



Dario
Emilio
Enrico
Valerio

Tour cicloturistico



della Sicilia Occidentale 18/24 aprile



18 aprile Milano - Trapani - San Vito Lo Capo

1° tappa 62 km 1070 m di dislivello

Ritrovo dei partecipanti all'aeroporto di Orio al Serio alle ore 06.30, disbrigo delle formalità ed imbarco sul volo FR9091 RYANAIR delle ore 08.30 diretto a Trapani. Arrivo previsto ore 10.05, ritiro bagagli e partenza alla volta di **San Vito Lo Capo** (**Santu Vitu** in [siciliano](#)). E' un Comune di 4.180 abitanti della [provincia di Trapani](#). Il paese è uno dei più famosi luoghi di soggiorno estivo della Sicilia per la bellezza della sua spiaggia. Durante il tragitto visiteremo Trapani, conosciuta come città del sale e della vela, saliremo al monte Erice con i suoi 28.381 abitanti sempre della [provincia di Trapani](#). [Monte Erice](#) era anche il nome di un [personaggio mitologico](#) ucciso da [Ercole](#). Fino alla fine della seconda guerra mondiale era denominato **Monte San Giuliano**.



19 aprile San Vito Lo Capo - Palermo

2° tappa 120 km 1890 m di dislivello

Dopo la prima colazione partiremo per Segesta alla visita del famoso parco Archeologico situato in splendida posizione. E' dominato dalla mole dell'elegante tempio dorico considerato, uno dei più bei teatri in stile dorico del mondo antico, fu costruito in onore di Afrodite ed è uno dei templi più integri della Magna Grecia. Proseguiremo quindi per Monreale le cui origini deriverebbero da un antico villaggio arabo situato alle pendici del Monte Caputo a 310 m sul livello del mare. L'importanza di Monreale comincia ad essere tale con l'avvento della dinastia [normanna](#) verso l'[XI secolo](#). Questo era il luogo in cui i re normanni si ritiravano per riposare dalle fatiche della guerra e dal Governo della Sicilia. Fu in una notte del [1171](#) che re [Guglielmo II](#), detto il Buono, ebbe in sogno l'apparizione della Madonna che gli svelava il posto dove era nascosto un immenso tesoro (bottino di guerra di Suo padre), con il quale, voleva che Guglielmo erigesse un Tempio a Lei dedicato. Il re non attese tanto e diede inizio alla costruzione del tempio, del Palazzo Arcivescovile ed il chiostro.



Terminata la visita raggiungeremo Palermo dove pernosteremo e, tempo permettendo, dopo cena potremo fare un breve giro in bicicletta nel centro città.

20 aprile Palermo - Isnello

3° tappa 103 km 1340 m di dislivello



Prima colazione in Hotel, visita della città: A [Palermo](#) possiamo ammirare tantissimi edifici che ancora oggi testimoniano le **numerose influenze** a cui la città è stata esposta nei secoli passati: Il **Palazzo dei Normanni**, conosciuto anche come Palazzo Reale, che è oggi sede della [regione Sicilia](#) e che conserva al suo interno il più significativo monumento dell'arte arabo-normanna, ossia la **Cappella Palatina**, eretta da Ruggero II nel XII secolo e interamente ricoperta da sfavillanti mosaici dorati e da intarsi; La **Chiesa di san Giovanni degli Eremiti**, eretta sulle rovine di un preesistente edificio religioso nel XII secolo, è una delle testimonianze più significative della presenza araba a Palermo, e ciò è ravvisabile soprattutto nelle cupole rosse e nei numerosi archi ogivali che decorano l'interno della chiesa; La **Cattedrale dell'Assunta**, costruita nel XII secolo ma pesantemente rimaneggiata nei secoli successivi, che conserva al suo interno (in stile neoclassico) le tombe degli Imperatori normanni e le sacre reliquie di santa Rosalia, la patrona della città; La **Martorana**, nome con il quale è conosciuta la Chiesa di santa Maria dell'Ammiraglio, eretta in epoca normanna e ancora oggi decorata con splendidi mosaici del XII secolo; L' **Oratorio di santa Zita**, una piccola cappella dedicata alla Madonna che presenta una complessa decorazione in [stucco](#) in cui sono raffigurate scene bibliche ed allegoriche; **Palazzo Abatellis**, edificato nel XV secolo ed oggi sede della **Galleria Nazionale di Sicilia**, in cui sono conservate pregevolissime opere di artisti siciliani, come Antonello da Messina (XV secolo) e Francesco Laurana (XV secolo); Il **Parco della Favorita**, uno dei parchi pubblici di **Palermo** che un tempo era la riserva di caccia del re Ferdinando IV, è inoltre arricchito di alcuni edifici in cui si svolgono attività culturali e sociali. **Proseguiremo** quindi

per **Cefalù** (**Cifalù** in [siciliano](#)) è un comune situato sulla costa [siciliana](#) settentrionale, a circa 70 km da [Palermo](#), ai piedi di un promontorio roccioso. È uno dei maggiori centri balneari di tutta la provincia. Nonostante le sue dimensioni, ogni anno attrae milioni di turisti provenienti da ogni parte della [Sicilia](#) e anche, in genere, da tutta l'[Italia](#). Nel periodo estivo la popolazione arriva anche a duplicarsi, rendendo affollate le principali piazze e le strade più importanti del paese. La cittadina, che fa parte del [Parco delle Madonie](#), è inclusa nel club de [I borghi più belli d'Italia](#), ossia un'esclusiva associazione di piccoli centri italiani che si distinguono tra l'altro per grande interesse artistico, culturale e storico, per l'armonia del tessuto urbano, vivibilità e servizi ai cittadini. Raggiungeremo verso sera Isnello.



