

GIOVEDI 30 GIUGNO KM 24

Partenza: L'Isle-sur-la-Sorgue,
Arrivo Avignone: Fine della giornata

CAMPING N43°57' 7.92" E 4°47' 57.12"



Avignone

Questa vivace città ricca di storia e di monumenti è considerata la “capitale” della Provenza. Con la sua cinta muraria riverbera i fasti del passato di città d’arte e cultura quando fu per quasi un secolo sede papale fino allo scisma del 1377.

Affacciata sul Rodano, stretta dalle mura possenti, viuzze tortuose e piccole piazzette all’italiana **Avignone** si concentra intorno al meraviglioso **Palazzo dei Papi**. Al di fuori del centro purtroppo c’è una brutta periferia con quartieri dormitorio che danno una gradevole immagine all’arrivo, presto smentita una volta entrati nel cuore della città.

Da vedere

Le mura: con i suoi 4 km di lunghezza, 39 torri e 7 porte, la cinta muraria è davvero imponente e custodisce i tesori della città.

- **Place de l’Horologe:** è il cuore della città, dove si svolgono le maggiori attività durante il festival e ricco di bar con enormi terrazze.
- **Place di Palais:** sull’immensa piazza si affaccia non solo l’immenso palazzo dei papi ma anche il Petit Palais.
- **Roccia dei Doms:** è il sito preistorico su cui è stata fondata la città. **Promenade des Papes:** dalla cattedrale parte una passeggiata che porta ai giardini Verger d’Urbain V, dove i papi coltivavano erbe aromatiche e custodivano animali esotici.
- **Rue Banasterie:** è una delle viuzze più affascinanti della città. Dalla rocca dei Doms,

incastonata fra le mura, si sale al piccolo quartiere dei Banastiers, ovvero gli artigiani del vimine, ricco di bellissimi palazzi antichi.

- **Rue du Roi-René:** piccola via racchiusa fra tanti palazzi del XVII secolo che vi riporterà indietro nel tempo.
- **Rue des Teintures:** questa è una delle vie più affascinanti e poco battute della città, affacciata sul fiume, caratterizzata dalle ruote a pala e dalle passerelle per entrare alle case. Da annotare come curiosità la cappella dei penitenti che ospita l'ultima confraternita delle 7 che operavano in città. Nel Couvent des Cordeliers si trova la tomba di Laura, musa del Petrarca.
- **Ponte Saint-Bénézet:** visitabile con un biglietto cumulativo insieme al Palazzo dei Papi risale al 1200 e ha sfidato guerre e alluvioni. Da vedere al tramonto, con la vista sull'isola di Barthelasse, la più grande di Francia.
- **Cattedrale Notre-Dame-des-Doms:** è l'edificio religioso più antico in città.
- **Chiesa Saint-Didier:** bella chiesa in stile gotico meridionale.
- **Cappelleria Mouret:** in 20 rue des Merchands è la prima e unica cappelleria dichiarata monumento storico grazie alla conservazione degli arredi originali del 1860.

Itinerari a piedi

La città di Avignone mette a disposizione dei suoi visitatori 4 itinerari da fare a piedi in giro per la città, per scoprirne le meraviglie nascoste ai turisti frettolosi.

Itinerario Arancione

45 min – 1 ora

Partenza da place du Palais.

Scoperta della « **Acropoli avignone** ». Sito storico, annoverato nel 1995 come Patrimonio Mondiale dell'Unesco, che riunisce Place du Palais, l'antico Palazzo comunale, il Palazzo dei papi, la Cattedrale, il giardino dei Doms, il Petit Palais, il ponte Saint-Bénézet e la parte delle mura che va dallo Châtelet alla Tour Des Chiens. Dal percorso di ronda delle mura e dal piazzale del giardino, vista panoramica sulla città, sul fiume, su Villeneuve, sulle Alpilles e sul monte Ventoso.

Itinerario Rosso

1 ora- 1 ora e 1 quarto

Partenza da place de l'Horloge.

