



## Lucania cosa sapere e visitare

La Basilicata è una regione situata nella parte sud-orientale dell'Italia, affacciata sul mare Ionio ad est e confinante con la Campania a nord, la Puglia a est e la Calabria a sud.

Storicamente, la Basilicata ha una ricca e complessa storia che risale all'antichità. Fu abitata da diverse popolazioni durante il periodo pre-romano, tra cui gli antichi Greci, i Lucani e i Romani. Nel corso dei secoli successivi, la regione fu invasa e conquistata da vari popoli, come i Goti, i Bizantini, i Longobardi, i Normanni e gli Aragonesi. Questa varietà di dominazioni ha lasciato un'impronta importante nell'architettura, nell'arte e nella cultura della regione.

La Basilicata è famosa per i suoi spettacolari paesaggi montani e costieri. Alcune delle principali montagne della regione sono il Monte Vulture, un antico vulcano oggi inattivo, e la catena dei Monti Appennini. Queste aree offrono grandi opportunità per escursioni, trekking e attività all'aria aperta.

Per quanto riguarda il mare, la Basilicata offre una costa mozzafiato con spiagge di sabbia dorata e acque cristalline. Alcune delle località balneari più popolari includono Maratea, conosciuta come la "Perla del Tirreno", e Metaponto, famosa per le sue rovine archeologiche.

In termini di arte e cultura, la Basilicata ospita numerosi siti di interesse storico e archeologico. Uno dei punti salienti è la città di Matera, che è stata designata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO ed è famosa per i suoi "Sassi" – antiche grotte scavate nella roccia che ospitano insediamenti abitativi dal Paleolitico fino ad oggi.

Altri luoghi di interesse includono il Castello di Melfi, una maestosa fortezza medievale situata sulla cima di una collina, e le antiche città di Policoro e Venosa, dove è possibile visitare importanti siti archeologici come le rovine di una città greca e le tombe di importanti poeti latini.

Complessivamente, la Basilicata offre una combinazione unica di bellezze naturali, storia antica e arte e cultura che la rendono una destinazione ideale per gli amanti dell'avventura, della storia e dell'arte.

Metaponto è una località turistica situata sulla costa jonica della Basilicata, in Italia. La storia di Metaponto risale all'antica Magna Grecia, quando era una città greca fondata nel VII secolo a.C. dai coloni della città di Sybaris. Fu un importante centro culturale e commerciale, famoso per il suo tempio dedicato a Apollo.

Durante il periodo romano, Metaponto perse importanza e venne abbandonata. Oggi, i visitatori possono ammirare i resti archeologici di questa antica città, tra cui il tempio di Apollo, alcuni templi minori, uno dei più grandi teatri antichi della Magna Grecia e le mura difensive.

## Metaponto

La zona di Metaponto è caratterizzata da una stupenda natura mediterranea, con spiagge di sabbia fina e acque cristalline. È un luogo ideale per gli amanti del mare e del relax, con numerose strutture alberghiere, ristoranti e stabilimenti balneari.

Oltre alla sua storia e alle splendide spiagge, Metaponto offre anche attività turistiche come il golf, escursioni in bicicletta lungo la pista ciclabile che attraversa la costa e visite ai vicini paesi dell'entroterra, come Bernalda, nota per il suo castello medievale e il Museo Archeologico Nazionale.

Nel corso degli ultimi anni, Metaponto ha visto un aumento del turismo grazie agli sforzi di promozione delle sue bellezze. La regione sta investendo nella riqualificazione delle strutture turistiche, come alberghi e servizi ricreativi, con l'obiettivo di attrarre un numero sempre maggiore di visitatori.

Metaponto è un luogo perfetto per trascorrere una vacanza rilassante in un ambiente storico e naturale unico. Con la sua storia millenaria e le bellezze naturali senza tempo, offre ai visitatori un'esperienza indimenticabile.

## Bernalda

Bernalda è un comune italiano della provincia di Matera, in Basilicata. Situato sulla collina Murge, il paese ha una storia ricca e affascinante.

Le origini di Bernalda risalgono all'epoca preistorica, come dimostrano i numerosi reperti archeologici rinvenuti nella zona. Durante l'epoca romana, era un importante centro agricolo e commerciale, grazie alla sua posizione strategica lungo la Via Appia Traiana.

Nel corso dei secoli, Bernalda è stata dominata da vari signori locali e nobili, tra cui i feudatari dei re di Napoli. Nel XV secolo, la famiglia Colonna assunse il controllo del paese e ne fece uno dei loro possedimenti più importanti.

Un momento di grande importanza per Bernalda è stato il periodo barocco, durante il quale molte chiese e palazzi sono stati costruiti o ristrutturati. Il Palazzo Margherita, un palazzo nobiliare in stile barocco, è uno dei principali punti di interesse del paese. Oggi, il palazzo è un lussuoso hotel di proprietà della famiglia Coppola.

