



Costiera Amalfitana e Napoli

Trekking fra miti e leggende

TREKKING  mare  natura  cultura

 **Da domenica 14 a sabato 20 aprile**
2024

 **Medio - Impegnativo**

 **7 giorni/6 notti**

Un trekking in Costiera Amalfitana è un'esperienza diversa e al tempo stesso unica. Oltre al blu del mare più profondo, si possono incontrare ancora capre e muli che pascolano beati e passeggiare tra orti e limoneti con mille gradazioni di verde. Cammineremo insieme su sentieri più o meno noti, lontani dai luoghi tipici di turismo di massa e mulattiere che si snodano per colline a picco sul mare, tracciate da contadini e commercianti per spostarsi da un punto all'altro della Costiera.

€ 1.240,00/pers.

in doppia (min. 15 persone)

Quota garantita

con prenotazione entro 30 gennaio 2024

Acconto

340

Assicurazione contro annullamento

inclusa nella quota

Sistemazione in camera singola

210€

disponibilità limitata, solo su richiesta

Supplemento nr. inferiore partecipanti

200€/pers

min 10 persone

La quota comprende

viaggio in treno da Trento e Rovereto, in seconda classe; sistemazione in hotels 3 stelle, in camere doppie con servizi privati, nella costiera Amalfitana; trattamento di mezza pensione (dalla cena del primo giorno alla colazione del settimo giorno – bevande escluse, le cene possono essere in hotel o in ristoranti nelle vicinanze); tutti i trasferimenti in loco; trasporto bagagli (1 valigia a testa) tra le varie località dell'itinerario; guide locali autorizzate a Napoli e Amalfi; Parco Archeologico di Ercolano – ingresso con guida; accompagnatore di media montagna per l'intero viaggio; assicurazione medico bagaglio e annullamento (le coperture assicurative, franchigie e condizioni dettagliate sono riportate sul nostro sito)

La quota non comprende

pasti non indicati; bevande; ingressi a: musei / siti archeologici / chiese non espressamente riportati nella voce sopra; mance ed extra personali in genere; tassa di soggiorno (ove prevista), e quanto non espressamente elencato nella quota comprende.

Le distanze in chilometri indicate nel programma possono variare con una tolleranza massima del 10% positiva o negativa.

itinerario giornaliero

1° giorno - nostra zona – Napoli

Ritrovo alle stazioni di Trento e Rovereto per partenza treno verso Napoli. Incontro con la guida ed inizio della visita in una delle più affascinanti città del Mediterraneo che fu residenza Borbonica durante il regno delle Due Sicilie. Si potrà ammirare Il Palazzo Reale, nella famosissima Piazza Plebiscito, il Centro Storico di Napoli che ci regalerà sensazioni uniche, la Napoli vera, quella che possiamo definire “verace” dei vicoli, delle opere d’arte e architettoniche di grande valore storico e delle bellezze artigianali. Assegnazione camere, cena in ristorante / pizzeria e pernottamento.

2° giorno - Corpo di Cava – Maiori

(11,7 km – dislivello +720 /-1.050 mt)

Prima colazione e rilascio camere. Con bus raggiungiamo il paese di Corpo di Cava, per iniziare il nostro trekking nei pressi della Badia di Cava, antichissimo complesso religioso che conserva tutt’oggi il suo fascino religioso e spirituale. Salendo attraverso il bosco, entriamo nel meraviglioso Parco Naturale dei Monti Lattari, camminando sempre vista mare. Arriviamo alla cima del monte Avvocata dove nei pressi sorge il misterioso e suggestivo monastero, con una vista incomparabile e spettacolare su una parte della costiera amalfitana. Inizia la discesa con gradini, tra boschi e antichi terrazzamenti per la coltivazione dei limoni, per giungere quindi alla nostra prima destinazione, il borgo di Maiori. Qui potremo approfittare della spiaggia per un po’ di relax. In base all’operativo stagionale e alle condizioni meteo, traghetto verso Amalfi, assegnazione camere, cena e pernottamento.

