

ITINERARI **CAMMINO MATERANO**



QUANDO: IN PRIMAVERA O IN AUTUNNO
DURATA: ALMENO UNA SETTIMANA
IL CONSIGLIO: AFFRONTARE
IL CAMMINO, CHE È FACILE MA LUNGO,
AVENDO UN MINIMO DI ALLENAMENTO

Nella foto. Gli ultimi chilometri della Via Peuceta prima di arrivare a Matera, tra muretti a secco e vegetazione mediterranea.

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

A PIEDI FINO IN BASILICATA

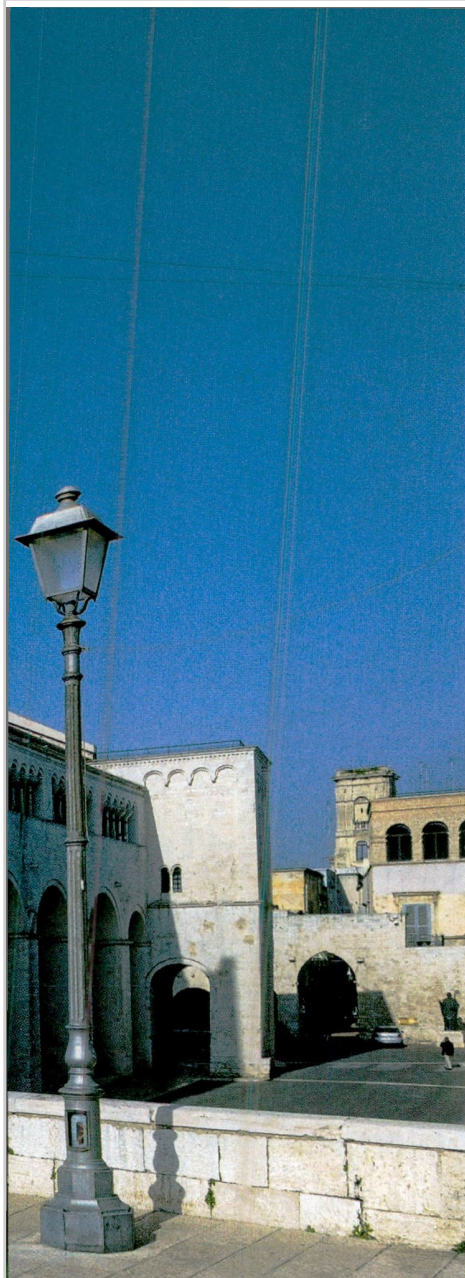
Da Bari a Matera camminando nella natura, lungo un percorso di 170 chilometri. Che in sette tappe tocca santuari, aree protette e borghi rurali dove si vive ancora come una volta

TESTO DI VINCENZO PETRÀGLIA



Sopra. A Bari, la Basilica di San Nicola: del XII secolo, è un austero esempio di Romanico pugliese. **Sotto.** L'interno della basilica, a tre navate con tre arconi trasversali aggiunti nel '400 a seguito di un terremoto. **Pagina accanto.** Tra i campi verso Gravina in Puglia.

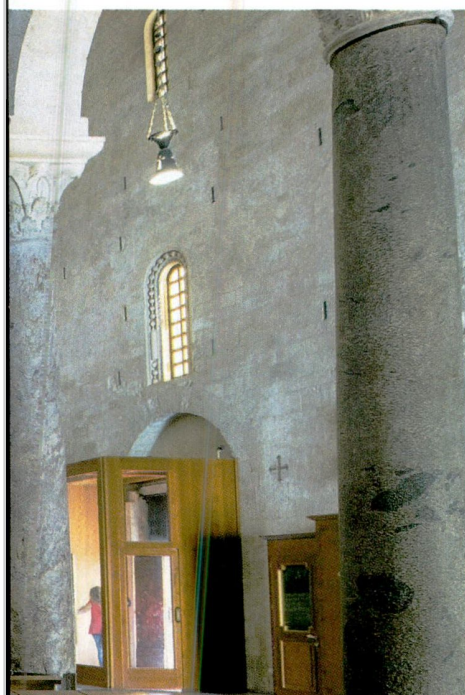




Camminare riconcilia con se stessi, a maggior ragione quando lo si fa attraversando scenari naturalistici di grande impatto, poco antropizzati e in cui si riesce a ritrovare quel rapporto intimo, ancestrale, con la natura. Come accade percorrendo il **Cammino Materano**, una rete di sei itinerari nata per iniziativa della **Cooperativa In Itinere**, che ha riscoperto e tracciato sentieri storici e antichi tratturi: attraversando la Puglia più vera, fuori dai flussi turistici della costa, i percorsi confluiscono a Matera, una sorta di piccola "Gerusalemme d'Occidente", con i suoi scenari esotici non a caso scelti come set per film quali *Il Vangelo secondo Matteo* di Pier Paolo Pasolini, *La Passione di Cristo* di Mel Gibson e molti altri.