L'itinerario offre un riassunto della **storia urbana avignone**: edifici rappresentativi di Avignone medievale (la cappella dei Templari, le collegiate Saint-Agricol e Saint-Didier, il palazzo Ceccano, il Palazzo del Roure), che traducono l'interesse esercitato dall'Italia all'alba del XVII secolo (le Cappelle del Noviziato e del Collegio dei Gesuiti) o che illustrano la virtuosità degli artisti locali nel XVIII (la Comédie, primo teatro all'italiana, il palazzo Villeneuve-Martignan, attuale Museo Calvet, la cappella Saint-Charles...)

Itinerario Verde

1 ora e 30 – 1 ora e 45

Partenza dall'Ufficio del Turismo.

Il circuito verde è un invito a passeggiare lungo stradine orlate da belle case barocche e classiche, in luoghi di memoria quali le vestigia del Convento di Santa Chiara, che ricordano l'incontro di Petrarca con Laura, e Place Jérusalem, in cui la Sinagoga ricorda la presenza secolare di una comunità ebraica ad Avignone. Scoperta delle Halles con lo stupefacente giardino verticale, di rue des Teinturiers in cui girano ancora le ruote a pala (testimonianza dell'epoca della fabbricazione d'indiane) e di place des Corps-Saints all'ombra dei platani.

Itinerario blu

1 ora e 1 quarto senza linea tratteggiata, 2 ore con le estensioni

Partenza da place Pie (Torre Saint-Jean).

Passeggiata oltre le mura romaniche, dove nel XIII secolo si erano insediati gli ordini dei mendicanti (carmelitani, agostiniani) e oggi si sono sviluppate le borgate popolari. Nel cuore di quartieri vivaci in cui si fiancheggiano alberghi aristocratici e dimore più modeste, scoperta di edifici dal gusto raffinato (la cappella dei Penitenti neri) o insoliti (il vecchio Monte di Pietà e il palazzo della Condition des soies) ed eccellenti esempi di riabilitazione del patrimonio edile (l'ospedale Sainte-Marthe, oggi sede dell'Università, e l'antico seminario Sainte-Garde, attuale Conservatorio Nazionale di Musica).



VENERDI 01 LUGLIO- SABATO 02 LUGLIO
DOMENICA 03 LUGLIO KM 96

Partenza: Avignone,
Arrivo Pont du Gard:

PS N 43°57' 11.23" E4°32' 08.65"



Pont du Gard

Questo magnifico acquedotto a tre livelli è stato dichiarato **Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO** per l'incredibile bellezza delle sue 35 arcate 50 metri sopra il fiume Gard. I romani impiegarono ben 15 anni per realizzare questa opera imponente che da sola trasportava fino a 35.000 metri cubi d'acqua al giorno e che faceva parte di un sistema di canali lungo 50 km risalente al 19 a.c.

Partenza: Pont du Gard

Arrivo Aigues-Mortes: Fine della giornata

A.A n43°33' 58.98 e 4°11' 09.35



Aigues-Mortes

Esattamente al punto opposto di Salin de Giraud, nella Camargue occidentale, c'è un villaggio gioiello, completamente racchiuso dalle mura e perfettamente conservato, **Aigues Mortes**. A differenza del classico villaggio provenzale fortificato, abbarbicato sulle rocce, questo paesino si sviluppa in piano, circondato da paludi e zone verdeggianti. Da qui nel 1248 partirono le flotte francesi per dare vita, in Terra Santa, alla settima crociata.

Qui si respira un'aria già provenzale, fra raffinate botteghe di maestri cioccolatieri, negozi di artigianato e simpatici bistrot in cui sorseggiare un buon bicchiere di vino ammirando il via vai della gente e la grazia di queste stradine perpendicolari ricche di vita.

Consigli

- Non perdetevi un **giro sulle mura** (mettete in conto circa 30 minuti) della città fortificata: la visita dei bastioni infatti regala una vista eccezionale sulla città e sulle paludi circostanti, che al tramonto si accendono di luci e colori unici.
- Molto suggestiva la **Tour de Constance**, che da su un piccolo fossato, al cui interno furono imprigionate le donne ugonotte nel 1685 a causa dell'editto di Nantes.