3° giorno - Maiori – Ravello - Amalfi

(6 km – dislivello +/- 550 mt)

Prima colazione e partenza con traghetto. Oggi attraverseremo un tratto di costa in un paesaggio da favola. Saliremo e scenderemo da antiche scale, simboli di un paesaggio in verticale dove la natura abbraccia il lavoro secolare dell’uomo per strappare a questi luoghi piccoli appezzamenti di terreno coltivabile. Terrazzamenti, limonaie, orti e borghi sospesi tra terra e cielo ci accompagneranno lungo il tragitto. Sosteremo e visiteremo Ravello, dove andremo alla scoperta di Villa Cimbrone nel cui parco si trova la Terrazza dell’Infinito, pulpito pittoresco da dove si dice si possa godere della vista “più bella del mondo”. Quindi ancora lungo antiche scale scenderemo ad Amalfi, capoluogo della costiera amalfitana ed antichissima Repubblica Marinara. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

4° giorno - Amalfi – Valle delle Ferriere – Amalfi

(6 km – dislivello +/-350 mt)

Prima colazione. In mattinata andremo a scoprire un angolo di natura spettacolare alle porte di Amalfi, cioè la Riserva Naturale Orientata Valle delle Ferriere. Questo angolo di paradiso perduto si trova in un profondo vallone, primitivo e lussureggiante dove scopriremo angoli di biodiversità unici. La Riserva infatti ospita specie vegetali uniche come la rarissima e antichissima felce Woodwardia radicans presente in pochissime specie sul pianeta da milioni di anni, oppure endemismi animali come la salamandrina dagli occhiali. La valle è inoltre famosa per la presenza delle rovine di antichi mulini per la produzione della carta e delle ferriere, opifici protoindustriali per la lavorazione del ferro. Facoltativa: prolungamento fino al punto panoramico di Pontone, e discesa con gradini fino ad Amalfi. Oppure: rientro ad anello verso Amalfi per una visita guidata nella storia secolare e cultura di questa perla incastonata tra le montagne ma affacciata sul mare. Cena e pernottamento.

5° giorno - Amalfi – San Lazzaro

(13 km – dislivello +1200 /-200 mt)

Prima colazione e rilascio camere. Oggi cammineremo lungo uno dei tratti più selvaggi e remoti delle montagne che precipitano verso la costiera amalfitana. Ci addenteremo nel verde più selvaggio della macchia mediterranea, con sprazzi di vedute panoramiche sulla valle dei Mulini, boschi secolari di castagni, pareti di roccia che ricordano le nostre Dolomiti. E’ la tratta più impegnativa ma la fatica verrà ripagata da un insolito quanto accattivante viaggio senza tempo in un angolo di natura protetta e preziosa. Arriveremo nel paese di San Lazzaro, assegnazione camere, cena e pernottamento.

6° giorno - San Lazzaro - Positano

(12 km – dislivello - 380 mt)

Prima colazione. Per concludere non potevamo rinunciare a quella che viene considerata una delle escursioni con le vedute più suggestive e meravigliose del mondo: il famosissimo sentiero costiero degli Dei, con il mare che sarà protagonista per i nostri occhi lungo tutto il corso della giornata. Quindi discesa finale verso il pittoresco paese in verticale di Positano dopo l’ennesima lunghissima scalinata di oltre 2.500 scalini. Visita del borgo storico e con bus, rientro in hotel, cena e pernottamento.

7° giorno - Positano / Ercolano - Napoli – nostra zona

Prima colazione e rilascio camere. Lungo il trasferimento verso Napoli, faremo una sosta ad Ercolano per visitare il meraviglioso Parco Archeologico (Patrimonio mondiale dell’UNESCO), dove l’antica città fu distrutta con Pompei da un’eruzione del Vesuvio nel 79 d.C. Entrando nelle rovine, si potranno vedere le tante belle case di Ercolano che consistono in sontuosi mosaici colorati, pitture murali e rivestimenti in marmo. Nel primo pomeriggio arriveremo a Napoli per prendere il treno di rientro a Rovereto e a Trento, arrivo previsto in serata.