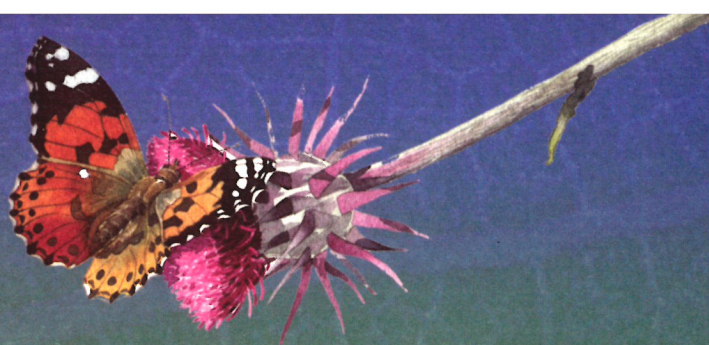


# FORESTA di MERCADANTE



REGIONE PUGLIA  
Servizio Foreste

Assessorato alle Risorse Agroalimentari



*Il sentiero pedonale ADAGIO si snoda per 1700 m nel cuore della foresta di Mercadante e, grazie all'assenza di pendenze di rilievo, è di facile percorrenza.*

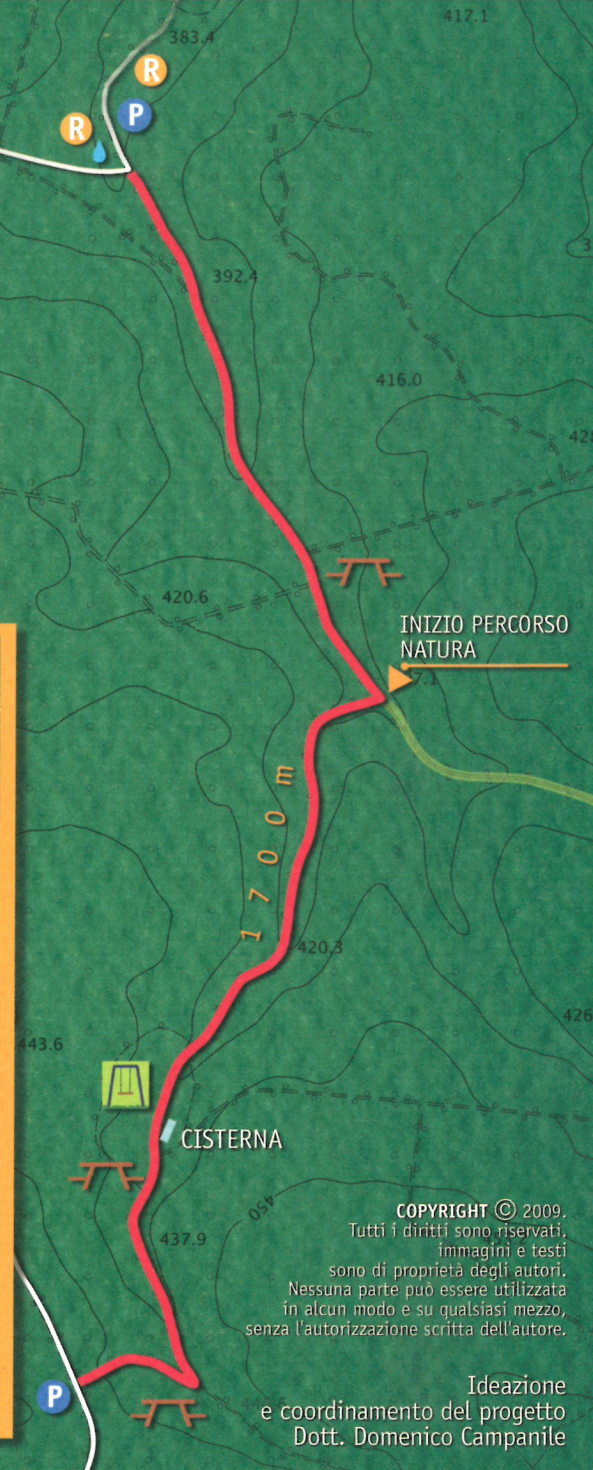
*Lungo il percorso sono presenti tre aree di sosta attrezzate, un'area giochi per bambini e un campo di calcetto in terra battuta.*

