

Scoprire il Parco pedalando è uno dei modi per godere di un'esperienza intima di turismo lento che permette di vivere paesaggi e natura in piena tranquillità in un ambiente accogliente e affascinante. Da soli o in gruppo con o senza accompagnamento, la visita in bici è alla portata di tutti. Il Parco offre proposte per il ciclista che ama la calma e i percorsi facili e per l'amante della mountain bike che predilige circuiti più impegnativi. Molti sono già fruibili e altri sono in via di definizione grazie all'impegno del Parco e delle aziende che stanno collaborando per renderlo sempre più un Parco "Amico della Bici".

Presso le sedi del Parco e sul sito internet, potrete trovare materiale informativo, mappe e cartine.

Alcuni consigli per il ciclista prudente e amico del parco:

- Indossate il casco e segnalate i cambi di direzione con il braccio.
- E' importante avere un adeguato, e obbligatorio, sistema di illuminazione anteriore e posteriore durante le ore serali. Usate il campanello per segnalare la vostra presenza.
- Assicuratevi della perfetta efficienza della bici e portate con voi un kit d'emergenza e un kit di riparazione per la bici.
- Non disturbate la fauna locale e percorrete solo sentieri consentiti.
- Rispettate la proprietà privata.
- Non abbandonate rifiuti.
- Al ritorno comunicate le vostre impressioni e suggerimenti al gestore della struttura e al Parco.

Qui sono segnalate alcune aziende e associazioni specializzate operanti nel Parco che sapranno fornirvi consigli utili e aiutarvi ad organizzare le vostre escursioni in bicicletta.

#### **OFFICINA DEL PIANO "DON FRANCESCO CASSOL" ENTE PARCO NAZIONALE DELL'ALTA MURGIA**

Via Valle Noè, n. 5 - Ruvo di Puglia (BA)

Tel. 080 3613443 - Fax 080 3603230

[www.parcotaltamurgia.gov.it/officinadelpiano](http://www.parcotaltamurgia.gov.it/officinadelpiano)

[officinadelpiano@parcotaltamurgia.it](mailto:officinadelpiano@parcotaltamurgia.it)

*Fornisce informazioni sul parco e organizza appuntamenti ed escursioni a piedi e in bicicletta*

#### **CICLOMURGIA**

Via Madre Anna Ventura, 47 - Trani (BAT)

Tel. 338 9881731

[www.ciclomurgia.com](http://www.ciclomurgia.com) - [info@ciclomurgia.com](mailto:info@ciclomurgia.com)

*Hanno realizzato 10 percorsi cicloturistici ad anello all'interno del Parco. Svolgono anche attività di educazione ambientale. Ciclomurgia gestisce un ciclonoleggio (25 MTB) nei pressi del Comune di Poggiorsini e organizza, ogni domenica, escursioni guidate in bicicletta e trekking.*

#### **DIDATTICA AMBIENTALE TERRAE - CEA OPHRYS**

Via Valle Noè, 5 - Ruvo di Puglia (BA)

Tel. 339 2063223

[www.terraealtamurgia.it](http://www.terraealtamurgia.it) - [terraealtamurgia@libero.it](mailto:terraealtamurgia@libero.it)

*Escursioni e itinerari nel Parco per singoli, gruppi e scuole.*

#### **LE TERRE DI FEDERICO**

P.zza Albanese, 34 - Trani (BAT)

Tel. 342 0416263

[www.leterredifederico.it](http://www.leterredifederico.it) - [info@leterredifederico.it](mailto:info@leterredifederico.it)

*Organizza escursioni e itinerari in bici nel Parco con visite storico-culturali presso i principali siti di interesse del territorio.*

#### **PIERPAOLO UCCEL**

**(Gruppo cicloescursionismo CAI di Bari)**

**Accompagnatore Cicloescursionismo (MTB) e Cicloturismo**

Bari - Tel. 339 6227035

[www.pierpaolonline.it](http://www.pierpaolonline.it) - [info@pierpaolonline.it](mailto:info@pierpaolonline.it)

*Organizza escursioni in bicicletta e percorsi trekking nel Parco*

#### **TALOS A.S.D.**

Via Madonna delle Grazie n. 15 - 70037 Ruvo di Puglia (BA)

Tel. 340 5488636

[asdtalosruvo@libero.it](mailto:asdtalosruvo@libero.it)

*Associazione sportiva dilettantistica che si occupa di promuovere l'utilizzo della bicicletta a livello amatoriale.*