



GUIDE 3SENSI



BIENVENUE DANS LES POUILLES

Notre guide personnalisé avec des conseils sur les meilleurs spots à découvrir, quoi faire, où manger, et quelques astuces pour profiter au maximum de vos vacances à Monopoli et dans les plus belles villes aux alentours !



EXPLOREZ...

Monopoli

40°57'08"N 17°17'49"E

157,89 KM²

FÊTE LOCALE : 16 DÉCEMBRE

PERLE ANTIQUE DE L'ADRIATIQUE



RELIGION, PORTS ET HISTOIRE

La cathédrale baroque de Monopoli, dédiée à la Vierge Marie (appelée "Madonna della Madia" ici) depuis sa restructuration en 1742.

"Porto Vecchio", o "Porto Antico", port pittoresque avec son accès voûté au centre historique, et symbole de Monopoli avec ses bateaux de pêche bleus et rouges. Il est également à seulement 1 minute du **Château de Charles V**, d'abord construit sous l'invasion espagnole, avant de devenir une prison aujourd'hui restructurée en musée pour dominer élégamment la "Punta Penna".



LES GROTTES ET BAIES DE MONOPOLI

Cala Tre Buchi, un ensemble de 3 belles plages et leurs grottes. L'accès le plus facile est celui de gauche en regardant la mer grâce à ses escaliers de pierre menant directement à la plage. La plage de droite a son accès à côté du Lido Colonia, tandis que celle du milieu (Cala Copacabana) nécessite un peu de courage et de marche à travers les rochers !

Louez nos Stand Up Paddleboards depuis "Porta Vecchia" ou "Porto Rosso"! Ces baies, protégées du vent, offrent une vue imprenable sur la ville de Monopoli.



PUCCIA ET FRUITS DE MER

Evidemment, il vous faut goûter la "Puccia", ce pain circulaire dont le goût est celui de la pâte à pizza, mais garni à l'intérieur de tout ce que vous désirez, du "Prosciutto" (jambon cru) au poulpe !

Directement sur le port de Monopoli, dégustez quelques fruits de mer frais, comme des assiettes d'oursins !

THE KING STREET FOOD

Situé dans le centre historique de Monopoli, The King est l'un des endroits les plus reconnus pour manger de délicieuses "puccie" et pizza ici.

-Via Orazio Comes, 31-



41°07'31"N 16°52'00"E

116,17 KM²

FÊTE LOCALE : 8 MAI

EXPLOREZ...

Bari

LA CAPITALE DES POUILLES



LA VIEILLE VILLE: LIFESTYLE, RELIGION & HISTOIRE

Promenez-vous dans la vieille ville, "Bari Vecchia", pour avoir l'impression d'entrer dans la vie des habitants. Vous pourrez même assister à la fabrication des "Orecchiette" - ces pâtes traditionnelles en forme d'oreilles- directement à dehors, dans les rues !

Toujours dans la vieille ville, vous trouverez le **Château Normand**, ancienne résidence du gouverneur byzantin, et la **Basilique Pontificale de Saint Nicola**, lieu de rencontre entre les cultures catholique romaine et grecque orthodoxe et qui conserve les reliques et dépouilles de ce saint qui a inspiré la figure de Père Noël en Italie.



FOCACCIA ET PANZEROTTO

Vous ne pouvez pas visiter les Pouilles sans goûter la "Focaccia" et le "Panzerotto". La première spécialité régionale, un produit cuit au levain avec des tomates et/ou des olives sur le dessus, est aussi très économique puisque vous pouvez la trouver pour 1€ la (grosse) part ! Le Panzerotto, autre monument de la gastronomie locale, est une pâte à pain en forme de demi-lune fourrée de mozzarella et de tomates. Miam!



PANIFICIO SANTA RITA

Dans un local à peine visible de l'extérieur se trouve la boulangerie centenaire de Bari Vecchia. L'adresse idéale pour déguster la vraie Focaccia, faite avec beaucoup d'amour.

-Strada dei Dottula, 8-



Évitez le stress de trouver une place de parking... Chargez nos Ebikes pliables dans votre voiture et gardez-les hors de la ville pour ensuite la rejoindre facilement avec les vélos ! Si vous n'avez pas de voiture, prenez le train avec nos vélos électriques et arrêtez-vous à "Bari Centrale".