*Il Servizio Foreste della Regione Puglia, con ADAGIO, aggiunge ai Percorsi NATURA e SALUTE un'ulteriore opportunità per trascorrere il tempo libero in foresta, per un'allegria scampagnata in compagnia o semplicemente per rilassarsi, per fare quattro passi ...adagio adagio.*



PERCORSO PEDONALE

- INGRESSO FORESTA
- AREA PICNIC
- AREA GIOCHI
- PARCHEGGIO
- FONTANA DI ACQUA POTABILE
- PUNTO RISTORO
- QUERCE SECOLARI
- VIVAIO FORESTALE  
*Fungipendola*
- SEDE OPERATIVA REGIONALE  
SERVIZIO FORESTE
- COMANDO STAZIONE  
DEL CORPO FORESTALE DELLO STATO



**COPYRIGHT © 2009.**  
 Tutti i diritti sono riservati.  
 Immagini e testi  
 sono di proprietà degli autori.  
 Nessuna parte può essere utilizzata  
 in alcun modo e su qualsiasi mezzo,  
 senza l'autorizzazione scritta dell'autore.

Ideazione  
 e coordinamento del progetto  
 Dott. Domenico Campanile

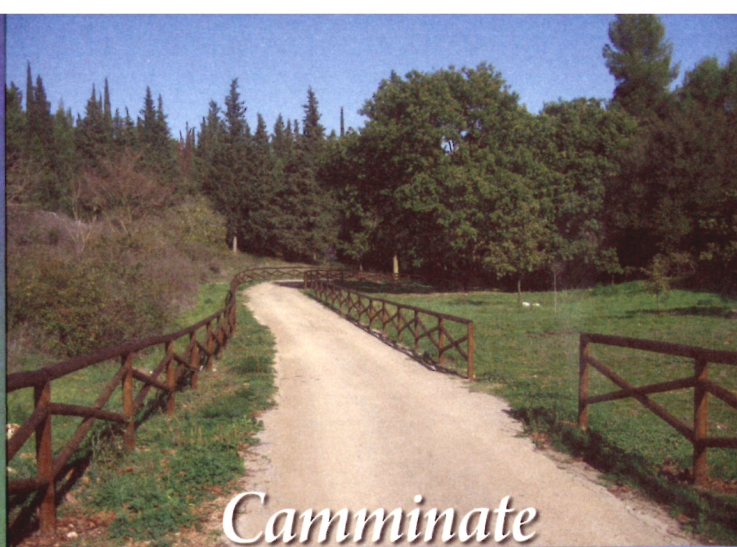
Ideazione grafica e illustrazioni  
 Nicola Cillo



*Adagio  
con dolcezza*



*Adagio  
giocosso*



## *Camminate in armonia*

*Camminare adagio per il bosco, adagiarsi sull'erba in compagnia di un libro, adagiare lo sguardo sul volo leggero di una farfalla.*

*Ci sono cose che hanno bisogno di tempo, del giusto ritmo e di spazi aperti.*

*Questo percorso pedonale è dedicato a tutti coloro che cercano l'armonia seguendo ritmi più lenti, diversi da quelli convulsi e frenetici del nostro tempo.*

*Abbiamo sottratto un'area della foresta al transito dei veicoli motorizzati, al dominio della "velocità", per restituirla al cammino, alla "lentezza".*

# PERCORSO NATURA



## FORESTA di MERCADANTE



Regione Puglia  
Assessorato alle Risorse Agroalimentari

Settore Foreste

Un sentiero per scoprire,  
vivere e amare il bosco.



