



Penisola sorrentina, Costiera amalfitana, isola di Capri Trekking sui Monti Lattari Programma dal 11 al 18 maggio 2024

*“ ... guarda guà chistu ciardino; siente, siè sti sciure arance.
Nu profumo accussì fino, dinto ‘o core sene va ... “*

Un po' di storia...

Dai reperti rinvenuti nella Grotta della Conca (nei pressi di Sorrento), in quella delle Noglie (vicino Nerano), ma soprattutto nella Grotta La Porta e le altre attorno Positano, è stato determinato senza ombra di dubbio che la Penisola fu abitata in età neolitica e nell'età del bronzo.

Ma i primi popoli dei quali si abbia notizia sono quelli degli Osci (o Oscici), Ausoni e Opici. La regione fu quindi anche chiamata Opicia e corrispondeva più o meno a quella che successivamente si sarebbe chiamata Campania. I primi stranieri ad approdare sulle coste dell'Opicia furono molto probabilmente i Fenici o gli Egei, ma sia gli uni che gli altri fondarono però solo delle stazioni commerciali costiere.

I navigatori greci Lestrigoni e Cimмери furono i primi a colonizzare le regioni dell'Italia Meridionale alla fine della prima età del ferro. Probabilmente non si fusero con gli Osci, ma li ricacciarono all'interno assoggettando solo la Penisola Sorrentina e Capri.

La parte più interna della Campania non occupata dai Greci, fu invece conquistata dagli Etruschi e dai Tirreni verso il VI secolo a.C..

A partire dal V secolo a.C. e fino all'epoca della conquista romana (289 a.C.) le regioni costiere subirono l'influenza dei Siracusani, ma il territorio fu materialmente conquistato dai Sanniti che scesero dai monti dell'interno e conquistarono prima Capua, poi Cuma e, infine, anche Sorrento. A quest'epoca alcuni fanno risalire l'origine del nome Campania. Una teoria più moderna e fondata vuole invece che il termine derivi dal nome della città di Capua, e di conseguenza Campani sarebbe stata una evoluzione di Capuani.



Programma (8 giorni /7 notti)

1°G. itinerario: Arrivo e trasferimento a Sant'Agata sui due Golfi -Massa Lubrense

Arrivo alla stazione di Napoli e trasferimento (circa 1 ora) a Sant'Agata sui due Golfi -Massa Lubrense- per sistemazione in hotel. Nel pomeriggio passeggiata per raggiungere il belvedere del Deserto (circa 1 km andata e ritorno), da dove è possibile ammirare uno dei panorami più famosi della penisola sorrentina e godersi con un unico colpo d'occhio la bellezza dei Golfi di Napoli e di Salerno. Cena e pernottamento in hotel.

NOTE: il programma del giorno è dipendente dall'orario di arrivo a Napoli

2°G. itinerario: Monte Faito-Molare-Sant'Angelo Tre Pizzi

Prima colazione. Transfer (1,30 h) al piazzale di Monte Faito (mt. 1100). Trek - anello: sentiero in cresta con vista sulla piana di Castellammare di Stabia e sul Vesuvio. Salita al Molare (mt. 1444: punto più alto del monte Sant'Angelo a Tre Pizzi); poi rientro su sentiero al Faito. Tempi: 5h. Dislivelli: mt 450 circa in salita e discesa. Transfer per rientro in Hotel. Cena e pernottamento.

3°G. itinerario: Capri

Prima colazione. Imbarco da Marina del Cantone per l'isola di Capri (45' di navigazione). Trek traversata: a piedi fino a Capri paese (mt.142), salita per monte Solaro (mt.589) passando attraverso il "Passatiello". Tempi: 2,30 h. Discesa a piedi in 50' dal monte Solaro. Dislivelli: 600 mt in salita e discesa. Tempo libero per visita turistica. Proseguimento a piedi al porto. Imbarco e giro dell'isola (1,30 h) per rientro a Marina del Cantone e successivamente in hotel. Cena e pernottamento.