Il fascino della Via Peuceta: da Bari a Matera

Uno di questi itinerari va sotto il nome di **Via Peuceta**, dall'antico popolo preromano dei Peuceti che abitò questa parte di Puglia, e si snoda per quasi 170 chilometri divisi in sette tappe da Bari a Matera, appunto. Un percorso che attraversa una natura a tratti dolce e addomesticata, punteggiata da uliveti sconfinati e magnifiche distese fiorite, in altri momenti aspra e selvaggia, luoghi dell'anima in cui si incontrano grotte rupestri e santuari, splendidi borghi medievali, comunità ospitali e sapori genuini. Prima d'incamminarsi, non si può non visitare la parte più antica di **Bari** e la **Basilica di San Nicola**, punto d'inizio della strada medievale che collegava il capoluogo a **Bitetto**, luogo d'arrivo della prima tappa del cammino, lunga 17 chilometri. Usciti dalla città, ci si trova proiettati in un mondo agreste di grande fascino fra uliveti e antichi insediamenti. Come, a **Modugno**, il **Santuario Rupestre della Madonna della Grotta**, risalente all'XI secolo, e il **Casale Medievale di Balsignano**, splendido insediamento rurale fortificato del X-XI secolo all'interno del quale si trovano un castello, un cenobio benedettino e le chiese di Santa Maria e San Felice, meraviglioso esempio di arte romanica, originale mix di elementi architettonici nordici, bizantini e orientali. Preludio a Bitetto, intricato labirinto di archi, piazzette e vicoli alle pendici della Murgia.



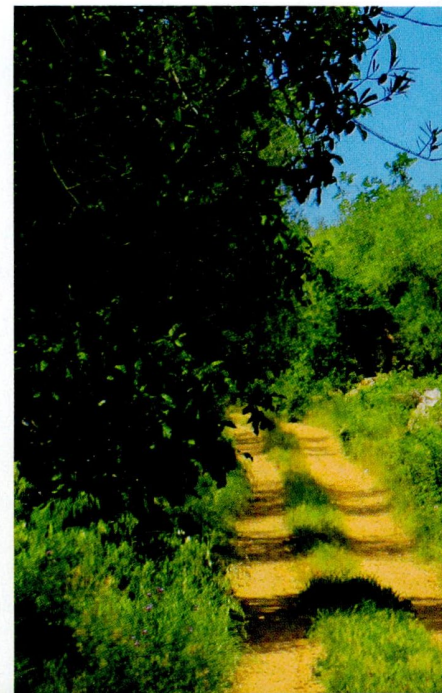
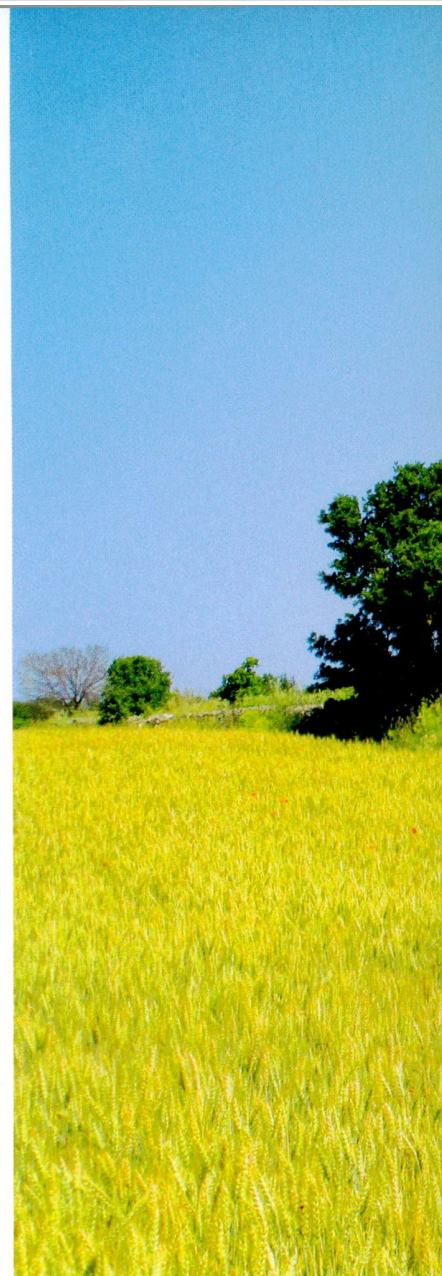
Verso il cuore della Murgia