BARI CENTRALE

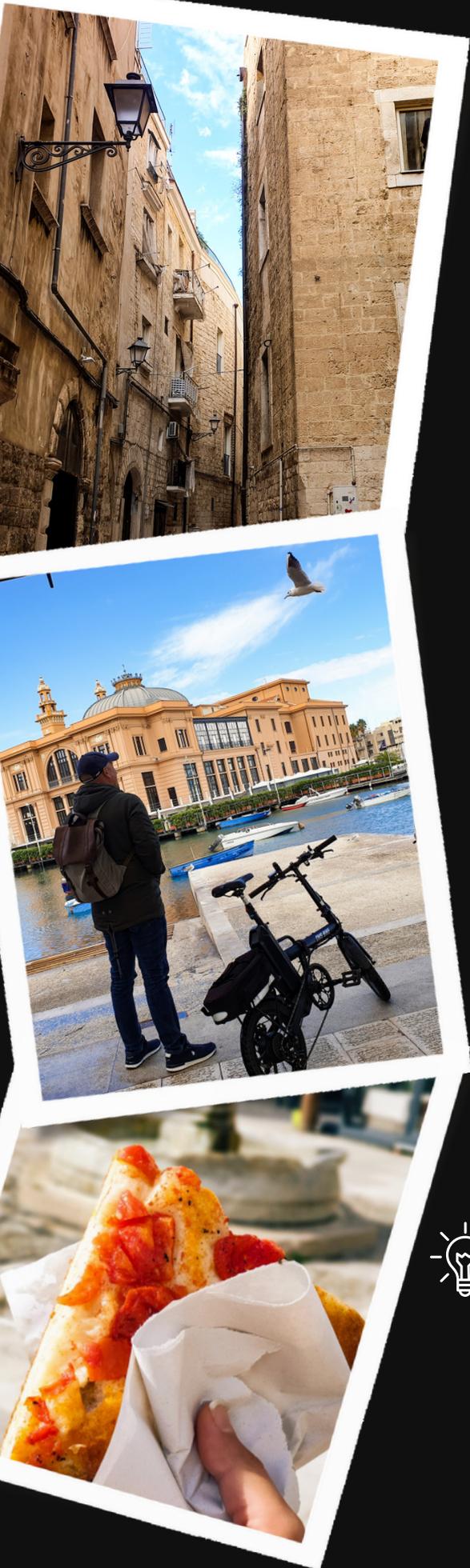
MONOPOLI



26-48min
3,60-9€



40min



EXPLOREZ...

Ostuni

40°43'56"N 17°34'40"E

225,56 KM²

FÊTE LOCALE : 26 AOUT

LA "CITÉ BLANCHE"



OÙ CHAQUE COIN DE RUE EST UNE MERVEILLE

Comme point de départ de votre visite, vous pouvez choisir la "Piazza della Libertà" avec le Palazzo San Francesco, un ancien monastère franciscain et, au centre de la place, un obélisque dédié à Sant'Oronzo, le saint de la ville qui l'a sauvé de la peste.

Une fois arrivés sur la Piazza della Libertà, il sera difficile de vous recommander un endroit en particulier... Tout le centre historique d'Ostuni, appelé la "Ville Blanche", est un chef-d'œuvre architectural absolu entre un dédale de petites rues charmantes, d'arches, d'escaliers en pierre menant à des recoins cachés et à des points de vue uniques. Même le contour d'Ostuni est spécial, entouré par les impressionnants "murs aragonais", défense médiévale de la ville.



VIVEZ PLEINEMENT LA VILLE

TRATTORIA FAVE E FOGGHJE

Restaurant traditionnel et abordable avec une belle terrasse colorée dans le centre historique
-Vico Antonio Fratti, 25b-

OSTERIA CASA CIACCIA

Restaurant élégant proposant des plats typiques d'Ostuni et se fondant dans l'atmosphère naturelle d'une superbe villa avec jardin au pied d'une tour historique du XVe siècle
-Via Peppino Orlando, 2-

RICCARDO CAFFE

Profitez d'un moment original en sirotant votre cocktail à l'extérieur à même les escaliers d'une ruelle, ou à l'intérieur dans un espace à la lumière tamisée et doté d'une voûte en pierre.
-Via Gaetano Tanzarella Vitale, 61-

MONOPOLI

OSTUNI



20min
2,80€



35min



40°47'02.62"N 17°14'14.86"E

40,82 KM²

FÊTE LOCALE : DU 25 AU 28 SEPTEMBRE

EXPLOREZ...

Alberobello

LA VILLE DES "TRULLI"



HISTOIRE ET CAMPAGNE

Les "Trulli" sont des maisons en pierre des Pouilles avec un toit conique. Leurs origines conduisent à de nombreuses théories, mais la plus populaire dit qu'en raison de la forte taxation des propriétés à l'époque (autour du 14ème siècle), les habitants ont construit ces habitations qui pouvaient être rapidement démontées lorsque les inspecteurs des impôts venaient. Malin ! Les principaux quartiers pour découvrir ces Trulli à pied ou à vélo sont "Rione Monti", le plus caractéristique avec plus de 1000 cônes, et "Rione Aia Piccola", plus paisible.

