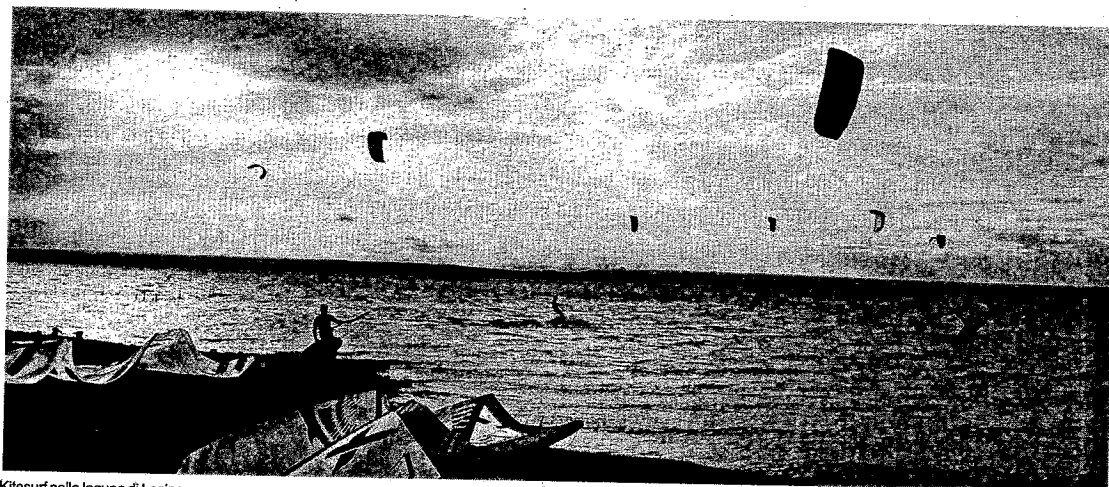




Giovani

Dal Gargano ai Monti Dauni la Capitanata è una palestra naturale a cielo aperto

L'OFFERTA SPORTIVA PUÒ SODDISFARE GUSTI E PALATI DI OGNI TIPO: DAL MARE ALLA MONTAGNA, PASSANDO PER I LAGHI, IMMERSI NELLA NATURA SI PUÒ SCEGLIERE TRA SPORT ACQUATICI, DELL'ARIA, ESCURSIONISMO, BICICLETTA



Kitesurf nella laguna di Lesina

GIORGIO VENTRICELLI

Sport, natura e senso di libertà. Per molti l'estate è il momento dell'anno in cui prendere armi e bagagli e fuggire lontano dallo stress cittadino, alla ricerca del meritato relax. Per altri, è l'occasione giusta per praticare un'attività sportiva all'aperto. La recente pandemia ha tenuto chiuse anche palestre e impianti sportivi. Conseguenza di ciò: qualche chilogrammo di peso in più e tanto stress accumulato da scaricare. Ordunque, l'occasione per ristabilire un giusto equilibrio mentale e fisico arriva proprio nei mesi estivi. Con il suo mare, le montagne e i laghi la Capitanata offre davvero tanto agli amanti del fitness.

SPORT ACQUATICI

C'è l'imbarazzo della scelta. Nella laguna di Lesina nel Parco Nazionale del Gargano, in località Acquarotta, l'azienda "In Laguna" e la "Krazy Kiter" organizzano corsi di kitesurf per i neofiti della disciplina (In Laguna 3285887054 - Krazy Kiter 3277072921). Questo sport velico nasce nel 1999 come variante al surf: consiste nel farsi trascinare da un aquilone (kite) che usa il vento come forza motrice e viene manovrato da una barra di controllo collegata al kite da sottili ma resistenti cavi. Restiamo sempre sul Gargano ma spostiamoci sul lago di Varano. E qui possibile praticare anche il kayak grazie all'Associazione I Lake Varano, che propone 4 itinerari guidati: zona di Cale di bagno, San Nicola Imbuti, Istmo di Capojale dove praticare anche birdwatching, zona del Crocifisso di Varano. I minori di 14 anni possono andare in kayak esclusivamente accompagnati da un adulto (info 3381151552).

Nell'arcipelago delle Isole Tremiti si praticano lo snorkeling e il diving. Nel primo caso, indossati maschera e boccaglio, lo scopo è di osservare il fondale marino con la rispettiva fauna. La seconda attività consiste nell'immersione subacquea vera e propria. Alle Isole Tremiti ci sono 29 percorsi subacquei ricreativi (da 0 a 18 a 30 a 40 mt) e 15 percorsi subacquei tecnici (da 0 a 50 a 60 a 80 mt) divisi tra l'Isola di Caprara, San Nicola, San Domino e Creta. Contattando la Marlin Tremiti al 336829746 è possibile avere tutte le informazioni necessarie per organizzare un'attività subacquea.