La seconda tappa da Bitetto a **Cassano delle Murge** (25 chilometri), porta d'ingresso del **Parco Nazionale dell'Alta Murgia**, è un tuffo in una natura dominata da macchia mediterranea, uliveti, mandorleti, vigneti e piante spontanee come l'asparago selvatico, che si alternano in una pianura punteggiata da antiche masserie, trulli e muretti a secco, che via via cede il passo alla salita verso Cassano e l'altopiano delle Murge.

Lungo il percorso, è ideale fare una sosta per visitare il **Santuario di Santa Maria degli Angeli**, risalente al Duecento; giunti a Cassano, nota anche per il suo cece nero, Presidio Slow Food, è bello assaporare le vivaci atmosfere che regnano nel dedalo di vicoli del centro storico.

Gli scenari della terza tappa che conducono a **Santeramo in Colle** (22 chilometri) cambiano radicalmente. Sono quelli tipici del paesaggio murgiano: creste rocciose, cavità carsiche, dolci pendii, lame, campi di grano e brulli pascoli delimitati dai caratteristici muretti a secco. Poco dopo aver incrociato la **Grotta di Cristo**, ricca di concrezioni calcaree formatesi nei millenni, il Bosco di Mesola è una delle più vaste aree boschive della provincia di Bari con roverelle, lecci, pini d'Aleppo, habitat per volpi e falchi grillai, anticamera di Santeramo in Colle. Qui, per rifocillarsi, vale la pena di provare uno dei "fornelli pronti", le macellerie storiche che la sera si trasformano in bracerie alla buona (fra le tante delizie, le bombette e le brasciole). Santeramo sorge sul gradino più alto dell'altopiano delle Murge, a 500 metri di quota, punto strategico per gli antichi tracciati del passato. Seguendoli si raggiunge con la quarta tappa (24,5 chilometri) **Altamura**.

Un tratto ricco di fascino nel cuore dell'Alta Murgia, tra le più importanti aree steppeiche d'Italia. La vegetazione cambia ancora con licheni, muschi, orchidee selvatiche e il caratteristico "lino delle fate", una pianta perenne che tra maggio e giugno, col suo colore biancastro, trasforma i prati in distese argenteie di grande suggestione. Tra i fiori all'occhiello di questa tappa,





Sopra. Il paesaggio delle Murge, con campi di grano e sentieri delimitati da muretti a secco.
Sotto. Sulla via per Cassano delle Murge si incontrano *pajare*, antichi trulli e masserie.
Pagina accanto. Distese fiorite nelle pianure dell'Alta Murgia.





Sopra. Piantazione di paulownia lungo la tappa Gravina in Puglia-Picciano.
Sotto. La Riserva Naturale Orientata Lago di San Giuliano, lungo la tappa Picciano-Matera.
Pagina accanto. Gli affreschi del IX secolo che decorano la Cripta del Peccato Originale a Matera.





L'insediamento rupestre di Fornello, masseria regia con la chiesa dedicata a Sant'Angelo, con affreschi del XIII-XIV secolo, e la Cava Pontrelli, uno dei giacimenti paleontologici più importanti d'Europa con oltre 30.000 orme di dinosauri risalenti a 70-80 milioni di anni fa. Altamura d'altronde è frequentata da tempi molto remoti, come dimostra il celeberrimo "Uomo di Altamura", risalente a circa 150.000 anni fa e custodito nel **Museo Nazionale Archeologico**. In città, oltre alle magnifiche chiese, meritano una puntatina anche il **Forno Antico Santa Chiara**, dove assaggiare il buonissimo pane di Altamura Dop, il **Caseificio Stella Dicecca** e, in campagna, lungo il tracciato del Cammino, la **Masseria Scalerà**, per partecipare a laboratori di produzione di latticini e formaggi e fare degustazioni e acquisti golosi.

