

XII° GIORNATA NAZIONALE DEL TREKKING URBANO 2015



«Alla scoperta dei percorsi e dei gusti. Cibo per l'anima,
cibo per il corpo»

**PALERMO
SABATO
31 OTTOBRE**

Nel cuore di Palermo i mercati storici, famosi in tutto il mondo, rappresentano il simbolo dell'animo panormita. Il luogo ideale dove trovare le nostre radici e da dove partire per un autentico tuffo nel passato. Il trekking di quest'anno si propone come obiettivo di gratificare e nutrire l'anima con la vista di opere d'arte dal forte impatto emotivo e attraverso la degustazione di sapori e specialità tipiche, gratificare e nutrire il corpo.

Mercato del Capo: Itinerario Mandamento Capo o Seralcadio

Il filo conduttore del percorso saranno le ricette tratte dal libro "La cucina della Via Francigena", ricette che riportano la storia dei cibi tradizionali offerti ai pellegrini e viandanti nei conventi e nei luoghi di accoglienza lungo i cammini storici in Sicilia. In memoria dell'antica tradizione di ospitalità dei pellegrini, verrà offerto ai partecipanti la possibilità di degustare il "Biscotto del Pellegrino", un biscotto al lievito a forma di "S".

Tappe essenziali del percorso: Chiesa di S. Cristina La Vetere, nel vicolo dei Pellegrini; Oratorio di S.S. Pietro e Paolo; Chiesa dei Quaranta martiri alla Guilla; Chiesa dell'Immacolata Concezione al Capo; Mercato del Capo; Chiesa di S. Agostino; Oratorio della Carità di San Pietro ai Crociferi;

Punto di partenza e orario:

S.Cristina la Vetere, ore 9.30 e ore 11.30 Durata circa 2 h.

Ticket: 12 € (compreso: ingresso monumenti, auricolari, guida turistica)

Visita del quartiere della Loggia: Il mercato della Vucciria e gli ordini Monastici.

Oggi la tradizione dolciaria monastica è venuta meno, in alcuni casi è stata ripresa da attività commerciali che però non riescono ad eguagliare il gusto paradisiaco del tempo. Ecco quindi un itinerario che mette insieme l'eccellenza e la varietà del barocco palermitano con i dolci e i liquori della nostra tradizione monastica. Il giro si concluderà alle ore 19.00 con il concerto dell'Orchestra e coro "Quattrocanti" presso la Chiesa di S. Maria in Valverde.

Tappe essenziali del percorso: Piazza, Chiesa e Chiostro di S. Domenico; Chiesa S. Andrea degli Aromatari; Piazza Meli; Oratorio di S. Domenico dove l'attrice Gabriella Pellitteri reciterà dei versi della Divina Commedia di Dante Alighieri, per la ricorrenza del 750° anno della nascita del sommo poeta.

Concerto conclusivo dei bambini dell'orchestra e del Coro "Quattrocanti" presso la Chiesa di S. Maria in Valverde.

Punto di partenza e orario: Piazza S. Domenico, ore 16.30 Durata del percorso circa 3 h

Ticket: 5 € inclusa degustazione

Il gruppo sarà accompagnato da un professionista, che introdurrà i convenuti in un percorso antropologico-teologico-culturale.

Mercato di Ballarò: Itinerario Palermo vista dall'alto.

Cuore pulsante dell'Albergheria è oggi il mercato storico di Ballarò, tra i vari vicoli del mercato si trovano dislocate le botteghe dei maestri, essi stessi contenitori d'eccellenza, portatori di infinite sfaccettature antropologiche, fascinazioni gastronomiche e caleidoscopici colori dei suk arabi.

Salendo sulla torre di San Nicolò si scopre il più bel panorama della città vecchia. Durante il percorso si potrà anche ammirare la cupola della Chiesa del Carmine Maggiore, la più bella in assoluto a Palermo.

Tappe essenziali del percorso: Oratorio del Carminello; Cupola e Chiesa del Carmine Maggiore; Mercato storico di Ballarò; S. Nicolò all'Albergheria con la torre; Complesso monumentale di S. Chiara;

Punto di partenza e orario: Porta S. Agata, ore 15.00 Durata del percorso 4 h. Non consigliato ai diversamente abili.

Ticket: 10 € (compreso: ingresso monumenti, auricolari, guida turistica)

SERVIZIO TURISMO

Prenotazione entro il 27/10/15 ai numeri:
0917405945/5901/5914
promozioneturismo@comune.palermo.it