LUNEDI 04 LUGLIO

MARTEDI 05 LUGLIO KM 31

Partenza: Aigues-Mortes,

Arrivo Saintes-Maries-de-la-Mer: Fine della giornata

A.A N43° 27' 13.536"E4° 26' 13.452"



Saintes-Maries-de-la-Mer

Questo villaggio ai confini della terra e del mare sembra uscito dalla matita di un disegnatore. Un piccolo reticolo di **case bianche** intorno a una meravigliosa chiesa romanica, un lungo mare spazzato dal vento con immense spiagge di sabbia bianca, gitani pittoreschi che si aggirano nelle piazzette con chitarre e cappelli neri, cartomanti che leggono la mano e tanti ristoranti in cui assaggiare le prelibatezze della regione. Il fascino che questo villaggio esercita è incredibile: vi sembrerà di esserci già stati in un'altra vita.

È anche un'ottima base per esplorare con calma la Camargue: vi consigliamo di mettere in conto due o tre giorni per una visita approfondita e senza fretta, alla scoperta della natura rigogliosa che circonda Saintes-Maries de la Mer. Infatti questa terra così meravigliosa è natura a cielo aperto in cui gli animali vivono allo stato brado e il metodo migliore per vederli e fotografarli è proprio quello di immergersi in essa tramite i tanti sentieri a piedi o in bicicletta con binocolo alla mano. Troverete tutte le mappe presso gli uffici del turismo della cittadina.

Cose da vedere e da fare

- Parco ornitologico di Pont de Gau che si trova sulla strada che arriva da Arles, 4 km prima di Saintes-Maries de la Mer. Chiamarlo parco è riduttivo: in realtà è una delimitazione, lievemente riadattata con un percorso pedonale (mai invasivo), di un'intera porzione della Camargue, che si snoda vicino all'Etang du Vaccarès, un grande stagno abitato da tantissime specie di uccelli. Qui ci sono diversi sentieri intervallati da postazioni specifiche per l'osservazione da vicino di fenicotteri rosa, aironi porporini, merli acquatici, ma anche garganelle, castori, bisce e cavalli allo stato brado. Un'**esperienza unica** da non perdere, che porta via una mattinata intera. Vi raccomandiamo silenzio e comportamenti che non disturbino la vita degli animali.
- Non dimenticatevi di salire sul tetto dell'**Èglise des Saintes Maries**: da lì si gode un meraviglioso panorama su tutta la Camargue che si accende al tramonto!
- Visitate la cripta dove è sepolta **Santa Sara**: durante la festa dei gitani sarà immersa in un'atmosfera davvero unica, in cui le tantissime candele accese creano luci e ombre e un calore incredibile mentre la statua della santa, agghindata a festa, viene baciata dai pellegrini fra estasi e pianti.
- L'apice viene raggiunto nell'ultima settimana di maggio, il 24 e 25, quando qui si celebra la festa dei gitani, **Le Pèlerinage des Gitans**, che arrivano in migliaia per il pellegrinaggio e la venerazione di Santa Sara, le cui vestigia sono conservate nella cripta della chiesa: durante questa festa ci sono processioni in cui la santa viene portata fino al mare per la benedizione, un momento estremamente emozionante, fra famiglie intere di gitani in lacrime, la corsa dei butteri fino all'arena, l'inaugurazione della stagione delle corride non cruento, *les courses camarguaises* e i giochi provenzali a cavallo. Tutta la città si anima e diventa il fulcro di una festa

VIAGGIO IN PROVENZA 21GIUGNO 17LUGLIO 2011

incredibilmente appassionante.