Gravina in Puglia, meta della quinta tappa, è a 20 chilometri. Lungo il percorso si estendono campi coltivati a grano e legumi, soprattutto lupini e cicerchie, che danno vita a fioriture multicolori. La scenografica cittadina, cui si accede tramite l'imponente Ponte Acquedotto Madonna della Stella, sorge su un profondo crepaccio costellato di cavità naturali e chiese rupestri, come quelle di San Michele delle Grotte, Madonna della Stella, Santa Maria degli Angeli, San Basilio e Santa Sofia.

Il fascino della collina materana

La sesta tappa, di 30,3 chilometri, conduce al **Santuario di Santa Maria di Picciano**, in territorio lucano, e regala luoghi di grande fascino: lungo il percorso si incontrano l'area archeologica di Botromagno, con le rovine dell'antica città peuceta di *Sidion*, e il rigoglioso Bosco Difesa Grande, anticamera al santuario di Picciano, la cui storia è indissolubilmente legata a quella della comunità monastica insediata qui nel XIII secolo, luogo magico da cui si domina il bellissimo paesaggio collinare circostante, in primavera verde brillante, in estate brullo e dorato.

È questo lo scenario della prima parte della settimana e ultima tappa, di 29,5



Nella foto. I Sassi di Matera, meta finale del viaggio, visti dalle grotte di Murgia Timone. I Sassi, adibiti a luoghi di culto e abitazioni, sono Patrimonio Unesco dal 1993. A destra. Credenziali del camminatore con i timbri della Via Peuceta.

chilometri, che tocca la **Riserva Naturale Orientata Lago di San Giuliano**, un lago artificiale nato come sbarramento del fiume Bradano, Oasi Wwf eden del birdwatching, e via via i paesaggi più aspri che fanno da sfondo alla **Cripta del Peccato Originale**, con i suoi magnifici affreschi del IX secolo raffiguranti episodi della Genesi, definita "la Cappella Sistina della pittura parietale rupestre". Tanti gioielli come questi rendono il **Parco Archeologico Storico Naturale delle Chiese Rupestri del Materano** un luogo davvero unico, dove l'opera dell'uomo si fonde perfettamente con la natura selvaggia. Giunti a **Matera** si viene colti quasi da un senso di spaesamento per la bellezza e l'unicità dei Sassi. Attraversandoli per raggiungere la meta finale del Cammino, il Duomo, si viene proiettati in un groviglio di gradinate e vicoletti, chiese e campanili, archi, ballatoi, orti e terrazze, case aggrappate a profondi burroni, grotte e chiese rupestri, che le donano il fascino di una città senza tempo. Visitare la Capitale Europea della Cultura 2019 è un must. Come pure, per chi non ha problemi di tempo, fare un'escursione in bus nella vicina Laterza (20 chilometri), in provincia di Taranto. Qui si trova, infatti, la **Gravina di Laterza**, lunga 12 chilometri e profonda 200 metri, uno dei canyon più grandi d'Europa, per un tuffo nella natura selvaggia (il riferimento per escursioni guidate è l'**Oasi Lipu**). Degno modo per concludere questa magnifica esperienza nel cuore del Sud più autentico.

INDIRIZZI

Basilica di San Nicola

Bari Largo Abate Elia 13

☎ 080 5737111; basilicasannicola.it

Orario: 7-20.30, dom. fino alle 22.

Santuario Rupestre della Madonna della Grotta

Modugno (BA) Contrada Madonna

della Grotta 1 ☎ 080 5054015; madonna
dellagrotta.it Orario: 10-12 e 18-20.

Casale Medievale di Balsignano

Modugno (BA) SP92, Km 2.900

☎ 080 5865761; casaledibalsignano.it
Orario: sab.-dom. 9.30-13.30, d'estate
anche 17-21. **Ingresso:** 5 €.

Parco Nazionale dell'Alta Murgia

Gravina in Puglia (BA) Via Firenze 10

☎ 080 3262268; parcoaltamurgia.gov.it

ITINERARI CAMMINO MATERANO

Santuario di Santa Maria degli Angeli
Cassano delle Murge (BA) Piazzale
De Consulibus 1 ☎ 080 763221.
Orario: 9-12 e 16-19.

Grotta di Cristo
Cassano delle Murge (BA) Contrada
di Cristo ☎ 340 0041912. Orario: visite
su prenotazione (da effettuare almeno
24 ore prima). **Ingresso:** 5 € a persona
per gruppi di minimo 6 persone.