Vieste è la capitale garganica del windsurf. Sono diversi gli spot (località in cui praticare questo sport, ndr) in cui gli appassionati si ritrovano: Spiaggia Lunga, Crovatico, Punta Lunga, spiaggia San Lorenzo, Baia di Molinella-Spiaggia della Scialara, Portonuovo, Vela Velo. Un centro ben attrezzato è il Basty-surf Center all'interno del villaggio Le Diomedee, che si trova al km.5 sulla litoranea Vieste-Peschici (info 3355472814).

SPORT DI MONTAGNA

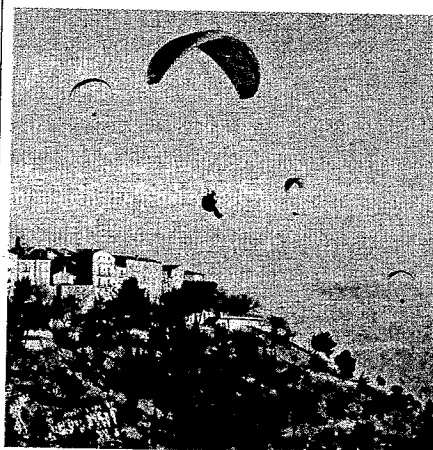
L'orografia dei Monti Dauni e del Gargano consente di soddisfare ogni desiderio per chi vuole praticare sport in montagna. Sentieri in alta quota, boschi e sorgenti fanno da padrone sul versante appenninico, mentre carsismo, faggete e pinete, strapiombi sul mare caratterizzano il promontorio garganico. A Biccari, la Dauniana Avventura organizza nell'Area Naturale del Lago Pescara gare di orienteering per bambini. In questo sport ognuno ha un obiettivo da raggiungere. Si gareggia individualmente o in squadra, transitando dai diversi punti di controllo posti sul territorio. Unici strumenti a disposizione: carta topografica e bussola. L'attività si tiene solo nei giorni infrasettimanali con minimo 10 partecipanti di età compresa tra 6 e 10 anni, prenotando con minimo 3 giorni di anticipo al 3423720882. Nel 2022, la Foresta Umbra patrimonio UNESCO sarà sede dei mondiali di orienteering.

Gli amanti delle escursioni possono scegliere tra i numerosi sentieri che coprono tutto il Parco Nazionale del Gargano (su www.parks.it alla pagina dedicata al Parco Nazionale del Gargano è possibile trovare tutti gli itinerari). Sui Monti Dauni segnaliamo il Sentiero Frassati del CAI, che coinvolge i comuni dell'area del Monte Cornacchia di: Biccari, Castelluccio Valmaggiore, Faeto, Cella di San Vito e Roseto Valfortore. Il Bosco Difesa di Faeto, con i suoi sentieri che conducono a sorgenti d'acqua e fontane.

La speleologia è un'attività molto richiesta sul promontorio garganico per via del suo territorio ricco di grotte e cavità. Contattando il Gruppo Speleologico Dauno (3491822365) è possibile chiedere informazioni su come raggiungere: Grava di Campolato, Grava di San Leonardo, Grava di Signorilli, Grotta Grande, Grotta di Montenero, Grotta della Difesa di San Matteo.

SPORT DELL'ARIA

A Rignano Garganico e Panni si vola in deltaplano e parapendio



Volo in parapendio su Rignano Garganico (Foto E. Paziienza)

La posizione dominante di Rignano Garganico ha conferito al più piccolo paese del Parco Nazionale del Gargano l'appellativo di "balcone della Puglia". Nel tempo, il borgo è diventato meta degli amanti del deltaplano e del parapendio, che scelgono la pista di lancio in località La Croce per lanciarsi in volo sopra le geometrie dei campi coltivati del Tavoliere. Rignano Garganico è un Borgo Autentico d'Italia e rientra nella condotta del presidio Slow Food per la carne di capra garganica e il caciocavallo podolico. Anche a Panni, sui Monti Dauni, gli appassionati di sport dell'aria possono lanciarsi con il parapendio dall'altezza di 801 m s.l.m. del Monte Sario, dove sorge il centro cittadino, e volare sulle vallate dei torrenti Avella e Iazzano. Il territorio comunale si estende fra due aree naturalistiche: il monte Crispignano, uno dei più alti della Puglia, e la valle del Cervaro, ricca di verde e di acque.



Snorkeling & Diving

Alle Isole Tremiti è possibile nuotare in superficie o fare immersione subacquea



Orienteering

Carta topografica e bussola servono ad orientarsi sul territorio durante la gara