- Assistere una delle tante **corride** non cruento che si svolgono da Pasqua a settembre.
- **Prendere il sole** in una delle meravigliose spiagge della città.
- Curiosare nel **coloratissimo mercato provenzale** tutti i lunedì e venerdì mattina: troverete tantissimi prodotti locali, ortaggi e frutta, salumi di toro e vin de sable, oggetti di artigianato locale come ferro battuto, cappelli da butteri, stoffe e ceramiche.
- Saintes-Maries de la Mer ci sono tantissimi maneggi che offrono la possibilità di fare meravigliose **passeggiate a cavallo** per differenti livelli di domesticità con l'equitazione. Potrete ammirare le bellezze della natura da un'altra prospettiva, immergendovi nei selvaggi acquitrini dell'entroterra o ammirando gli accesi tramonti con una cavalcata sulla spiaggia.
- Oppure potete fare una bucolica **escursione in barca** risalendo la foce del Rodano per ammirare i tori e i cavalli allo stato brado, come ad esempio con lo scenografico Tiki III, in cui il personale di bordo vi spiegherà tutti i segreti di questo particolare ecosistema.
- O ancora in **fuoristrada** con personale esperto che vi porterà nei meandri più inaccessibili, attraverso i pascoli e lontano dai sentieri più battuti per ammirare gli animali e la flora.
- **Noleggiate una bicicletta** e godetevi i meravigliosi panorami fra la terra spaccata dal sole, il mare blu cobalto, gli acquitrini cangianti e i fenicotteri rosa che voleranno sulle vostre teste. Raggiungete il **Phare de la Gacholle**, a 11 km a est della città sulla Digue à la Mer. Si può arrivare al faro sia in macchina seguendo la strada D36B per 17 chilometri fino al parcheggio del faro, sia direttamente in bicicletta partendo da Saintes-Maries de la Mer, un circuito più lungo ma molto più suggestivo. Presso il faro, ma solo in primavera e in estate, c'è una mostra illustrativa della costa e del suo ambiente faunistico. Negli altri periodi è accessibile solo l'area attrezzata pic-nic ma senza acqua potabile.

Consigli

- Ricordatevi di portare con voi **acqua e viveri** perché per diversi chilometri non troverete né fontanelle né punti di ristoro.
- Nella tarda primavera e soprattutto in estate partite armati di crema solare protettiva, stick per le labbra (soprattutto per chi soffre di herpes labiale), vestiti comodi e una giacca a vento. In questo percorso infatti il vento non perdona e si rischia di prendere cocenti insolazioni e scottature perché non ci si rende conto della forza del sole a causa dell'aria che tira forte.
- Mettete in conto una bicicletta non impegnativa, dal momento che è tutta in piano, ma faticosa: infatti la strada è completamente sterrata, piena di buche e in alcuni tratti anche ricoperta di sabbia.
- Arrivati al faro potete anche continuare verso Salin de Giraud: la strada porta nei

VIAGGIO IN PROVENZA 21GIUGNO 17LUGLIO 2011

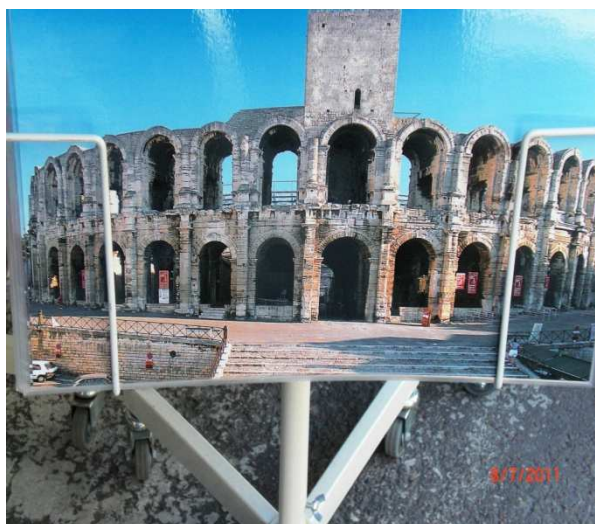
punti più selvaggi e isolati, ma per questo incredibilmente affascinanti, della Camargue. Colori incredibili, fenicotteri rosa, panorami mozzafiato. Andare e tornare porta via quasi una giornata intera. Vi ricordiamo che dal faro in poi verso Salin de Giraud il primo posto utile per fermarsi a mangiare è il **Mas de Saint-Bertand**, un vecchio casolare con un meraviglioso e rinfrescante dehor sotto i platani che serve piatti del terroir fra sculture realizzate con attrezzi agricoli arrugginiti.