## LA NATURA DEL PERCORSO



Attraversare il bosco, osservare gli organismi viventi che lo abitano, comprendere le dinamiche ecologiche che lo regolano, è un'avventura entusiasmante, da vivere durante ogni stagione e a qualsiasi età.

Il percorso invita a conoscere il bosco e presenta i diversi aspetti dell'ambiente naturale con undici cartelli illustrati, seguendo un facile sentiero che attraversa una delle zone più belle della foresta di Mercadante.

Progettazione e coordinamento  
DOMENICO CAMPANILE

Progetto grafico e illustrazioni  
NICOLA CILLO

Testi  
MARISA LATERZA,  
DOMENICO CAMPANILE

COPYRIGHT © 2006. Tutti i diritti sono riservati.



## LA FORESTA DI MERCADANTE

La foresta di Mercadante si estende per circa 1100 ettari nel Parco Nazionale dell'Alta Murgia, in prevalenza nel territorio di Cassano Murge, ed è stata impiantata per proteggere la città di Bari dalle acque piovane che dalle Murge confluiscono verso la costa.

Le prime piantine furono messe a dimora nell'inverno del 1927-28, presso la contrada Fra Diavolo, che ospita questo Percorso Natura e dove si possono ammirare gli alberi più maestosi.




Nell'area in cui fu impiantata la Foresta di Mercadante, il manto boschivo originario era scomparso ormai da decenni e, per ripristinare in tempi brevi la funzione protettiva del bosco, furono scelte specie dall'accrescimento rapido e molto resistenti, come alcune Conifere.

L'insediamento e la crescita di queste piante hanno favorito, dopo molti anni, un'evoluzione del bosco, in seguito alla spontanea diffusione di semi di piante autoctone, come Roverelle, Lecci e Querce spinose, e agli interventi effettuati dal Corpo Forestale dello Stato prima e, attualmente, dal Settore Foreste della Regione Puglia. La foresta di Mercadante si sta così evolvendo in un complesso ecosistema, di notevole pregio naturalistico per la elevata biodiversità. Pur continuando a svolgere un ruolo determinante per la difesa del suolo dall'erosione, è diventata una preziosa "risorsa verde" per il territorio barese.

Il percorso Natura è un invito alla scoperta del bosco, rivolto a tutti i visitatori di Mercadante.

I cartelli tematici e le aree attrezzate rendono il percorso un'aula all'aperto, ideale per lo svolgimento di attività didattiche, destinate a studenti di ogni età.

*Un meraviglioso esemplare di Pino d'Aleppo, che vegeta lungo il percorso.*



## LA FORESTA DI MERCADANTE

1. La diversità  
di specie vegetali,  
arboree,  
arbustive ed erbacee,  
crea le condizioni per la presenza  
di numerose specie di animali.



