



*Club Alpino Italiano
sezione di Brunico*



TREKKING CAI

COSTIERA AMALFITANA

E ISOLA DI CAPRI

20 / 27 maggio 2018

La sezione di Brunico del Club Alpino Italiano organizza dal 20 maggio al 27 maggio 2018 un trekking in costiera Amalfitana e Isola di Capri, riservato ai soci CAI.

Iscrizioni

Le iscrizioni si accettano, **a partire dal 10 dicembre 2017**, presso il **capogita Salvatore Consalvo** - accompagnatore di escursionismo - (cell. 335-5444429, e-mail: s.consalvo@tin.it) **entro e non oltre la data del 15.01.2018** e comunque sino al raggiungimento dei **40 posti** disponibili. I soci del CAI di Brunico hanno la precedenza fino alla data del 31.12.2017.

Quota di partecipazione

La quota di partecipazione è fissata in € 850,00 e comprende:

- Trasferimento in pullman da Brunico a Bolzano A/R
- Trasferimento in Treno da Bolzano a Napoli A/R
- Trasferimento in pullman da Napoli a Cava de Tirreni A/R
- Trattamento di mezza pensione in camera doppia con acqua ai pasti e pranzo al sacco presso Victoria

Hotel (****) www.victoria-hotel.it.

- Trasferimenti in pullman per il raggiungimento dell'inizio dei vari percorsi e rientro in hotel
- Trasferimento in aliscafo per escursione isola di Capri A/R
- Ticket Bus locale, funicolare e seggiovia per monte Solaro
- Ticket d'ingresso Villa Cimbrone e villa Rufolo
- Tasse soggiorno e sbarco.

(Eventuale acquisto assicurazione per annullamento del viaggio, debitamente giustificata e documentata, al prezzo di 50,00 €).

Entro la data del 15.01.2018 dovrà essere versato l'acconto p.p. di € 350,00 sul c/c del CAI presso la Cassa Raiffeisen di Brunico (IBAN: IT26S 08035 58242 000300 202444), mentre il saldo va versato sempre sullo stesso conto entro il 31 marzo 2018.

Equipaggiamento

Abbigliamento per il viaggio e soggiorno, abbigliamento per le escursioni: pile o felpa, pedule o scarponcini, bastoncini per camminare, zaino, giacca a vento, mantella da pioggia, borraccia, occhiali da sole, costume da bagno e telo spiaggia, crema da sole, macchina fotografica.

PROGRAMMA DEL TREKKING

Domenica 20 maggio:

Ritrovo per la partenza presso la stazione delle autocorriere di Brunico alle ore 05,30 e partenza in pullman della ditta Taferner per Bolzano; ore 07.16 (salvo variazioni orario estivo) con Freccia Bianca Bolzano-Napoli con arrivo ore 13.10; quindi in pullman della ditta Vitolo prosecuzione viaggio per Cava de Tirreni (SA). Sistemazione nelle camere in Hotel. Cena e pernottamento.

Lunedì 21 maggio:

Colazione. Escursione sul "Sentiero degli Dei". Partenza in bus dall'hotel. L'escursione inizia nella frazione di Bomerano (Agerola) 632m, quindi si percorre un itinerario con panorami mozzafiato con vista sull'Isola di Capri, la parte finale dei monti Lattari, isolotti dei Galli e antichi insediamenti rupestri. Lungo il sentiero è possibile osservare diverse specie tipiche della macchia mediterranea un particolare tipo di uva detta "Pede è Palomma" (Piede di Colombo),



dalla particolare forma del tralcio e dal color roseo della vite rarissima da trovare. Arrivo a Nocelle (420 m), da qui si prosegue lungo alcune stradine immerse nel verde fino a raggiungere Positano. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

Martedì 22 maggio:

