimento. Al termine della visita, su una statale leggermente trafficata in uscita dalla città, ci dirigeremo verso Palazzo San Gervasio. In questa prima parte del percorso lungo 20 km, potremo ammirare un paesaggio cangiante: da distese di prati verdi a improvvisi tratti boscosi. A Palazzo San Gervasio sosteneremo per il pranzo libero. Usciti dalla città continueremo l'itinerario prendendo quasi subito una lunga provinciale inibita al traffico veicolare, che lasceremo solo alle porte di Gravina, dopo aver percorso ben 40 km in assoluto silenzio e con la sola compagnia della natura. Anche su questa strada, per le ragioni già dette, in caso di pioggia il terriccio diventa melmoso. Questo tratto caratterizzato da vasti pianori e suggestive verdi colline, fin dall'inizio sarà in gran parte in discesa con l'unica salita di circa 2 km che troveremo poco prima dell'ingresso in città.

Pranzo e cena liberi. Pernottamento presso il B&B "Grantò" Via Pietro Lanora 47 - Gravina in Puglia.

Cosa vedremo **Venosa** Parco Archeologico, Casa di Orazio, Complesso della Santissima Trinità.

5° giorno giovedì 18 maggio Gravina in Puglia-Altamura-Palagiano-Taranto

km 98 – dislivello salita m 440 – discesa m 790 °°° Percorso che richiede allenamento

ore 8:00 Prima colazione. Prima di riprendere il percorso visiteremo alcuni monumenti della città, fra cui il viadotto-acquedotto, alcune chiese rupestri e l'area archeologica "Padre Eterno", poco distante dalla antica stazione di *Silvium*. Inizieremo la nostra pedalata da via Bari che si immette subito sulla SP 27 (Appia Antica) circondata da un bel paesaggio collinare. Dopo 10 chilometri, prima del sottopasso della ferrovia voltiamo a destra sulla SP28 Appia e sulla SP 41; superiamo la masseria Pisciuolo e proseguiamo fino a raggiungere la masseria fortificata Jesce del XVII secolo con annesso Monastero di S. Michele Arcangelo e la bellissima cripta affrescata. Continuiamo sulla SP41 fino alla rotatoria e sulla SP 141. Dopo la masseria Viglione, superato il bivio delle 6 strade prendiamo la SP 22, una bella strada sterrata di campagna che prosegue fino alla masseria Miseria. Subito dopo voltiamo a sinistra e a destra e continuiamo sulla SP20 fino alla masseria Condile (antica stazione *Sub Lupatia*). Proseguiamo su sterrato e oltrepassiamo la SS7 su un tratturo che costeggia un bosco

di querce. Continuiamo su strada asfaltata superando l'area delle gravine; oltrepassiamo la masseria Santo Stefano fino a immetterci nella SP 15. Voltiamo a sinistra e avanziamo oltre il gasdotto. Bellissimi i dintorni: piccoli boschi, gravine e prati verdi che ci terranno compagnia per diversi di chilometri. Successivamente voltiamo a destra e proseguiamo su sterrato voltando a sinistra per superare la lama di Castellaneta presso la masseria Petrosa. Voltiamo a sinistra e a destra, superiamo la SP14 per giungere a Palagiano lungo la via Matera. Attraversiamo la cittadina uscendo dalla SP39 e continuiamo fino a Patemisco e alla stazione ferroviaria di Bellavista. A questo punto abbiamo due alternative: la prima, prendere il treno che ci porta alla stazione di Taranto Centrale; la seconda attraversare, se lo permettono, su sentiero ciclabile l'ex Ilva e arrivare a Porta Napoli.

Pranzo e cena liberi. Pernottamento presso l'Hotel "Plaza" Via Nccolò Tommaso D'Aquino 46 -Taranto.

Cosa vedremo **Gravina** Ponte viadotto-acquedotto sulla gravina, Area Archeologica "Padre Eterno".
Taranto Castello Aragonese, Colonne del tempio di Poseidone

6° giorno venerdì 19 maggio Taranto-S. Giorgio Ionico-Carosino-Oria-Mesagne-Brindisi
km 77 – dislivello salita m 250 – discesa m 270 °°° Percorso che richiede allenamento