**Museo Nazionale Archeologico
di Altamura**
Altamura (BA) Via Santeramo in Colle 88
☎ 080 3146409; uomodialtamura.it
Orario: 8.30-19.30, sab.-dom. 8.30-13.30.
Ingresso: gratuito.

Forno Antico Santa Chiara
Altamura (BA) Via Luca Martucci 10
☎ 329 1524177.

Caseificio Stella Dicecca
Altamura (BA) Piazza Matteotti 11
☎ 080 2375800 e 333 8313778;
caseificiodicecca.it

Masseria Scalera
Altamura (BA) Contrada Sgolgore 522
☎ 329 5885445; masseriascalera.it

Santuario di Santa Maria di Picciano
Matera Santuario Madonna
di Picciano 1 ☎ 0835 302890;
santuariopicciano.it
Orario: 7-13.30 e 15.30-20.30.

**Riserva Naturale Orientata
Lago di San Giuliano**
Miglionico (MT) Contrada Diga di San
Giuliano; wwf.it Orario: su prenotazione
a Nuova Atlantide ☎ 328 7338268;
nuovaatlantide.com **Ingresso:** 3 €.

Cripta del Peccato Originale
Matera Contrada Petrapenta ☎ 320
3345323; criptadelpeccatooriginale.it
Orario: in via di definizione. **Ingresso:** 10 €.

**Parco Archeologico Storico Naturale
delle Chiese Rupestri del Materano**
Matera Via Sette Dolori 10 ☎ 0835 336166;
parcomurgia.it Per escursioni con guida:
Cea, Centro di Educazione Ambientale del
parco ☎ 0835 332262; ceamatera.it

Oasi Lipu Gravina di Laterza
Laterza (TA) Via Selva San Vito
☎ 339 3311947; lipu.it/oasi-gravina-di-
laterza-taranto Orario: su prenotazione.

IN PRATICA

IL CAMMINO MATERANO

Sotto il nome di Cammino Materano vanno sei diversi percorsi che mettono in comunicazione Puglia e Basilicata, ma anche Molise e Campania: la **Via Peuceta**, che parte da Bari, la **Via Ellenica**, con partenza da Brindisi, la **Via Sveva**, che parte da Trani, la **Via Dauna**, che inizia a Termoli, la **Via Lucana**, da Matera a Paestum, e la **Via Jonica**, da Taranto a Leuca. Solo le prime due sono tracciate, georeferenziate e con strutture di accoglienza convenzionate. La **Peuceta** (168,3 km in 7 tappe) e l'**Ellenica** (289 km divisi in 15 tappe) si possono, dunque, tranquillamente percorrere in autonomia, immersi in una natura spesso selvaggia e incontrando cittadine e borghi di grande fascino.

LA VIA PEUCETA

L'itinerario

Non è particolarmente impegnativo in termini di dislivelli, ma è comunque necessario essere allenati perché la lunghezza delle singole tappe è piuttosto rilevante.

Le tappe

1ª tappa: **Bari-Bitetto**, 17 km; 2ª tappa: **Bitetto-Cassano delle Murge**, 25 km; 3ª tappa: **Cassano delle Murge-Santeramo in Colle**, 22 km; 4ª tappa: **Santeramo in Colle-Altamura**, 24,5 km; 5ª tappa: **Altamura-Gravina in Puglia**, 20 km; 6ª tappa: **Gravina in Puglia-Santuario di Santa Maria di Picciano**, 30,3 km; 7ª tappa: **Santuario di Santa Maria di Picciano-Matera**, 29,5 km.

Da sapere

L'ideale è affrontare il cammino in **primavera**, quando si ha il picco delle fioriture, ma vanno bene anche l'**autunno** o l'inverno, quando il meteo è buono in quanto le temperature scendono raramente sotto lo zero. È invece sconsigliabile la piena estate per via delle elevate temperature che in queste zone interne spesso superano i 35 °C. È fondamentale portare con sé **acqua** a sufficienza, soprattutto nella **quinta** (Altamura-Gravina in Puglia) e nella **settima** tappa (Santuario di Picciano-Matera), non essendoci fontane per fare rifornimento lungo il percorso. Sul cammino è possibile richiedere il **trasporto zaini** alla tappa successiva sul sito initinere.com. È un servizio normalmente attivo per gruppi organizzati di almeno 5 persone. **Prezzi:** 7 € a zaino.

