

Ritorna “Esplorando”, trekking con guida gratuita nella natura del Salento
Nel Parco Litorale di Ugento, offerto da Lido Pineta, dal 1 luglio al 26 agosto
Parte il 1 luglio alle 17.30 l'escursione lungomare, tra dune e pineta, con Avanguardie



Ritornano le passeggiate nel verde, tra il mare che accarezza le dune sabbiose e i pini secolari del **Parco Naturale Regionale Litorale di Ugento**, lungo la costa jonica, tra Gallipoli e Leuca. Ritorna **Esplorando**, l'appuntamento imperdibile per gli amanti del trekking, che possono partecipare gratuitamente alle bellissime **escursioni guidate**, offerte da **Lido Pineta**, uno stabilimento balneare eco-friendly, in collaborazione con le guide ambientali professioniste di **Avanguardie**. Ogni **giovedì**, dal **1 luglio** al **26 agosto**, si andrà alla scoperta del Parco, che si estende per 1600 ettari e 12 chilometri e comprende zone umide con 7 bacini artificiali, ulivi, pineta, macchia mediterranea, dune costiere e sabbia dorata. Si parte dallo **stabilimento Lido Pineta** alle **17.30** fino al **5 agosto** e poi alle **17** dal **13 al 27 agosto** e si procede lentamente per un paio di ore, ogni volta esplorando una zona diversa, tra il mare, i bacini, i canali e la serra, seguendo le tracce del tempo con i racconti e gli aneddoti di **Emanuela Rossi e Totò Inguscio**, autentici esploratori e conoscitori del territorio (*avanguardie.net*). La brezza accarezza i capelli, i pini secolari regalano ombra, le cicale cantano senza tregua e i fiori spontanei fanno capolino lungo i bacini. Il **primo appuntamento** è il **1 luglio** per godersi la bellezza di un' **escursione lungomare** per circa 5 km, a un dislivello di 1 m s.l.m., camminando tra dune e pineta a passo lento sulla battigia che incontra il mare; passi tranquilli all'ombra della pineta, dove la vegetazione spontanea fa capolino. Esperienza che si può ripetere anche il **29 luglio** e il **26 agosto**. Da non perdere il trekking **lungo i canali** e tra la vegetazione costiera **l'8 luglio** e il **5 agosto**: camminare in questi luoghi silenziosi può dare modo di fare osservazioni avifaunistiche e scoprire dal punto di vista storico e naturalistico questi preziosi spazi di acqua dolce (lunghezza: 8 km circa; dislivello: 3 m s.l.m.). Il **15 luglio** e il **12 agosto** è la volta dell' **escursione ai bacini** (lunghezza: 7 km circa; dislivello: 3 m s.l.m.), che si trovano alle spalle della spiaggia e risalgono agli anni '30 del '900, quando furono realizzati per bonificare le vaste paludi di Ugento. Circondati da folti canneti, oggi sono il regno di rarità botaniche e di tanti animali, dagli uccelli acquatici agli anfibi, come la raganella. Mentre il **22 luglio** e il **19 agosto** ci sarà un percorso mozzafiato, che porta alla **Specchia del Corno**, con la roccia che domina su speroni, gradoni, gravine e la folta vegetazione che invade crinali e gole per una lunghezza di 5 km e ½ circa e un dislivello di 65 m s.l.m. (**partecipazione contingentata e prenotazione indispensabile al 347.9527701**).

Oltre al rispetto e alla valorizzazione dell'ambiente, **Lido Pineta** offre ai suoi ospiti servizi di qualità, attenzione al dettaglio e uno stile di vita sano anche nell'alimentazione, proponendo nel bar-caffetteria-punto ristoro piatti bilanciati, materie prime bio e a km zero, adatti anche a intolleranti al lattosio e al glutine, ai vegetariani e ai vegani. In pineta a pochi metri dalla spiaggia ci sono tavoli da picnic e giochi per bambini, il bazar libri e riviste, il tavolo da pingpong e il campo di beach volley, con possibilità di noleggiare le mountain bike. In spiaggia si può oziare tutto il giorno, sotto ombrelloni in tessuto o in canne d'Africa ben distanziati, cullati dal rumore delle onde. E per soggiornare a Gemini appena fuori Ugento, a 5 km dalla spiaggia, c'è la dimora ottocentesca **Le Sei Conche** (www.leseiconche.it) con sei camere, terrazze panoramiche, piscina in giardino, la private SPA e da luglio il nuovo ristorante **Farnari Unconventional Locanda**, con due sale interne, di cui una ipogea ricavata nell'ex cantina del palazzo arcivescovile seicentesco e un bel dehors: un mix di storia, artigianato e design, con una cucina tradizionale, ma non convenzionale, prodotti del territorio, tecniche di cucina moderna, incontro di diverse culture, un gourmet informale con impronta fusion.

Info: Lido Pineta, SP 91 Loc. Fontanelle, Ugento, cell. 334.3130040, www.lidopineta.it