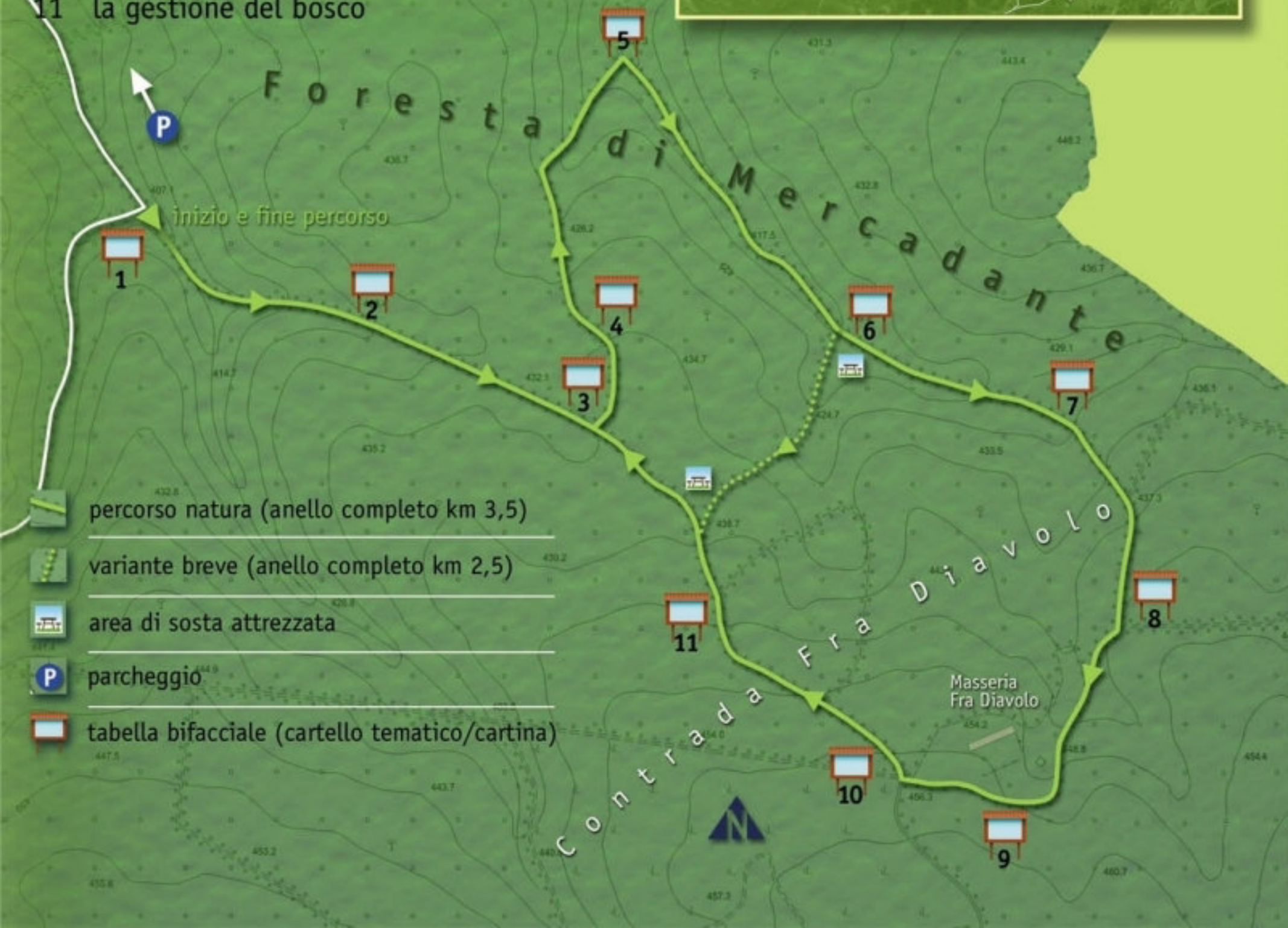
2. I cartelli  
tematici,  
sono stati ideati  
per raccontare  
il bosco,  
con disegni e testi  
di facile lettura.

3. Un Picchio verde.  
La famiglia dei Picchi  
comprende specie  
particolarmente legate  
all'ambiente boschivo,  
purché siano presenti  
vecchi alberi  
o tronchi marcescenti.



## ELENCO DEI CARTELLI TEMATICI

- 1 presentazione del percorso
- 2 la storia
- 3 l'ecosistema
- 4 le funzioni del bosco
- 5 alberi
- 6 fiori
- 7 frutti e funghi
- 8 uccelli
- 9 mammiferi, anfibi e rettili
- 10 scoprire e difendere il bosco
- 11 la gestione del bosco











PERCORSO SALUTE



FORESTA di MERCADANTE

## Muoversi naturalmente

Il Percorso Salute, realizzato dal Settore Foreste della Regione Puglia, è situato all'interno della Foresta demaniale di "Mercadante", in agro di Cassano delle Murge (BA), nel territorio del Parco Nazionale dell'Alta Murgia, e rientra in un programma più ampio di valorizzazione del patrimonio boschivo demaniale.