SEGNALETICA E GUIDA UFFICIALE

La **Via Peuceta** si può percorrere in completa autonomia e sicurezza. **Nei centri abitati** la **segnaletica** consiste in adesivi di due tipi: uno tondo, con sfondo verde e freccia direzionale di colore giallo, e uno rettangolare con le bande verde e gialla sovrapposte per confermare la direzione. **Fuori dalle aree urbane** a questi segnali si affiancano frecce in vernice di colore giallo e fascette cromatiche gialle e verdi, sull'esempio della segnaletica di montagna. In alcuni casi si possono trovare anche delle frecce indicatrici di legno, poste per lo più sugli alberi. Oltre alla segnaletica tradizionale e alla **guida cartacea ufficiale** (*Il Cammino Materano. A piedi lungo la Via Peuceta*, **Terre di Mezzo editore**, 2019), è possibile scaricare le **tracce Gps** del percorso dal sito del Cammino, che si possono poi visualizzare tramite apparecchio Gps o utilizzando applicazioni per smartphone, anche gratuite, come **GeoTracker** e **Gpx Viewer** per i sistemi Android o **ViewRanger** e **Ara Gpx Viewer** per iOS.

LA CREDENZIALE E L'OSPITALITÀ

La **credenziale**, storicamente portata con sé dal pellegrino per dimostrare di stare compiendo un cammino di fede, oggi viene utilizzata anche per i cammini laici come una sorta di "passaporto" che certifica lo status di viaggiatore lento e dà diritto a **sconti** nelle strutture convenzionate (vedere a pag. 56), alcune delle quali offrono anche sistemazioni in ostello e possibilità di campeggiare. Anche per le sistemazioni più semplici viene comunque data massima attenzione a funzionalità e pulizia degli spazi. È importante avere sempre con sé la credenziale, che si può richiedere, prima di incamminarsi, compilando un modulo online sul sito del Cammino. Viene in genere spedita a casa, ma, in caso di partenza troppo ravvicinata, è possibile ritirarla, sempre dopo aver compilato il modulo, presso uno degli infopoint delle varie tappe del Cammino. Alla fine di ogni giornata, presso gli infopoint del Cammino e le chiese di transito, il camminatore può far apporre un **timbro** sulla propria credenziale, così da dimostrare, terminato il percorso a Matera, di aver percorso almeno 100 km a piedi o 170 km in bicicletta. Questo dà diritto al **Testimonium**, l'attestato che il Cammino è stato portato a termine per intero.

Info: Cammino Materano

☎ 338 3748826; camminomaterano.it
Cooperativa In Itinere
☎ 338 3748826; initinere.eu

continua ►

inviaggio 55

ITINERARI CAMMINO MATERANO

DOVE DORMIRE

da 50 a 75 euro in camera doppia

Masseria La Fiorita

Fattoria didattica con animali e coltivazioni biologiche, offre anche degustazioni, laboratori di cucina e la possibilità di raccogliere frutta e verdura. Quattro stanze, ostello e area campeggio. Colazioni super.

Matera SP Timmari-Santa Chiara, Contrada Marroni ☎ 327 7084471 e 335 7224180; masserialafiorita.it **Prezzi:** da 75 € (per i camminatori 70 €) con colazione.

B&B Casa Rossella

Di fronte alla spiaggia del Pomodoro, la più amata dai baresi. Tre stanze; la proprietaria, guida turistica ed escursionistica, è molto disponibile per visite in città e gite fuori porta.

Bari Via Ottavio Serena 9 ☎ 389 9825025; bbcasarossella.it **Prezzi:** da 70 € (per i camminatori 60 €) con colazione.

B&B L'Incontro

Sei stanze ricavate in una villa che si trova proprio sul tracciato del Cammino. Il terrazzo è ideale per concedersi momenti di relax e per gustare le ottime colazioni.

Santeramo in Colle (BA) Via A. Meucci 1 ☎ 333 4026202 e 338 7876011; bbsanteramolincontro.it **Prezzi:** da 60 € (per i camminatori 50 €) con colazione.

Masseria San Sebastiano

In una tipica costruzione rurale della prima metà del '900, quattro stanze con le volte in pietra. Una delle più suggestive è ricavata in una vecchia cisterna. Si cena anche (20 €).

Gravina in Puglia (BA) Strada Vicinale dei Pigni ☎ 080 3253623 e 333 7717051. **Prezzi:** da 60 € (per i camminatori 50 €) con colazione.