Bernalda è anche famosa per la sua tradizione culinaria. La cucina locale presenta piatti tipici della cucina lucana, come la zaghjarin e ceci, la pasta fatta in casa con una salsa di ceci e pomodoro. Altri piatti tradizionali includono la peperonata, una zuppa di peperoni (cialled), e la focaccia, la pecora a pastural

Il turismo a Bernalda è in costante crescita, grazie anche alle tante [casa vacanze di Bernalda](#) e [suite con idromassaggio in Basilicata](#), oltre alla sua bellezza storica e al suo fascino autentico. I visitatori possono esplorare le strade strette e tortuose del centro storico, ammirare le chiese barocche e scoprire l'atmosfera unica del paese. I paesaggi circostanti, con vaste distese di oliveti e vigneti, offrono anche opportunità per escursioni e attività all'aperto.

Bernalda è anche la città natale del famoso regista Francis Ford Coppola, che ha acquistato e restaurato il Palazzo Margherita. Il regista visita spesso il paese per le riprese dei suoi film e promuove il turismo nella zona.

In conclusione, Bernalda offre una combinazione unica di storia, cultura e bellezze naturali, rendendolo una meta ideale per i turisti che desiderano scoprire la Basilicata.

## Matera

Matera è una città situata nella regione italiana della Basilicata, nel sud del paese. È conosciuta per i suoi antichi sassi, una serie di case e chiese scavate nella roccia tufacea. Questi sassi sono stati abitati dai primi insediamenti umani almeno dal paleolitico e sono considerati uno dei più antichi insediamenti continuamente abitati al mondo.

La storia di Matera risale a migliaia di anni fa. La città era abitata dai Sassi, una popolazione preistorica, fin dal Neolitico. Nel corso dei secoli, Matera è stata dominata da diverse civiltà, tra cui Greci, Romani, Bizantini, Longobardi e Normanni. Durante il Medioevo, la città ha prosperato come importante centro commerciale e culturale.

Tuttavia, nel corso dei secoli successivi, Matera ha subito un declino. Le condizioni igieniche erano precarie e la povertà era diffusa. Nel 1950, il governo italiano decise di evacuare le persone che abitavano nei sassi a causa della loro cattiva reputazione come luogo di emarginazione e malattie. I sassi sono rimasti vuoti per molti anni, finché negli anni '90 la città è stata ripopolata e sono stati avviati progetti di recupero.

Oggi, Matera è una destinazione turistica popolare grazie al suo patrimonio storico e alla sua architettura unica. Nel 1993, i sassi di Matera sono stati dichiarati Patrimonio Mondiale dell'UNESCO. I visitatori possono esplorare le strade tortuose e le case scavate nella roccia, molte delle quali sono state trasformate in ristoranti, alberghi e musei. La città ospita anche numerosi eventi culturali e festival, tra cui il Festival della Cultura Matera 2019, che ha visto la partecipazione di artisti e pensatori di fama internazionale.

Matera è anche nota per i suoi antichi riti religiosi. La città è sede di diverse chiese e monasteri, tra cui la Cattedrale di Matera, un importante luogo di culto. Durante la Settimana Santa, Matera ospita il celebre rito della "Processione dei Misteri", durante il quale vengono portati in processione oltre 2.000 figurantiche rappresentano la passione di Cristo.

In conclusione, Matera è una città con una storia lunga e affascinante che attrae visitatori da tutto il mondo. La sua architettura unica e la sua affascinante storia hanno contribuito a farne una delle mete turistiche più interessanti e insolite d'Italia.

## Tursi, Craco e Pisticci

Tursi, Craco e Pisticci sono tre comuni situati nella regione italiana della Basilicata. Ognuno di essi ha una storia unica e offre opportunità di turismo interessanti.

Tursi è un antico borgo medievale situato su una collina, noto principalmente per essere la città natale del poeta Rocco Scotellaro. La città vanta una storia ricca di influenze culturali e religiose, con una serie di chiese e monasteri di grande interesse. La Cattedrale dell'Assunta è un importante punto di riferimento, con il suo imponente campanile e l'interno magnificamente decorato. Inoltre, Tursi è famosa per la sua comunità di Arbëreshë, discendenti di albanesi che si sono insediati nella zona nel XV secolo.

Craco è un altro comune della Basilicata che merita una visita. Situato su una collina rocciosa, Craco è un antico insediamento risalente al periodo romano. Tuttavia, è noto soprattutto per il suo paesaggio suggestivo e le sue rovine. Nel corso dei secoli, Craco ha subito diversi eventi sismici che hanno provocato l'abbandono progressivo del paese da parte degli abitanti. Oggi, il centro storico di Craco è una meta molto apprezzata dai turisti che vogliono immergersi in un'atmosfera sospesa nel tempo.

