



**CLUB ALPINO ITALIANO**

*Sezione di Spoleto "Enzo Cori"*



## *Trekking Costiera Amalfitana, Capri e Procida* *30 maggio - 6 giugno 2026*

L'organizzazione che ha curato il "Mare e Monti" del 2024 alle Isole Eolie e del 2025 all'Isola di Minorca, curerà anche quest'anno il nostro viaggio in Costiera Amalfitana e nelle Isole di Capri e Procida.

### **PROGRAMMA**

#### **SABATO 30 MAGGIO 2026:**

Trasferimento in autobus a Salerno e sistemazione nelle camere, cena e pernottamento.

#### **DOMENICA 31 MAGGIO 2026 : SENTIERO DEGLI DEI E POSITANO (4H30, +100/-650M)**

Colazione. Trasferimento ad Agerola. Partenza per escursione panoramica lungo il Sentiero degli Dei, il sentiero lungo la costa che era, fino al XIX secolo, l'unico modo per andare dai piccoli villaggi isolati ai minuscoli campi a terrazza e ai vigneti. Pervasi dal profumo di rosmarino, mentre si scende, si può apprezzare una visione di insieme dell'intera penisola fino a Capri, da una parte, e del golfo di Salerno, dall'altra. Si possono ammirare le antiche opere realizzate dagli uomini su questi impervi terreni per creare un'area sicura in cui le persone potessero rifugiarsi durante le invasioni barbariche che seguirono la caduta dell'Impero Romano alla fine del V secolo. Il monastero di San Dominico, inerpicato sulle montagne, è un'altra testimonianza di quei tempi turbolenti. Dopo Montepertuso, che si sporge sulla roccia della montagna, si scende verso Positano. Le case colorate di Positano sono state costruite a forma di anfiteatro e guardano sul mare, dando un aspetto unico e pittoresco al paese. Tempo libero per visitare Positano e possibilità di fare il bagno. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

#### **LUNEDÌ 1 GIUGNO 2026 : CAPRI ( 2H30, +/-500M)**

Colazione. Trasferimento in bus al porto di Sorrento e partenza per Capri: da Marina Grande, il porto di arrivo, l'escursione porta all'eremo di Santa Maria a Cetrella, attraverso il Passetello, uno stretto passaggio tra le rocce che dà sulla città di Capri. Dalla cima si potrà godere di una straordinaria veduta panoramica sull'isola e sul golfo di Napoli, dominati dal Vesuvio. Infine, discesa lungo i gradini scavati nella pietra dai Fenici. Rientro

in aliscafo per Sorrento. Trasferimento in pullman in hotel. Cena e pernottamento.

#### **MARTEDÌ 2 GIUGNO 2026 : TREKKING TERMINI - PUNTA CAMPANELLA - MONTE COSTANZO**

Colazione. Trasferimento in pullman per Punta Campanella, l'estrema punta della Penisola Sorrentina. Qui sorgeva probabilmente il tempio greco dedicato alle sirene, la cui fondazione mitica è attribuita a Ulisse. Una piacevole escursione a piedi è l'unico modo per raggiungere Punta Campanella, attraverso un percorso di circa un'ora sul versante nord del *Promontorium Minervae*, che separa il golfo di Napoli dal golfo di Salerno. Il tratto rientra nel *Sentiero di Athena*, circuito ad anello che collega Punta Campanella al Monte San Costanzo.

Da piazza Santa Croce a Termini si imbecca via Campanella, dopo circa 400 metri al bivio si prosegue a destra verso l'antica via Minerva, una mulattiera greco-romana costruita nel IV sec. a.C. e ancora parzialmente pavimentata con il basolato romano. Lungo la discesa, si trova sulla destra una deviazione per la Cala di Mitigliano, un'insenatura con una spiaggetta in ciottoli con vista su Capri. Ma per Punta Campanella si prosegue sempre dritto.

La vegetazione si fa via via più rada e si comincia a intravedere l'isola di Capri, mentre sulla destra compare la Torre di Fossa di Papa; la strada si fa quindi più ripida e mostra un tappeto di asfalto che dal 1962 ricopre tratti ben conservati del pavimento romano.

Finalmente si vedono apparire la torre e il faro di Punta Campanella: la torre, in tufo grigio, sorge sul sito che probabilmente ospitava nell'antichità un tempio dedicato ad Athena – Minerva, fondato dai greci ed ereditato poi dai romani. La presenza di un tempio è attestata dai ruderi archeologici tuttora visibili intorno alla torre. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