Colazione. Escursione a Punta Campanella Baia di Ieranto. Punta Campanella è la congiunzione tra la Penisola Sorrentina e la Costiera Amalfitana. Località di partenza Termini (Massa Lubrense), il sentiero è facile e pianeggiante fino a raggiungere Punta Campanella e i resti del Santuario di Minerva, risalendo il crinale di Monte San Costanzo possiamo ammirare la Baia di Ieranto dall'alto; giunti in località Nerano il sentiero procede in pianura passando davanti a Villa Rosa, dove visse lo scrittore

Norman Douglas, attraversiamo quindi degli uliveti e una selvaggia macchia mediterranea lungo il cammino noteremo i resti dei forni per la calce e raggiungiamo infine una piccola spiaggia, dove fare il bagno di fronte ai faraglioni. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

Mercoledì 23 maggio:

Colazione. Escursione a Capri. Itinerario: Partenza da Salerno in aliscafo per l'isola di Capri. Dal porto di Capri (Marina Grande) con bus locale raggiungiamo Anacapri, dove prenderemo una seggiovia che ci porta al Monte Solaro 589 m. Dalla cima del Monte Solaro si può godere un panorama spettacolare sul Golfo di Napoli e Salerno. Dopo la sosta iniziamo a scendere lungo i sentieri verso la Piazzetta: giunti alla piazzetta facciamo una passeggiata per Via Camerelle, la via dello shopping di lusso la strada con la più alta concentrazione di negozi di alta moda nel mondo, arriviamo allo spettacolare belvedere affacciato sui Faraglioni. Facendo il percorso al ritroso raggiungiamo la piazzetta scenderemo al porto in funicolare. Rientro a Cava de Tirreni e in hotel. Cena e pernottamento.



Giovedì 24 maggio:

Colazione. Escursione Valle delle Ferriere. Itinerario: Il punto di partenza del percorso è il borgo di Pontone, una piccola frazione di Scala, a 225 metri sul livello del mare. Il Vallone delle Ferriere è un percorso che dai Monti Lattari discende verso Amalfi, attraversando boschi di felci e costeggiando ruscelli. Il nome deriva dalla presenza di ruderi di ferriere di origine medievale. La zona è anche conosciuta come Vallone dei Mulini per la presenza nella parte finale del percorso di mulini azionati ad acqua che servivano per la produzione della famosa carta di Amalfi. Il percorso attraversa vigneti e limonaie fino a raggiungere la prima ferriera e il torrente canneto continuiamo il nostro percorso per raggiungere la riserva integrale dove crescono gli ultimi esemplari della Woodwardia radicans, una felce risalente all'epoca delle glaciazioni, che qua sopravvive ancora grazie al particolare tipo di ambiente fresco e umido. Iniziamo la discesa verso Amalfi (qui ci sarebbe la possibilità di visitare il Museo della Carta dove c'è una vecchia cartiera del XIII secolo e una biblioteca con oltre 3.000 testi sulle origini della carta o recarci presso la cartiera che produce ancora fogli, buste e biglietti filigranati o traforati secondo i metodi tradizionali). Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

Venerdì 25 maggio:

Colazione. Escursione a Ravello, Villa Rufolo, Villa Cimbrone, Torre dello Ziro, Amalfi.

Itinerario: Il punto di partenza, Ravello, è una delle destinazioni più suggestive di tutta la Costiera Amalfitana. È una delle perle autentiche delle coste campane e della zona dell'amalfitano. Ravello è borgo sottoposto alla tutela UNESCO,





riconoscimento che è garanzia dell'assoluta straordinarietà del luogo. Villa Rufolo è il vero gioiello di Ravello. Una splendida villa, eccezionale sotto il profilo architettonico ed estetico, che contribuisce a creare una bellezza senza tempo che ha avuto modo di stregare praticamente chiunque sia passato da queste parti. Villa Cimbrone è edificio storico di indicibile bellezza. senza che questo la ponga in condizione di subalternità con Villa Rufolo. Oggi occupata da un hotel a 5 stelle, uno dei più conosciuti di tutta la Costiera, può essere comunque visitata nella parte del