4°G. itinerario: Vallone delle Ferriere-Amalfi

Prima colazione. Transfer (1,30 h) a Pogerola e trek-traversata: Pogerola (mt.300), salita parte alta Vallone delle Ferriere (mt.490), e poi discesa entrando nella Riserva Naturale, con un paesaggio molto suggestivo (cascate pittoresche, ruderi vecchi mulini, cartiere e ferriere, immensi agrumeti a terrazzo), fino ad Amalfi. Tempi: 4 ore. Tempo libero ad Amalfi. Dislivelli: 200 mt in salita e 500 mt in discesa. Transfer da Amalfi per rientro in Hotel (1,45 h). Cena e pernottamento.

5°G. itinerario: Marina di Ieranto

Prima colazione. Transfer a Termini (30'). Escursione: Termini (mt.323) / San Costanzo (mt. 490) / Nerano (mt.169) / Marina di Ieranto (mt.00). Tempi: 3 ore circa. Sosta balneare e sosta pranzo a Ieranto. Proseguimento a piedi da Marina di Ieranto (mt.00) a Nerano paese (mt 169). Tempi: circa 1 ora. Dislivelli: circa 350 mt in salita e circa 500 mt in discesa. Transfer di rientro in hotel per la cena e il pernottamento.

6°G. itinerario: Bomerano-Sentiero Degli Dei-Positano

Prima colazione. Transfer a Bomerano (1,15 h). Trek-traversata: Bomerano (mt.638) /Grotta Biscotto-Colle Serra (mt.578) / Nocella (mt.450) / Montepertuso paese (mt.365) / Positano. Tempi: circa 5 ore. Tempo libero per visita di Positano Dislivelli: circa 200 mt (+190 da Positano al ritrovo del bus) in salita e 650 mt in discesa. Transfer di rientro in hotel (30'). Cena e pernottamento.

NATURALITER Soc. Coop.
via Amendolea
89030 Condofuri (RC)
P.IVA 01555100807
capitale sociale i.v. Euro 6.000,00
Iscritta al Reg. Impr. di Reggio Calabria
n.° 01555100807 - REA 138848

www.naturaliterweb.it
info@naturaliterweb.it



7°. itinerario: anello di Massa Lubrense (giro dei casali)

Prima colazione. Partenza a piedi dall'hotel per Monticchio/Annunziata/Massa Centro. Tempi escursione soste escluse: circa 5h. Dislivelli: circa 300 mt in salita e in discesa. Rientro a piedi in hotel per cena e pernottamento.

8°G. itinerario: finetrek

Prima colazione. Transfer a Napoli. Fine del trekking.

NOTE: eventuali attività saranno eventualmente concordate sulla base dell'orario di partenza da Napoli.

Note: Da Sant'Agata sui due Golfi è possibile raggiungere la città di Sorrento con frequenti pullman di linea la cui ultima corsa è prevista a mezzanotte.

Note generali sul Programma

Il Programma definitivo (e nome dell'Hotel) sarà comunicato soltanto dopo aver acquisito la lista camere e gli orari di arrivo e partenza a/dal Napoli. Il programma potrà subire variazioni cronologiche di realizzazione, determinate dalla disponibilità dei giorni in cui i fornitori potranno offrire i servizi locali previsti dal programma, e da quelle marine per l'isola di Capri.

Quota individuale di partecipazione: € 880,00 per minimo 20 partecipanti. Numero massimo partecipanti: 30.

La Quota individuale di partecipazione comprende: Transfer da Napoli all'Hotel e viceversa. Vitto: tutte le cene (vino della casa e acqua compresi) e le prime colazioni. Alloggio in hotel nr. 07 notti in camere doppie e/o triple. Guida escursionistica Naturaliter sempre al seguito. Tutti i transfer, con pullman privato, previsti nel programma. Assicurazione Medico Bagaglio.