B&B A Casa della Nonna

Nel cuore del centro storico, per godersi un po' di relax e ricaricare le energie. Si sceglie tra una stanza e un appartamento che può ospitare fino a 4 persone.

Cassano delle Murge (BA) Vicolo I di Via Mazzini 6 ☎ 329 8647609; acasadellanonna.com **Prezzi:** da 50 € (per i camminatori 45 €) con colazione.

COSA FARE

Visitare i panifici storici, acquistare le tipicità enogastronomiche e ammirare le Murge e Matera dal cielo

Pane buonissimo e IgP

Oltre che ad Altamura, panifici storici sono anche a Matera e Laterza. Molti organizzano visite e degustazioni: a Matera, **Perrone-Il forno di Gennaro** (Via Nazionale 52 ☎ 0835 385656; ilfornodigennaro.com) e **Cifarelli** (Via Istria 17 ☎ 0835 385630; panificiocifarelli.it), a Laterza, il **Panificio Di Fonzo** (Via Col di Lana 46 ☎ 099 8216469; panificiodifonzo.it).

La bottega delle delizie

Il Barese e il Materano sono ricchissimi di tipicità: l'olio evo Terra di Bari Dop, il vino Verdecia e il pallone di Gravina, Presidio Slow Food, simile al caciocavallo ma senza "testa", i peperoni croccanti, i legumi, fra cui i ceci neri della Murgia, le fave. Per acquisti, a Matera c'è **Il Buongustaio** (Piazza Vittorio Veneto 1 ☎ 0835 331982; ilbuongustaiomatera.it).

DOVE MANGIARE

da 20 a 40 euro vini esclusi

L'Abbondanza Lucana | Specialità materane

La qualità e la quantità dei piatti proposti, rigorosamente locali, lasciano il segno. Nel cuore dei Sassi, si cena anche all'aperto. Da provare gli strascinati freschi con crema di fave, cardoncelli e pecorino di Moliterno.

Matera Via Bruno Buozzi 11 ☎ 0835 334574 e 348 8984528. **Prezzo medio:** 40 €.

Terranima | Classico con brio

Cucina tipica attenta alle materie prime. Da provare la *tiella* (riso, cozze e patate) e, fra i dolci, gli *sporcamuss* (pasta sfoglia ripiena di crema). Ottimi anche gli aperitivi.

Bari Via Putignani 213/215 ☎ 080 5219725 e 334 6608618; terranima.com **Prezzo medio:** 35 €.

Tre Archi | Cucina del territorio

Un inno alla cucina tradizionale. Fra i piatti imperdibili, lo spaghetti con sponzali (cipollotti) e pomodorini, le orecchiette salsiccia e cardoncelli, le bracirole nella rizzola, cotte per 5 ore nella creta con le verdure.

Altamura (BA) Via San Michele 28 ☎ 080 3115569; trearchi.it **Prezzo medio:** 30 €.

La Taverna del Beato | Tutto al femminile

Nel centro storico, un'attività di sole donne che organizzano su prenotazione anche pranzi in famiglia, cui si può partecipare pure nella preparazione dei piatti. Da provare l'acquasale, con pane raffermo, cipolla, pomodoro, origano e carosello, una sorta di cetriolo.

Bitetto (BA) Via Beato Giacomo 60 ☎ 080 9921812. **Prezzo medio:** 30 € (per i camminatori 15 €).

Trattoria Calabria La Tradizione | Quasi come a casa

Ambiente semplice e cucina gustosissima. Da provare le orecchiette con le rape, le fave con le cicorie e le melanzane ripiene.

Cassano delle Murge (BA) Via Carlo Chimienti 63 ☎ 320 3176257.

Prezzo medio: 20 € (per i camminatori 13 €).

In mongolfiera sui Sassi

Sorvolare i Sassi di Matera e le Murge in mongolfiera è un'esperienza davvero unica. Si può fare con **Landing on South Italy** (☎ 320 2287416; mongolfieresuditalia.com **Prezzi:** da 229 € a persona, incluso brunch tipico dopo il volo). Il volo dura in media un'ora e offre viste mozzafiato sulle gravine intorno a Matera e sulle colline circostanti.



MASSERIA LA FIORITA



B&B CASA ROSSELLA



L'ABBONDANZA LUCANA



TERRANIMA



TRE ARCHI