#### **MERCOLEDÌ 3 GIUGNO 2026 : SENTIERO DEI LIMONI (5H +/-410M)**

Meno famoso del Sentiero degli Dei ma non per questo meno spettacolare, il Sentiero dei Limoni parte da Maiori, attraversa il Villaggio Torre e segue la costa montuosa per giungere a Minori. È una passeggiata poco faticosa, adatta a tutti e attraversa uno dei tratti più belli e sconosciuti della Costiera. Il sentiero inizia dalla Chiesa di Santa Maria a Mare di Maiori, qui troverete la stradina che sale verso il monte. Lungo il sentiero potrete ammirare da vicino i tipici terrazzamenti coltivati, delle tavolozze verdi che sembrano gettarsi nell'azzurro del mare. È qui che vengono coltivati, secondo tecniche particolari, i famosi limoni della costiera conosciuti come "sfusato amalfitano". Piano piano che si sale, la vista sulla città e sulla costa diventa spettacolare: passeggiando si arriva ad lunga scalinata che porta, dopo circa un'ora di cammino, al Convento di S. Nicola. Da San Nicola il sentiero raggiunge Ravello, dove potrete l'elegante villa Rufolo e la sua bella terrazza sul mare. Nei pressi della villa troverete la scalinata che vi condurrà a Minori passando per il piccolo Villaggio Torre. Il Sentiero dei Limoni è lungo circa 9 km e si percorre in circa 5 ore. Ha un dislivello di 410 m.

#### **GIOVEDÌ 4 GIUGNO 2026: PROCIDA**

Colazione. Trasferimento al porto di Sorrento. Partenza con mezzo di linea per l'isola di Procida. Passeggiata alla scoperta dei luoghi più caratteristici dell'isola. Partendo dal porto si risale la via principale fino all'antico borgo di Terra Murata (punto più alto dell'isola). Possibilità di visitare la chiesa di San Michele Arcangelo. Si prosegue in direzione della Marina di Corricella, luogo famoso per aver ospitato le riprese del film "Il Postino" nonché per la particolarità dell'architettura e dei colori delle abitazioni. Pranzo libero. Tempo libero a disposizione per relax. Rientro a Sorrento nel pomeriggio. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

#### **VENERDÌ 5 GIUGNO 2026: TREKKING VALLE DELLE FERRIERE (AMALFI) (5/6 H CIRCA.)**

Colazione. Partenza in pullman per Atrani/Pontone; (di notevole interesse sono la Torre dello Ziro e i resti dell'antica cattedrale di S. Eustacchio).

Da Pontone si procederà poi in direzione della "Riserva naturale della Valle delle Ferriere" di grande interesse naturalistico. Durante la discesa verso Amalfi, lungo il torrente "Canneto" si potranno notare i resti dell'antica ferriera e dei mulini per la lavorazione della carta che utilizzavano appunto l'abbondanza d'acqua proveniente dal cuore della Valle. Rientro in hotel. Cena e pernottamento

#### **SABATO 6 GIUGNO 2026: COLAZIONE E TRASFERIMENTO IN AUTOBUS A SPOLETO**

## CONDIZIONI

**Costi e Anticipo :** per i costi e gli anticipi chiedere informazioni agli organizzatori o in sezione.

Iscrizioni : In Sezione **Venerdì 20 Febbraio 2026** dalle ore **18,00** fino ad esaurimento dei **30 posti disponibili**.  
Eventuali ulteriori richieste di adesione saranno inserite in *"lista di attesa"* e subordinate a disponibilità da parte del Tour Operator.

La data per il versamento a saldo della quota di partecipazione è fissata a **venerdì 8 Maggio 2026** secondo le modalità che verranno comunicate dagli organizzatori.

La quota di partecipazione comprende:

- Trasferimento in autobus da Spoleto a Sorrento il giorno della partenza e da Sorrento a Spoleto il giorno del ritorno.
- Trasferimenti in pullman durante il tour come da programma
- Trattamento di mezza pensione presso Hotel 4 stelle a Sant'Agnello in Sorrento
- Bevande ai pasti in hotel (1/4 di vino e ½ acqua)
- Escursioni come da programma
- Trasferimento da Sorrento a Capri A/R
- Trasferimento da Sorrento a Procida A/R
- Check-point e parcheggi bus ove previsti
- Guide ambientali escursionistiche durante l'intero tour

La quota di partecipazione non comprende:

- Eventuali ticket d'ingresso in tutti luoghi di interesse da pagare in loco
- **Assicurazione annullamento viaggio facoltativa** da richiedere contestualmente alla iscrizione (\*\*)

### (\*\*) Assicurazione Facoltativa Annullamento Viaggio

Gli organizzatori hanno contattato una primaria compagnia di assicurazioni per la possibilità di poter accendere una polizza assicurativa nominativa per un eventuale annullamento del viaggio per rinuncia forzata e documentata. I dettagli dei termini e dei costi, al momento non disponibili, potranno essere mostrati a chi ne fosse interessato al momento dell'iscrizione.

### Intolleranze Alimentari:

I partecipanti che fossero in questa condizione sono pregati di darne comunicazione scritta agli organizzatori al momento della iscrizione.

## ORGANIZZATORI:

Luigi Beltrammi (340 0896017) - Sergio Pezzola (338 7259517) - Paolo Vandone (338 787943)