giardino da tutti, durante tutto l'anno. La Torre dello Ziro è un'antica torre di avvistamento a picco sul mare. Questo itinerario della Costiera Amalfitana, parte da Pontone, la piccola frazione di Scala, raggiungibile a piedi da Ravello attraverso un breve sentiero che conduce a uno dei luoghi simbolo della tormentata storia di Amalfi: le mura del Granducato di Amalfi con la Torre dello Ziro, una delle tante torri sparse lungo la Costiera Amalfitana usate per avvistare da lontano le flotte di saraceni che giungevano dal mare. Dopo la visita alla Torre proseguiamo l'escursione scendendo per la rampa di scale che da Pontone conduce fino al centro di Amalfi. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.



Sabato 26 maggio:

Colazione. Escursione da Cava de Tirreni a Maiori passando per la Madonna dell'Avvocata. Il sentiero che parte dal piazzale dell'abbazia benedettina di Cava de' Tirreni attraversa prima fitti boschi di castagni, leccio, carpini, aceri, e pascoli nella macchia mediterranea. Poi, mantenendosi in quota, segue il profilo della sottostante linea costiera, offrendo un ampio panorama sul Golfo di Salerno e sulla

Costiera Amalfitana. Giunti al Santuario dopo un breve sosta seguiamo lungo un sentiero e delle scale che ci conduce a Maiori. Cena e pernottamento.



Domenica 27 maggio:

Colazione. Check-out. Trasferimento ore 05,30 da Cava de Tirreni in pullman ditta Vitolo per Napoli, quindi viaggio con il treno Freccia Bianca delle ore 07.08 per Bolzano ed arrivo ore 13.14. Rientro in pullman della ditta Taferner per Brunico con arrivo previsto ore 15.30 circa.

TREKKING CAI - 20 / 27 maggio 2018

COSTIERA AMALFITANA E ISOLA DI CAPRI

DETTAGLI TECNICI GIORNATE

21 maggio

SENTIERO DEGLI DEI

LOCALITA' DI PARTENZA: Bomerano (632m)

DISLIVELLO: 100m in salita – 631m in discesa

LOCALITA' DI ARRIVO: Positano (1 m)

TEMPO DI PERCORRENZA: 4 ore circa

DIFFICOLTA': E

22 maggio

PUNTA CAMPANELLA BAI A DI IERANTO

LOCALITA' DI PARTENZA: Termini (10 m)

DISLIVELLO: 300m in salita – 200m in discesa

LOCALITA' DI ARRIVO: Nerano (100m)

TEMPO DI PERCORRENZA: 5 ore circa

DIFFICOLTA': E

23 maggio

ISOLA DI CAPRI

LOCALITA' DI PARTENZA: Marina grande

Capri (1m)

DISLIVELLO: 580m di salita in seggiovia - 300m in discesa a piedi + 280m con funicolare

LOCALITA' DI ARRIVO: Marina grande Capri (1m)

TEMPO DI PERCORRENZA: 6 ore circa

DIFFICOLTA': E

24 maggio

VALLE DELLE FERRIERE

LOCALITA' DI PARTENZA: Pontone (274m)

DISLIVELLO: 250m salita – discesa 450m

LOCALITA' DI ARRIVO: Amalfi (1m)

TEMPO DI PERCORRENZA: 4 ore

DIFFICOLTA': E

25 maggio

RAVELLO - VILLA CIMBRONE - VILLA RUFOLO - TORRE DELLO ZIRO

LOCALITA' DI PARTENZA: Ravello (365m)

DISLIVELLO: 50m in salita – 400m in discesa

LOCALITA' DI ARRIVO: Amalfi (1m)

TEMPO DI PERCORRENZA: 5 ore

DIFFICOLTA': E

26 maggio

BADIA DI CAVA – M. AVVOCATA - MAIORI

LOCALITA' DI PARTENZA: Badia di Cava (363m)

DISLIVELLO: 600m salita – discesa 950 m

LOCALITA' DI ARRIVO: Maiori (1m)

TEMPO DI PERCORRENZA: 6 ore

DIFFICOLTA': E