EXPERIENCE
THE MEDITERRANEAN
ADVENTURE TREASURES!

# MEDITERRANEAN ADVENTURES

@mediterranean.adventures

www.mediterraneanadventures.org

ENI CBCMED

Project funded by the EUROPEAN UNION

REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

MEDUSA

يدعم مشروع المغامرات في منطقة البحر المتوسط مختلف المنتجات والتجارب المستدامة لسياحة المغامرات والتي تعكس الأصالة والوجه الطبيعي والثقافي للوجهات السياحية ضمن برنامج "ميدوزا" وهي كتالونيا، بوليا، الأردن، لبنان، تونس.

يساهم المشروع في رفع مستوى المنافسة بين العاملين في السياحة المحليّة وتوفير الأرباح للمجتمعات المحلية والتسويق لنشاطات سياحة المغامرة الناعمة ولمنتجات وخيارات سهلة للتنقّل مثل المشي الطويل، ركوب الدرّاجات والرحلات الطويلة والتجارب المحليّة الثقافية.

تظهر الوجهات السياحية في مشروع المغامرات في البحر المتوسط تاريخاً مشتركاً، قيماً مشتركةً، تميّزاً في حسن الضيافة من قبل السكان ونمط حياة خاص بمنطقة المتوسط.

اختبر كنوز المغامرة في منطقة المتوسط!

Join our FAM trips

## LEBANON

### النقاط الرئيسية

- تنوّع المشهد الطبيعي من الساحل الى أعالي الجبال
- شبكة دروب مشي أصلية ترتكز على شبكة آثار اقدام الاسلاف
- درب جبل لبنان الذي يمتدّ على طول ٤٧٠ كم من الشمال الى الجنوب
- ١٥ محميّة طبيعيّة
- محميّة جبل موسى للمحيط الحيوي من ضمن شبكة اليونيسكو لمحميات المحيط الحيوي ٣٥٠ مكان للإقامة، من ضمنها الأديرة (لمحبّي المشي الطويل)

### المواسم

على مدار السنة

### أبرز المغامرات

- المشي والرحلات الطويلة
- التخييم
- التزلج على الجبال
- تسلّق الصخور

## CATALONIA

### النقاط الرئيسية

- تنوّع المشهد الطبيعي من الخط الساحلي الى أعالي الجبال بارتفاع ٣٠٠٠م
- بنى تحتية مبنية بشكل جيّد مرتبطة بالمغامرة الناعمة- ٥٠٠٠ كم من دروب المشي لمسافة طويلة والتي تضمّ اللافتات اللازمة لهذا النشاط
- منتزه وطني و١٤ منتزه طبيعي
- خط ساحلي على طول ٥٨٠ كم
- ٢ جيو-منتزه على لائحة اليونسكو ومحميتان للمحيط الحيوي على لائحة اليونسكو
- ٩٠٠٠ كم من دروب المشي التي تتضمّن لافتات
- ٢٤٠٠ مكان إقامة سياحي ريفي

### المواسم

على مدار السنة

### أبرز المغامرات

- المشي الطويل
- ركوب الدراجات الهوائية النارية في الجبال
- مراقبة الطيور
- الرياضات المائية والهوائية

## JORDAN

### النقاط الرئيسية

- تنوّع المشهد الطبيعي من الجبال، الى الصحراء والغابات والساحل
- بنى تحتية جيّدة للمشي لمسافة طويلة وللدروب المخصصة لركوب الدراجات
- إرث ثقافي غني يضمّ ديانات عدّة ومواقع رومانية-يونانية، هندسة عربية من القرون الوسطى، البتراء، مدينة الانباط العتيقة
- ثقافة حياة قبائل البدو الأصيلة وتنوّع المنتجات الحرفية المحلية بالإضافة الى التجارب المذهلة المتعلقة بالطبخ

### المواسم

على مدار السنة

### أبرز المغامرات

- المشي الطويل والرحلات
- ركوب الدراجات الهوائية في الجبال
- ركوب الدراجات النارية التجديف وعبور الأنهر
- تسلّق الجبال الهبوط من قمم الجبال
- مراقبة الطيور

## PUGLIA

### النقاط الرئيسية

- شبكة موسّعة من دروب المشي، من ضمنها الطرقات القديمة
- تنوّع خيارات اكتشاف الكهوف من الشمال الى الجنوب
- واحد من أنقى وأصفى البحار في منطقة البحر المتوسط
- ثقافة محلية غنيّة وهندسة أصيلة- (كوخ الحجر او ترولو)
- انتماء بوليا لشبكة "ناتورا ٢٠٠٠"
- حديقتان وطنيتان
- ١٨ حديقة اقليمية
- ٣ مناطق محمية بحرية
- ١٦ محمية تحت سلطة الدولة
- ٩ طرقات رسمية للمشي و٦ طرقات لركوب الدراجات
- أكثر من ١٠٠٠ وحدة للإقامة

### المواسم

على مدار السنة

### أبرز المغامرات

- المشي الطويل والتنزه
- ركوب الدراجات
- ركوب الاحصنة
- اكتشاف الكهوف
- الغطس والغوص
- مراقبة الطيور

## TUNISIA

### النقاط الرئيسية

- تنوّع المشهد الطبيعي- امتداد خط الساحل على طول ١٣٠٠كم، ساحل مكسو بالغابات، الجبال والصحراء
- إرث ثقافي غني يمتزج فيه الهندسة الرومانية، الفينيقية، الإسلامية والبربرية لسكان البلاد الأصليين
- ١٧ منتزه وطني
- معظم المناطق المحميّة هي مواقع مائية: هناك ٤٢ موقع رامسار في تونس ٨٠٠ فندق، بالإضافة الى بيوت ضيافة، وإقامة مميزة في الجنوب في مساكن الكهوف (كهوف وقصور)

### المواسم

على مدار السنة

### أبرز المغامرات

- المشي في جبال الظاهر
- ركوب الدراجات الهوائية والنارية في الجبال
- مراقبة الطيور
- الركض
- الطيران الشراعي والتزلج الهوائي