Si raggiunge facilmente percorrendo la Strada Provinciale 77, detta "La Santermana", lungo la quale sono presenti aree di parcheggio.

Il Percorso si snoda lungo una pista forestale già esistente, attraverso una delle zone più suggestive ed affascinanti della Foresta tra grandi pini, cipressi e querce, e offre paesaggi inaspettati, come il profondo impluvio naturale denominato "Gran Canyon".

È composto da un tratto più semplice e pianeggiante (percorso n. 1 con 10 attrezzi ginnici) ed un altro più impegnativo e con dislivelli (percorso n. 2 con 16 attrezzi).

Il Percorso offre la possibilità di praticare attività ginnica all'aperto, in un ambiente naturale, sano e tranquillo, proponendosi, quindi, come una palestra verde attrezzata per un completo benessere.



Regione Puglia  
Assessorato alle Risorse Agroalimentari

Settore Foreste

## LEGENDA DEGLI ATTREZZI INSTALLATI LUNGO IL PERCORSO

- |                                                                                    |                                                |                                                                                     |                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
|    | <b>0</b><br>riscaldamento                      |    | <b>8</b><br>gradoni<br>con ringhiera         |
|    | <b>1</b><br>tris di attrezzi<br>di equilibrio  |    | <b>9</b><br>sbarre orizzontali               |
|    | <b>2</b><br>sei ritzi                          |    | <b>10</b><br>serie di tre piani<br>inclinati |
|  | <b>3</b><br>tre piattaforme                    |  | <b>11</b><br>palco di salita                 |
|  | <b>4</b><br>sei funghetti                      |  | <b>12</b><br>tunnel<br>con staggi laterali   |
|  | <b>5</b><br>due sbarre<br>orizzontali          |  | <b>13</b><br>due parallele                   |
|  | <b>6</b><br>passerella<br>con pioli oscillanti |  | <b>14</b><br>ponte con pioli                 |
|  | <b>7</b><br>spalliera<br>a doppia campata      |  | <b>15</b><br>trave oscillante                |



## Policrosalus

Il Policrosalus è un itinerario dedicato all'attività ginnica, costituito da 26 attrezzi in legno, certificati ISO9001, distribuiti lungo i 4,3 km del Percorso Salute.

Nel percorso n.1 (1,5 km) sono presenti 10 attrezzi, mentre gli altri 16 si trovano lungo il tratto più impegnativo, il percorso n. 2 (2,8 km). Gli attrezzi sono accompagnati da tabelle che ne suggeriscono l'utilizzo e permettono di personalizzare la propria attività ginnica. Per ogni attrezzo, infatti, sono previsti 6 livelli di difficoltà ed ogni livello è contrassegnato da un colore, per una facile identificazione del programma da seguire.

I sei diversi colori (giallo, arancione, rosso, viola, blu e bordeaux), in ordine crescente d'impegno, danno il nome al percorso salute: POLICROSALUS.

Il Percorso è modulato in tre fasi: una iniziale di riscaldamento, una centrale di esercizi per l'attività ginnica completa ed una finale di defaticamento.

La modularità degli attrezzi offre la possibilità di svolgere attività fisica di diversa intensità, da quella agonistica dell'atleta a quella più rilassata della famiglia al completo.



*L'attrezzo n° 10: i tre piani inclinati.*



*L'attrezzo n° 14:  
il ponte con i pioli.*



*L'attrezzo n° 11: il palco di salita.*










*L'attrezzo n° 13:  
le parallele.*



*L'attrezzo n° 1:  
esercizi di equilibrio.*



LEGENDA

-  percorso n° 1 (km 1,5)
-  percorso n° 2 (km 2,8)
-  inizio percorso
-  fine percorso
-  attrezzo ginnico
-  area giochi
-  parcheggio



Progettazione e coordinamento  
dott. Domenico Campanile

Grafica e illustrazioni  
Nicola Gillo