Le **Bosco Selva**, le poumon vert d'Alberobello, est un parc de 45 hectares avec des points panoramiques, des trulli dispersés dans la campagne, des aires de jeux pour enfants, des aires de pique-nique et bien sûr des pistes cyclables.



LA CUISINE TRADITIONNELLE À L'HONNEUR

LARGO TREVISANI RESTAURANT

Cuisine traditionnelle composée des produits locaux, proposée par un restaurant situé sur une place spacieuse du centre historique offrant une belle vue sur les Trulli.

-Largo Trevisani 13-

LA CANTINA RESTAURANT

Dans une ambiance simple, chaleureuse et familiale, dégustez les plats traditionnels de ce charmant restaurant au plafond voûté.

-Vico Lippolis, 8-

MONOPOLI

ALBEROBELLO

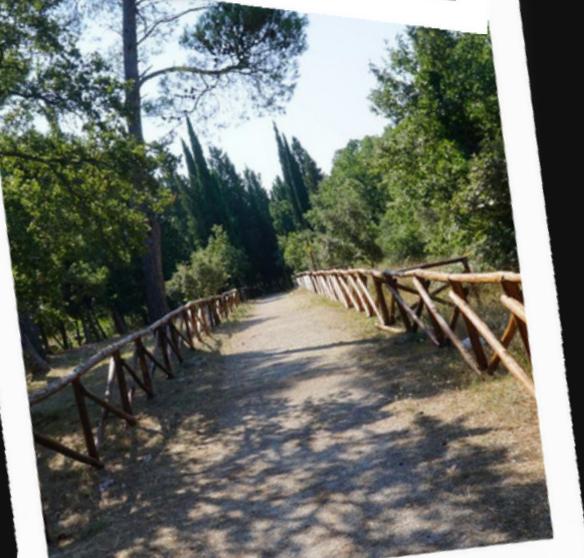


1h50
2€

25min



Alberobello est une ville du territoire de la "Vallée d'Itria", où nous organisons également des visites à vélos électriques au coucher du soleil !



EXPLOREZ...

Polignano a Mare

40°59'46"N 17°13'13"E

63,09 KM²

JOUR DE FÊTE : 15 JUIN

UNE FASCINANTE CITÉ ROCHEUSE



POLIGNANO OU LA "TERRASSE DES POUILLES"

Imposant sa présence au-dessus de l'eau, nous vous conseillons de visiter Polignano a Mare depuis ses hauts "balcons" naturels (joli point de vue depuis le restaurant "La Balconata")



LES GROTTES LES PLUS CÉLÈBRES D'ITALIE

Quel genre d'entreprise des Pouilles serions-nous si nous ne parlions pas de Lama Monachile/Cala Porto ? Directement de la plage ou depuis les restaurants et bars alentours, la baie offre de jour comme de nuit une indescriptible vue..

Polignano a Mare est certainement célèbre pour son restaurant gravé dans la roche avec vue dégagée sur la mer au-dessus de splendides grottes appelées "Grotte Palazzese" que vous pouvez visiter en paddleboard ou en kayak, situé à 500m à droite de Lama Monachile.

Un peu en dehors de Polignano a Mare avec une vue sur le Rocher de l'Eremità, se trouve "Cala Port'alga", cette petite baie caractérisée par sa porte en pierre et sa bibliothèque à l'intérieur d'un ancien bateau de pêcheurs.



INSPIRATION



IL SUPER MAGO DEL GELO

Ce bar populaire est connu pour avoir créé le "Caffè Speciale" avec du sucre, du zeste de citron, de la crème et de l'Amaretto.

-Piazza Giuseppe Garibaldi, 22-

POLIGNANO A MARE

MONOPOLI



05min
2€

15min

30min
9km



Chaque année, généralement entre juillet et septembre, se tient le championnat du monde de plongeurs depuis les rochers de Polignano a Mare organisé par Red Bull !

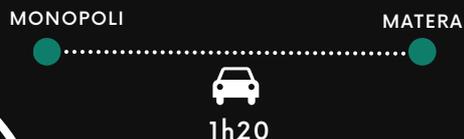


PLUS DE VISITES



MATERA

Matera fait partie de la région de la Basilicate et non des Pouilles, mais est incontournable pour ses « Sassi », habitations creusées dans la roche et datant de la préhistoire. Matera a été déclarée site du patrimoine mondial par l'Unesco.



