

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Voghera
www.caivoghera.it



Sede in via Dante 7/9°
aperta il venerdì sera dalle 21.00 alle 23.00

**La Sezione C.A.I. di Voghera
organizza l'escursione:**

Settimana alle Isole Flegree



Ischia, Capri e Procida

dall'11 al 18 maggio 2019

Escursione proposta
da **Giorgio Gulminelli 3280282244**
giorgiogulmi@libero.it

Informazioni in sede

tel: 3394349100
mail: cai.voghera@libero.it

SETTIMANA ISOLE FLEGREE:

Programma di massima

11 maggio. Viaggio Trasferimento in pullman all'aeroporto di partenza. Volo per Napoli. Trasferimento in autobus al molo per imbarco su aliscafo x Ischia. Sistemazione nelle camere. Cocktail di benvenuto, cena e pernottamento in albergo.

12 maggio. Ischia: Pelara - Monte di Panza - Sorgeto. Dalla frazione Panza, attraverso un sentiero di lecci ed eriche, si giunge alla sommità della baia di Pelara (vista mozzafiato). Una gradinata con scalini in legno intagliati nel tufo ci riporterà al mare per risalire poi, tra erica corbezzoli e lentisco, al Monte di Panza (magnifico belvedere). Osservazioni geologiche-naturalistiche, indi ridiscesa alla baia di Sorgeto ove avremo la possibilità di fare il bagno nell'acqua calda. Pranzo al sacco, rientro in albergo. Cena e pernottamento.
Dislivello: 150 m.; Tempo 3h; Difficoltà E, facile.

13 maggio. Ischia: Crateri e sorgenti. Dal Cretaio (Casamicciola) percorreremo la cresta di un cratere di un vulcano ammirando il "Fondo d'Oglio" e raggiungeremo una serie di fumarole ancora in piena attività. Raggiungeremo poi il Montagnone e il monte Rotaro, due dei tanti vulcani dell'isola. Fra orti e vigneti, lecci, corbezzoli, eriche, mirti, edere, raggiungeremo i margini dei crateri. Pranzo al sacco. Indi toccheremo Piano San Paolo (440 m.), Costa Sparaina, Madonna di Piedimonte (splendido panorama) e la sorgente di Nitrodi (breve visita alle terme). Rientro in bus. Cena e pernottamento.
Dislivello: 440 m.; Tempo 5-6 h; Difficoltà E, facile.

14 maggio. Capri: Monte Solaro . Dal porto di Ischia trasferimento a Capri con imbarcazione privata. Raggiunta la piazzetta attraverso uno stretto sentiero ci inerpicheremo per il cosiddetto "Passetiello" per raggiungere il panoramichissimo Eremo di Cetrella e la sommità del monte Solaro (587 m., il punto più elevato dell'isola da cui si domina tutto). Pranzo al sacco. Rientro a Ischia con imbarcazione privata. Cena e pernottamento.
Dislivello: 590 m.; Tempo 5 h; Difficoltà E, media.

15 maggio. Ischia: Monte Epomeo. Dalla frazione Fontana ci si dirige verso la vetta del Monte Epomeo (panorama stupendo, visita all'eremo e alla chiesa rupestre dedicata a San Nicola (XV secolo). Si prosegue verso " Pietra dell'acqua" , un masso gigantesco scavato ed, ancora oggi, utilizzato per la raccolta dell'acqua. Fra antiche cantine nel tufo e vigneti, boschi di acacie e castagni, giungeremo alle "stonehouse" - case e rifugi ricavati dai massi caduti dalla sommità del monte - e alle "fosse della neve" (profonde buche scavate per raccogliere neve, le nostre neviere). Sosta per il pranzo a sacco. Proseguiremo verso Santa Maria al Monte e da qui su strada fino a Forio. Ritorno in albergo. Cena e pernottamento.
Dislivello: 700 m.; Tempo 6-7h; Difficoltà E, media.

16 maggio. Procida: Passeggiata alla scoperta dei luoghi caratteristici dell'isola. 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, tipica per la particolarità dell'architettura e dei colori delle abitazioni, diventato famoso per

aver ospitato le riprese del film " Il Postino". Pranzo a sacco. Tempo libero a disposizione per relax. Rientro a Ischia nel pomeriggio. Cena e pernottamento.



17 maggio. Ischia: Piano Liguori.

Sentiero totalmente panoramico a strapiombo sul versante sud-est dell'isola Il percorso inizia costeggiando la splendida Baia di Cartaromana ove sono ancora visibili i resti di "Aenaria", la vecchia Ischia romana sommersa Si prosegue su agile sentiero a strapiombo su diverse insenature in cui confluiscono ripidissimi terrazzamenti coltivati a vigneti.. Si continua tra la macchia mediterranea fino a punta San Pancrazio (mt 156) per raggiungere "La Scarrupata" dalla quale è possibile ammirare un panorama mozzafiato e seguiamo fino a Monte Vezzi m. 394. Pranzo al sacco. Rientro in albergo, cena e pernottamento.

**Dislivello: 390 m.; Tempo 4 – 5 h;
Difficoltà E, facile.**

18 maggio. Viaggio Colazione. Check out. Trasferimento al porto. Aliscafo per Napoli. Bus per l'aeroporto. Volo di ritorno. Pullman per Voghera.

Quota base individuale (camera doppia):
€ 895,00 Soci CAI
salvo variazioni volo

La quota comprende:

Pullman Voghera – Aeroporto partenza, a/r;
Volo per Napoli (bagaglio e tasse incluse), a/r;
Trasferimento al porto + aliscafo x Ischia, a/r;
Trasferimento albergo, a/r + cocktail benvenuto;
Trattamento ½ pensione c/o hotel 4*, bevande ai pasti comprese (¼ di vino e ½ di acqua);
6 pranzi al sacco (esclusi gg arrivo/partenza);
Percorso kneipp - cascate cervicali di acqua termale;
Accesso area benessere (piscina coperta - sauna - bagno turco - doccia policromatica);
Accompagnamento di guida ambientale;
Imbarcazione privata x Capri, a/r;
Traghetto di linea x Procida, a/r;
Trasferimenti vari in pullman per il raggiungimento dell'inizio delle escursioni.

La quota non comprende:

Tutto quanto non specificato alla voce "la quota comprende";
Assicurazione annullamento viaggio euro 40(x annullamento viaggio, assistenza, rimborso spese mediche, esclusa quota volo), facoltativa ma fortemente raccomandabile;
Eventuale adeguamento carburante voli;
Eventuali ticket d'accesso a terme, musei, chiese e luoghi di interesse
Tassa di soggiorno da pagare in loco;
Prestazioni termali extra.

NOTE

Supplemento camera singola € 25,00/giorno.
Sconto x 3° e 4° letto 10% su quota hotel.

Consigliati:

Pedule o scarpe da trekking, bastoncini.

**Iscrizioni, aperte sin d'ora,
e comunque entro il 31 gennaio,
con contestuale versamento della
caparra di € 295.**

**Saldo entro il 31 marzo 2019,
a mezzo bonifico bancario favore**

**CAI – Sezione di Voghera Iban
IT92K030150320000003584648**