Isnello (**Isineddu** in [siciliano](#)) è un comune della [provincia di Palermo](#), appartenente al [Parco delle Madonie](#). Nel 1900 vi nacque [Vincent Richard Impellitteri](#), che divenne sindaco di [New York](#) nel periodo 1950-1953.

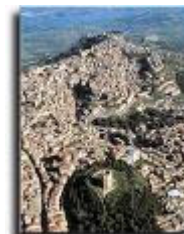
21 aprile Isnello - Enna

4° tappa 99 km 2470 m di dislivello

Tappa decisamente impegnativa, dove raggiungeremo il punto più alto di tutto il percorso e precisamente: a Piano Battaglia posto a q.ta 1615 mslm, passeremo poi per Petralia Sottana, Madonuzza, Santissima Trinità, Bompietro, Alimena, Calascibetta. Il nome Calascibetta deriva dall'arabo "Qalatsciabat" che significa "il castello sulla vetta" a sottolineare la particolare posizione geografica del paese. Il primo borgo sorse nel [1602](#) ad opera del conte [Ruggero D'Altavilla](#) che vi fece erigere un castello fortificato che egli usò come base militare per assediare la vicina Enna. Nel [1535](#) la città divenne demaniale e tale rimase sino all'abolizione della [feudalità](#).



Proseguendo raggiungeremo Enna, capoluogo della [provincia omonima](#) è nota come il *capoluogo di provincia più alto d'Italia*, per via dell'[altitudine](#) del centro abitato che, nella sua parte più elevata, raggiunge i 931 m. Fino al [1926](#) nota con il nome di **Castrogiovanni**, già in [provincia di Caltanissetta](#) la città è inoltre celebre sotto i motti di *Urbs Inexpugnabilis*, come i [romani](#) la definirono per la sua imprendibilità, *Ombelico di Sicilia*, grazie alla sua centralità geografica rispetto all'Isola, e *Belvedere di Sicilia*, per le superbe vedute panoramiche che da qui si hanno su gran parte della regione.



22 aprile Enna - Agrigento

5° tappa 99 km 1310 m di dislivello

Prima colazione in hotel, partenza per la volta di Agrigento. Percorso collinare con diversi sali scendi, ma senza grosse difficoltà. Caltanissetta è il più importante centro della [Sicilia](#) Centrale. San Cataldo, Serradifalco, Racalmuto, Grotte, saranno alcune delle città che attraverseremo prima di raggiungere Agrigento. Così [Goethe](#) la descrisse in uno dei suoi viaggi: "Mai visto in tutta la mia vita uno splendore di primavera come stamattina al levar del sole...Dalla finestra vediamo il vasto e dolce pendio dell'antica città tutto a giardini e vigneti, sotto il folto verde s'indovina appena qualche traccia dei grandi e popolosi quartieri della città di un tempo. Soltanto all'estremità meridionale di questo pendio verdeggianti e fiorito s'alza il tempio della Concordia, a oriente i pochi resti del Tempio di Giunone; ma dall'alto l'occhio non scorge le rovine di altri templi ... corre invece a sud verso il mare"



23 aprile Agrigento - Mazara del Vallo

6° tappa 130 km percorso prevalentemente pianeggiante

Partenza da Agrigento dopo colazione, meta Sciacca. È una città di mare, turistica e termale. Ricca di monumenti e chiese, è nota fra l'altro per il suo storico [carnevale](#). Visita ai monumenti più interessanti, e ripartenza per Selinunte, con visita alla città di Menfi. **Selinunte** ([greco Selinos](#), [latino Selinus](#)) era una antica città greca sulla costa sud-occidentale della [Sicilia](#).



Il sito archeologico è composto da cinque templi costruiti intorno ad una [acropoli](#). Dei cinque templi solo il tempio E (il cosiddetto tempio di [Era](#)) è stato ricostruito. Verso sera raggiungeremo **Mazara del Vallo** affacciato sul [Mar Mediterraneo](#), alla foce del fiume [Màzaro](#) e distante meno di 200 km dalle coste [tunisine](#) del [Nord Africa](#). Il vecchio "centro storico", un tempo racchiuso dentro le Mura normanne, include numerose

chiese monumentali, alcune risalenti all'XI Secolo, e un quartiere a impianto urbanistico islamico tipico delle "medine", chiamato [Casbah](#), di cui le viuzze strette sono una sorta di marchio di fabbrica.



23 aprile Mazara del Vallo - Trapani

6° tappa 38 km pianeggiante

Dopo un'abbondante prima colazione, ripartiremo in sella alle nostre biciclette, per far meta, a Marsala. (dall'[arabo](#) *Marsa Allah* = porto di Allah / porto di Dio) Punta estrema occidentale della [Sicilia](#) la città



sorge su [Capo Boeo](#), con vista sulle [isole Egadi](#) (dove tempo permettendo faremo visita all'isola di Favignana nel primo pomeriggio) e sulle isole dello Stagnone. Proprio l'arcipelago dello Stagnone è una delle zone più suggestive della città, essendo riserva naturale e avendo un ricco patrimonio storico. [Mothia](#) (una delle isole) infatti fu insediamento fenicio che diede origine alla attuale città. Quando infatti i siracusani riuscirono a espugnare [Mothia](#) dopo innumerevoli e vani assedi la distrussero. I sopravvissuti fondarono, insieme ai nuovi padroni romani, *Lilybaeum* proprio dove oggi sorge Marsala.

In serata raggiungeremo l'aeroporto "Birgi" di Trapani per imbarcarci alle ore 21.30 con il volo FR9094 RYANAIR. Il rientro è previsto per le ore 23.05 all'aeroporto Orio al Serio.