FASANO

A pied ou en voiture, le Zoo Safari de Fasano vous plonge dans sa faune et sa flore, répertoriant 3000 animaux de 200 espèces différentes.

Billet **18-30€**



LOCOROTONDO

Célèbre pour son vin blanc en étant une étape de la "Route des Vins", Locorotondo se distingue aussi par sa constitution en forme de cercle comme son nom l'indique, et ses maisons "Cummerse".



CASTELLANA GROTTE

Sur plus de 3348 mètres de long et 70 mètres de profondeur, visitez le célèbre complexe de stalactites, stalagmites et cavernes souterraines de Castellana Grotte.

Billet **12-18€**



VOUS EN VOULEZ ENCORE ?

CAPITOLO

Cette ville touristique bordant la mer et reliant Monopoli à Savelettri est peut-être petite, mais rassemble tout ce dont vous avez besoin pour vos vacances grâce à ses nombreux clubs de plage, du plus naturel et simple au plus chic.

C'est aussi là que vous pourrez admirer "Torre Cintola", l'une des 6 tours restantes sur la région de Bari, construite dans les années 500 pour se défendre contre les invasions de corsaires et de pirates. Et plus loin, vous pouvez également trouver les traces d'une activité d'extraction de roches antiques créant des piscines naturelles devant la Résidence Atlantide. Un endroit parfait pour nager au coeur de l'histoire du territoire.

Et cerise sur le gâteau pour les familles, CapitoLO possède son immense parc aquatique, le plus grand du sud de l'Italie !



LECCE

Aussi surnommée "La Dame du Baroque" ou "La Florence du Sud", Lecce ravira les visiteurs par son atmosphère architecturale particulière et ses nombreux édifices historiques et religieux comme la **Basilique Santa Croce**, le **Palazzo Vescovile** ou encore sa **Place du Duomo**.

SAVELLETRI

En plus de son bord de mer, nous vous conseillons vivement de vous "perdre" dans la campagne de Savellettri, entre oliviers et spectaculaires vieilles "Masserie", ces belles fermes en pierre.



PARC AQUATIQUE EGNAZIA

Adulte : **25€**
Enfant (jusqu'à 135cm) : **20€**

MONOPOLI	CAPITOLO	
15min 1,10€	10min	20min 7km

MONOPOLI	LECCE	
1h15 8,80€	1h15	

MONOPOLI	SAVELLETRI	
20min	40min 14km	



Clubs de plage

LIDO MILLENNIUM CAPITOLO



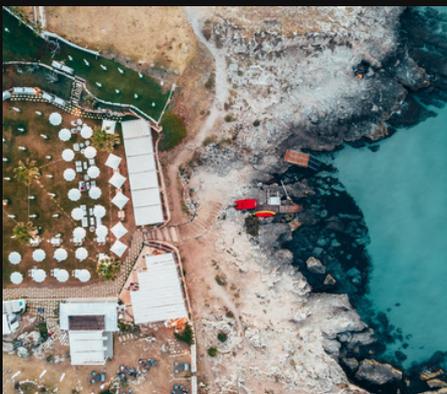
LIDO ARCHEOLIDO SAVELLETRI



PORTO GHIACCIOLO MONOPOLI



LIDO PERLA NERA MONOPOLI



LIDO MACRAME MONOPOLI



SABBIA D'ORO CAPITOLO



Informations utiles

NUMÉROS D'URGENCE

GENDARMES 112

POLICE 113

POMPIERS 115

SAMU / AMBULANCE 118

3SENSI

(+39) 320 378 7700 - INFO.3SENSI@GMAIL.COM

LOCATION DE VOITURE OU MINIVAN AVEC CHAUFFEUR

+39 320 3787700

POUR RÉSERVER VOS BILLETS DE TRAIN ET D'AUTOBUS

WWW.TRENITALIA.COM

HORAIRES ET ARRÊTS LIGNE DE BUS MONOPOLI-CAPITOLO
(DU 10 JUIN AU 15 OCTOBRE - 1,10€ A/R)

WWW.BUSMICCOLIS.IT

LINEE URBANE >> MONOPOLI >> LINEA CAPITOLO



Symboles



Lieux à visiter à vélo



Lieux à visiter en SUP / Kayak



Spécialité culinaire/restaurant



Convient aux familles



Accepte les animaux



Dispositifs écologiques



Accès pour handicapés



Connexion Wifi



Parking



Douches



Piscine



Fêtes et événements



Monument historique



Espace librairie



Espaces fitness



Astuces bonus

Nous pensons que vous êtes prêt maintenant... Bonnes vacances !