MERCOLEDI 06 LUGLIO- GIOVEDI 07 LUGLIO
VENERDI 08 LUGLIO KM 39

Partenza: Saintes-Maries-de-la-Mer,

Arrivo Arles: Fine della giornata

A.A N 43° 41' 0.024" E4° 37' 48.72"



Arles

Questa languida cittadina può essere considerata il punto di partenza per visitare la Camargue. Città fondata dai Romani sul **fiume Rodano** conserva tutto il fascino e i colori delle cose di un tempo perduto: i caffè colorati che hanno ispirato tra i più

VIAGGIO IN PROVENZA 21GIUGNO 17LUGLIO 2011

celebri quadri di **Van Gogh** (che qui visse a lungo), il lungo fiume (molto romantico al tramonto) su cui si affacciano antiche case scrostate, le piazzette affollate che si animano durante le feste e un caldo sole che accende il bianco degli antichi monumenti.

Arles romana-Les Arènes

Questo splendido esempio di **anfiteatro romano** si svela agli occhi dei visitatori che sbucano nel centro del vecchio quartiere della città. Immerso in una piazza circondata da vecchi palazzi con le persiane colorate ha un fascino decisamente unico. Da luogo in cui si svolgevano le corse con le bighe e le lotte fra gladiatori, oggi è sede delle tante corride che animano la città e può ospitare fino a 12.000 spettatori.

Gli Alyscamps

E' un splendido viale alberato di cipressi che porta a una chiesa diroccata: lungo questi 2 km sono allineate centinaia di **tombe romane**. Il fascino di questo posto ha ispirato diversi quadri di Van Gogh e Gauguin.

I Criptoportici

Sotto la piazza della cattedrale, si cela un immenso quadrilatero sotterraneo di colonnati. Questo enorme forum era adibito a magazzino e si scorgono ancora le zone usate come negozi, le condutture d'acqua e le fogne. La sconsigliamo a chi soffre di claustrofobia.

Terme di Costantino

Costruite a uso privato dell'Imperatore Costantino oggi è ridotto a qualche anfratto caratteristico inserito nel tessuto urbano della città.

Esiste un biglietto unico che consente l'accesso a tutti i monumenti romani della città

Da vedere

Èglise Saint-Trophime

Questa meravigliosa **chiesa romanica** è un vero gioiello. Nelle assolate mattinate estive la pietra bianca illumina tutta la piazza e mette in risalto il superbo portale finemente scolpito con una elaborata scena biblica. Non perdetevi anche il Chiostro della chiesa corredato da due imponenti gallerie gotiche.

VIAGGIO IN PROVENZA 21GIUGNO 17LUGLIO 2011

Abbazia di Montmajour (**parcheggio 43°42'21.79N - 4°39' 52.10E**)



A pochi chilometri a nord di Arles c'è un luogo davvero unico, immerso in una natura lussureggiante, scandito solo dal frinire delle cicale: un'abbazia fortezza che si staglia su un colle e che racchiude uno dei chiostri più belli della Provenza, ritratto più volte da Van Gogh. Unica pecca il prezzo elevato del biglietti d'ingresso(7E)

**SABATO 09 LUGLIO- DOMENICA 10 LUGLIO-LUNEDI 11 LUGLIO-
MARTEDI 12 LUGLIO KM 63**

Partenza: Arles,

Arrivo Carro: Fine della giornata A.A N43°19' 45.552"E5°2' 25.8"



MERCOLEDI 13 LUGLIO KM129

Partenza: CARRO

Arrivo Cavalaire-sur-Mer: Fine della giornata

PS+CS 43°11'42.62N 6°32'50.04E



GIOVEDI 14 LUGLIO- VENERDI 15 LUGLIO

SABATO 16 LUGLIO KM 200

Partenza: Cavalaire-sur-Mer,

Arrivo Diano Marina Fine della giornata

DOMENICA 17 LUGLIO KM 482

Partenza: Diano Marina, Arrivo Mestre

KILOMETRI TOTALI-2200