ore 8:00 Prima colazione. Dedicheremo un po' di tempo della mattina per visitare l'irrinunciabile "MarTA", Museo Nazionale Archeologico di Taranto. Tra i più importanti Musei archeologici italiani, raccoglie reperti dal periodo Paleolitico fino all'età romana, comprendendo anche resti del tardoantico e altomedioevale: da non perdere gli Ori di Taranto, oreficerie di età ellenistica e della prima età romana. Attraverseremo per intero la città in direzione est per 5 km, dove prenderemo una provinciale poco trafficata che percorreremo per 4 km. Devieremo su una bella sterrata non facile da individuare, che terminerà sulla SS7 alle porte di San Giorgio Ionico. Entreremo in città su breve salita per proseguire verso Carosino, dove faremo una breve sosta. Appena usciti dalla città il percorso diventa interessante: si tratta di una strada in piena campagna lunga 6 km che sembra una ciclabile, frequentata da podisti e circondata da campi di grano e alberi di ulivi. Per 3 km percorreremo una statale in leggera salita con poche macchine, fino al bivio per Oria che raggiungeremo dopo 12 km su provinciale quasi priva di traffico. Arrivati a Oria effettueremo una sosta per una visita in questa splendida città messapica: conquistata da romani, normanni e svevi ricca di monumenti, fra cui il bellissimo castello del XII secolo. Usciti dalla città troveremo un bel percorso ciclabile con segnaletica che si chiama "Appia" e che ci condurrà direttamente a Mesagne. All'uscita dalla città passeremo vicino al Tempietto di San Lorenzo di età tardo romana, per proseguire su una strada parallela alla SS7 che diventa sterrata dopo 5 km. Ne percorreremo altrettanti attraverso campi e passando vicino Masserie prima di arrivare al sottopasso della statale. Prenderemo una strada di periferia con traffico limitato che ci condurrà direttamente sulla via Appia che taglia interamente la città moderna fino alle porte dell'abitato storico di Brindisi ed entreremo nel centro storico che attraverseremo per intero fino alle Colonne romane.

Pranzo e cena liberi. Pernottamento presso il B&B "Le Colonne" Via Regina Margherita 7 – Brindisi

Cosa vedremo **Taranto** MarTA, Museo Nazionale Archeologico di Taranto.
Oria Centro storico e castello Normanno-Svevo
Mesagne Centro storico (già villa romana posta sulla via Appia antica)

7° giorno sabato 20 maggio Brindisi

ore 8:00 Prima colazione. In mattinata sarà facoltativa la visita guidata del centro storico di Brindisi che si concluderà per l'ora di pranzo. Nel primo pomeriggio, al termine del ciclovaggio, ognuno raggiungerà la propria destinazione - Pranzo libero.

Cosa vedremo **Brindisi** Colonne romane, "Vasche Limarie" dell'acquedotto romano, chiesa di San Giovanni al Sepolcro, Palazzo Granafei-Nervegna, Portico dei Cavalieri Templari.

VISITE GUIDATE (facoltative)

Benevento	Percorso archeologico del periodo romano
Mirabella Eclano	Parco Archeologico di Aeclanum (visita guidata)
Venosa	Parco Archeologico e Santissima Trinità (orari 09:00-tramonto, ingresso Parco Archeologico € 2,50 a persona, SS Trinità gratuito, visita guidata 1 ora € 60 a gruppo)
Gravina in Puglia	Chiesa rupestre di S. Michele alle Grotte (orari 09:30/12:30 -15:00/18:00 ingresso e visita guidata € 3,00 a persona, su prenotazione)
Taranto	MARtA, Museo Archeologico (orari 08:30 - 19:30 ingresso Euro 08:00 a persona)
Brindisi	Percorso archeologico del periodo romano (con la collaborazione di PAST)

EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO

- Borsa con abbigliamento consono alla stagione e cambi necessari
- Mantella o giacca antipioggia/antivento
- Medicinali personali
- Documento di riconoscimento
- Tessera sanitaria
- Tessera FIAB
- Bici in ordine (almeno 2 camere d'aria, freni in ordine, kit riparazione ecc.)
- Borraccia (anche 2)
- Lucchetto
- Luci anteriori e posteriori
- Casco obbligatorio

INFORMAZIONI SUL VIAGGIO

ANDATA Ritrovo dei partecipanti a Roma presso la Stazione Termini treno intercity 703 in partenza per Benevento ore 7:28 con arrivo alle 11:02 senza cambio - € 10,90. In alternativa treno Intercity 551/ R 21179 ore 09:29 con arrivo 14:10 un cambio - € 20,80.

Appuntamento con i soci provenienti da altre località e con altri mezzi direttamente a Benevento, ore 15:00 presso Arco di Traiano.

RITORNO Partenza da Brindisi treno R 19974/Intercity 702 ore 11:00 con arrivo alle 20:34 un cambio – € 20,50; Flixbus alle 12:45 con arrivo 20:20 - € 9:99 (da prenotare in anticipo).

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

- € 338 con un minimo di 10 partecipanti

TRATTAMENTO E SERVIZI INCLUSI NELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE

- n. 6 pernottamenti con prima colazione in camere doppie o triple nelle strutture indicate
- assicurazione medico bagaglio
- assistenza telefonica durante il viaggio

LA QUOTA NON COMPRENDE

