



ITINARRANDO

PENISOLA SORRENTINA E CAPRI

Un viaggio tra sentieri e mare

4 giorni / 3 notti
dal 31.10 al 03.11.2024

Penisola sorrentina, paradiso d'Italia. Se la Campania è una delle regioni italiane con gli occhi azzurri, riflesso del mare su costiere a picco, la penisola sorrentina insieme alla vicina costiera amalfitana è uno dei luoghi più belli e incredibili. Il territorio è completamente attraversato dalla catena montuosa dei Monti Lattari, che degradando verso il mare terminano con la località di Punta Campanella. Di fronte a Punta Campanella, a poche miglia marine, c'è l'isola di Capri che un tempo era attaccata alla penisola sorrentina e attualmente ne rappresenta un ideale proseguimento. Attraverso queste giornate sorrentine vivremo appieno la penisola sorrentina e l'isola di Capri, scoprendone sapori, sentieri, storia e accoglienza.

ATTIVITÀ: Viaggio Trekking

TIPOLOGIA DI VIAGGIO: gruppo italiano con Guida Aigae **LIVELLO:**
3



GIORNO 1 - 31 ottobre 2024

Appuntamento ore 16.00 a Sorrento - (il luogo preciso verrà comunicato in fase di prenotazione attraverso invio di localizzazione GPS).

Arrivo a Sorrento, giro in paese e conoscenza del gruppo.

Spostamento a Sant'Agata sui due Golfi, sistemazione in hotel, cena, briefing serale e pernottamento

Pernottamento: hotel – camera doppia/tripla

Pasti: cena

GIORNO 2 - 01 novembre 2024

Colazione, spostamento con auto proprie al porto di Sorrento e imbarco alle ore 8:30 per Capri

Escursione 1 : Monte Solaro, Il panorama più bello di Capri

Il Monte Solaro è chiamato anche "Acchiappanuvole" perché, soprattutto all'alba, quando si accentua lo sbalzo termico tra mare e roccia, si forma una cortina di vapori. L'aria marina più calda e umida si condensa in nebbia sul suolo raffreddato dalla notte e viene spinta dal vento. Dove è sbarrata la strada, la nebbia sale verso l'alto e genera la caratteristica corona di nubi. Questo fenomeno può avvenire anche la sera soprattutto in autunno. Il soffio del vento apre sempre mutevoli scorci di paesaggio nella cortina di vapori e il sipario di brume si solleva e rivela l'isola di Capri sdraiata ai piedi del monte.

Saliremo attraverso un sentiero mai troppo impegnativo – se non per qualche passaggio in cui servirà l'aiuto delle mani - che diventando di cresta vedrà passaggi panoramici e aerei.

Al termine tempo libero a Capri.

Dati tecnici: 11 km – dislivello 550 m - mediamente impegnativo

Pranzo al sacco.

Ripartenza con traghetto, ritorno in struttura, cena, briefing e pernottamento.

Pernottamento: hotel – camera doppia

Pasti: colazione, cena



GIORNO 3 - 02 novembre 2024

Colazione e partenza per la seconda escursione.

Escursione 2 : Punta Campanella

Quando la catena dei Monti Lattari declina dolcemente verso il mare comincia il territorio di Punta Campanella, la congiunzione tra Penisola Sorrentina e Costiera Amalfitana, lingua di terra che si allunga sul Mediterraneo e che sembra voglia ricongiungersi con l'Isola di Capri. Punta campanella è forse il luogo più celebre e frequentato della penisola sorrentina. Raggiungeremo da Massa Lubrense il Monte San Costanzo (497 m) per percorrere poi un sentiero panoramico che ci farà godere da una parte dell'affaccio sulla Baia di Ieranto e sul famoso "cuore azzurro", dall'altra sull'Isola di Capri. Giungeremo quindi alla torre, qui scopriremo la storia della stessa e la storia del toponimo oltre al fantastico panorama che da qui si gode.

Dati Tecnici: 9 km – dislivello 500 m –poco/ mediamente impegnativo

Pranzo al sacco.

Termine escursione, rientro in hotel, cena e briefing.