Infine, Pisticci è un pittoresco comune situato sulla cima di una collina che domina la valle del Basento. Con i suoi vicoli stretti e tortuosi, le case bianche e le numerose chiese, Pisticci offre un'affascinante vista panoramica sulla regione circostante. Il centro storico di Pisticci, chiamato "Pisticci Vecchio", è uno dei meglio conservati della Basilicata. Tra i punti di interesse ci sono la Chiesa Madre di Santa Maria Maggiore e il Castello Margherita, entrambi luoghi storici affascinanti da visitare.

Inoltre, tutti e tre i comuni offrono una cucina tradizionale deliziosa, con piatti tipici basilicatesi da assaggiare assolutamente durante una visita in queste località.

In sintesi, Tursi, Craco e Pisticci sono tre comuni della Basilicata che vantano una storia ricca e unica. Ognuno di essi merita una visita per scoprire le loro bellezze e immergersi nell'atmosfera affascinante di questa regione italiana.

## Castelmezzano, Castelsaraceno, Pietragalla, Castelsaraceno e Pollino

### Castelmezzano:

- Storia: Castelmezzano è un comune situato nella regione di Basilicata, in Italia. La sua storia ha origini antiche, risalenti al periodo romano. Durante il Medioevo, il borgo è stato un importante centro di potere feudale e ha subito vari cambiamenti di dominio tra diverse famiglie nobiliari. Nel corso dei secoli, Castelmezzano ha subito diversi attacchi e distruzioni, ma è sempre stato

ricostruito e ha mantenuto il suo fascino storico.

- Turismo: Oggi, Castelmezzano è una destinazione molto popolare per i turisti grazie alla sua posizione spettacolare tra le montagne Lucane. Il paese è famoso per le sue caratteristiche case di pietra e le strette stradine che si arrampicano sulle colline circostanti. Uno dei punti salienti del turismo a Castelmezzano è il “Volo dell’Angelo”, un’attrazione che permette ai visitatori di volare tramite una corda d’acciaio sopra la valle del Basento, offrendo una vista mozzafiato sulla zona circostante.

#### Castelsaraceno:

- Storia: Castelsaraceno è un comune situato nella provincia di Potenza, in Basilicata. Il suo nome deriva dalla presenza dei Saraceni, i quali occuparono la zona durante il periodo dell’invasione moresca in Italia. Il borgo medievale di Castelsaraceno è stato un importante centro strategico nell’area e ha subito cambi di dominio tra varie famiglie nobiliari nel corso dei secoli.
- Turismo: Castelsaraceno attrae numerosi visitatori per le sue caratteristiche architettoniche medievali, tra cui le mura, il castello e le chiese antiche. I turisti possono passeggiare per le stradine acciottolate del centro storico e godere delle suggestive vedute panoramiche sulla Valle del Sinni. La zona circostante è ideale per escursioni e attività all’aria aperta, grazie ai bellissimi paesaggi montani.

#### Pietragalla:

- Storia: Pietragalla è un comune situato nella provincia di Potenza, in Basilicata. La sua storia risale all’epoca romana e durante il Medioevo è stato un importante centro agricolo e commerciale. Nel corso dei secoli, Pietragalla ha subito vari cambiamenti di dominio tra diverse famiglie nobiliari.
- Turismo: Pietragalla offre ai visitatori una ricca storia e una bellezza paesaggistica unica. Il centro storico conserva varie testimonianze del passato, come antiche case in pietra, chiese e i resti del castello medievale. La zona circostante è ideale per escursioni a piedi, in bicicletta o a cavallo, con numerosi sentieri che conducono a splendidi paesaggi naturali.

#### Pollino:

- Storia: Il Parco Nazionale del Pollino è uno dei parchi nazionali più estesi e più antichi d’Italia. La sua storia risale all’epoca romana, quando la regione era abitata dai Sanniti. Nel corso dei secoli, la zona del Pollino è stata teatro di scontri tra diverse potenze politiche, compresi i Normanni, i Saraceni e i Bizantini.
- Turismo: Il Parco Nazionale del Pollino è una delle principali attrazioni turistiche della regione della Basilicata e dell’Italia meridionale. Offre una varietà di paesaggi, da montagne impervie a foreste rigogliose e gole profonde. I visitatori possono praticare escursioni, trekking, arrampicata e avvistamento della fauna selvatica. Inoltre, il parco ospita numerosi borghi medievali, come Morano Calabro e Civita, che sono luoghi di grande interesse storico e culturale.

[Read More](#)

---