La Quota individuale di partecipazione NON comprende: Costi viaggio per Napoli e vv; consumazione bibite extra ai pasti. Supplemento camera singola 30€ a persona x notte (se disponibili al momento della richiesta). Pranzi al sacco ed eventuale pranzo a Marina di Ieranto. Costi navigazione per l'isola di Capri e viceversa (nel 2023 55€ a persona compresa la tassa di sbarco). Biglietti su mezzi pubblici a Capri. Dotazione di bottiglie d'acqua extra durante le escursioni quotidiane. Qualsiasi tipo di assicurazione per i partecipanti. Tassa di Soggiorno. Tutto quanto non espressamente citato alla voce **"La quota individuale di partecipazione comprende"**.

Condizioni annullamento (informativa completa delle condizioni generali di contratto su <http://naturaliterweb.it/condizioni-viaggio/>): prima dell'inizio dei servizi di viaggio. In tal caso il corrispettivo del recesso dovuto all'operatore è fissato come segue sul programma (escluso eventuale quota volo che non è rimborsabile):

- fino a 60 giorni prima dell'inizio del viaggio 10%
- da 59 a 30 giorni prima dell'inizio del viaggio 25%
- da 29 a 9 gg prima della partenza si rimborsa il 50%
- negli ultimi 8 gg prima dell'inizio del viaggio 100% dell'importo totale.

NATURALITER Soc. Coop.
via Amendolea
89030 Condofuri (RC)
PIVA 01555100807
capitale sociale i.v. Euro 6.000,00
Iscritta al Reg. Impr. di Reggio Calabria
n.° 01555100807 - REA 138848

www.naturaliterweb.it
info@naturaliterweb.it



Organizzazione tecnica: a cura dell'Agenzia Viaggi Naturaliter, iscritta all'elenco agenzie viaggi e turismo della Città Metropolitana di Reggio Calabria. Rea: RC 138848 - Lic. Ag. Viaggi n. 07/2019. Assicurazione RCT/RCO: ALLIANZ polizza 753330562 - Polizza insolvenza: Fondo di Garanzia IL SALVAGENTE

Assicurazione Medico Bagaglio Globy Gruppi: coperture di assistenza sanitaria, spese mediche, bagaglio. È destinata a gruppi composti da un minimo di 8 persone. La polizza offre una copertura medica h24, rientro anticipato, prolungamento soggiorno in struttura ricettiva, rimborso spese di trasferimento al centro di pronto soccorso o di primo ricovero, il rimborso spese mediche e farmaceutiche su prescrizione medica, indennizzo smarrimento bagaglio, ecc.

Assicurazione Polizza Annullamento/Rinuncia al viaggio Allianz – Globy Giallo "all risk" Plus: costo pari al 6,2% (da maggio a settembre) e al 7,9% (da ottobre ad aprile) del totale del viaggio. La polizza copre qualsiasi motivo oggettivamente documentabile (in caso di rinuncia al viaggio per malattia, sono comprese anche epidemie e malattie pandemiche diagnosticate come, ad esempio, il Covid-19, e quarantena dell'Assicurato o di un compagno di viaggio). Chi fosse interessato alla copertura può segnalarcelo al momento dell'iscrizione versando la quota contestualmente all'acconto.

Collegamento per/da Napoli con treno alta velocità: orari e quote da definirsi.

**Le adesioni dovranno pervenire al Circolo con il consueto mod. 4243
entro il 10 febbraio 2024**

Per ulteriori informazioni sul viaggio potete rivolgerVi alla Segreteria del Cral. Sarà inoltre possibile partecipare alla presentazione dettagliata del tour, prevista per martedì 30 gennaio alle ore 17,30 presso i locali del Circolo.

NATURALITER Soc. Coop.
via Amendolea
89030 Condofari (RC)
PIVA 01555100807
capitale sociale i.v. Euro 6.000,00
Iscritta al Reg. Impr. di Reggio Calabria
n.° 01555100807 - REA 138848

www.naturaliterweb.it
info@naturaliterweb.it