Pernottamento: hotel- camera doppia

Pasti: colazione, cena

GIORNO 4 - 03 novembre 2024

Colazione, check out, spostamento a piedi e partenza per la terza escursione.

Escursione 3 : Il Sentiero delle Sirene

Il sentiero delle Sirenuse è un percorso dell'altopiano sorrentino che, come intuibile dal nome, permette una vista costante sugli isolotti "Li Galli", chiamati Sirenuse dagli antichi, il cui mito li indica come la dimora delle sirene che misero alla prova Ulisse ne l'Odissea.

L'escursione, adatta a chiunque data la generosità del terreno e la presenza di segnaletica, si svolge tra S. Agata e Colli Fontanelle con un percorso ad anello. La percorrenza standard prevede la partenza da S.Agata verso Torca, da qui si proseguirà verso il paesino di Monticello oltre cui si imbrocherà il primo sentiero sterrato. La passeggiata, all'ombra di uliveti e arbusti vari, porterà al boschetto di Roverelle ed infine ad una salita verso il Pizzitiello,, il punto più vicino alle isole; da qui saranno visibili il Golfo di Salerno, i Faraglioni di Capri ed ovviamente le Sirenuse.

Dati Tecnici: 8 km – dislivello 400 m –poco impegnativo

Pranzo al sacco.

Termine escursione, Saluti finali e fine dei servizi.

Pasti inclusi: colazione

INFORMAZIONI UTILI

DATE DI PARTENZA:

da giovedì 31.10 a domenica 03.11.2024

DURATA:

4 giorni / 3 notti

QUOTA per persona

(gruppo di minimo 8 persone - massimo 15 persone):

€ 420, pernottamento in camera doppia/tripla in condivisione.

Quota calcolata sulla base di 8 persone. Qualora non si dovesse raggiungere il numero minimo di persone la quota verrà ricalcolata e subirà un minimo cambiamento.

LA QUOTA COMPRENDE:

- ✓ 3 notti in hotel in camera doppia/tripla in condivisione
- ✓ 3 colazioni
- ✓ 3 cene
- ✓ traghetto A/R Sorrento -Capri
- ✓ funicolare a Capri
- ✓ guida ambientale escursionistica Aigae
- ✓ assicurazione medico-bagaglio

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- ✗ pranzi al sacco
- ✗ bevande a cena
- ✗ spese di viaggio e per gli spostamenti in loco
- ✗ tassa di soggiorno
- ✗ assicurazione annullamento
- ✗ extra e quanto non specificato

SUPPLEMENTO SINGOLA: 60 €

Itinarrando cresce
nuove foreste
con WOWnature®



Abbiamo una storia da raccontarti!

Per ogni viaggio a cui deciderai di partecipare ci aiuti a far crescere un albero e a prenderci cura del nostro bosco

Come? Te lo spieghiamo subito!

Ci siamo domandati a lungo cosa diamo e quale è il nostro contributo concreto rispetto alla nostra filosofia del camminare e del vivere la Natura. La risposta ci è arrivata quando sulla nostra strada abbiamo incontrato Wow Nature, uno spin off dell'Università di Padova composto da una squadra di ricercatori e specialisti che si occupa di riforestazione.

Abbiamo così deciso di prendere un impegno verso la Natura e il futuro che ci aspetta.

Perché un bosco, perché WOWnature?

Per dare concretezza ai nostri passi. Per ogni viaggio verrà piantato un albero. Un progetto ambizioso che racchiude i sogni di tante persone e che vuol poter dare concretezza e radici al nostro futuro accompagnando un bosco nella sua crescita.

Abbiamo scelto WOWnature perché vediamo in loro lo stesso entusiasmo che anima i nostri passi e per continuare ad affidarci a professionisti spinti da passione autentica e speranza genuina verso un futuro che possa essere sempre più verde!

Perché? Semplice: perché un Bosco è per sempre





Direzione tecnica fornita da:

Itinarrando - Trekking Adventure in Hi Fi di
Itinarrando Soc. Coop
P.zza Martiri di Vallerotonda 1
03100 Frosinone (FR)