

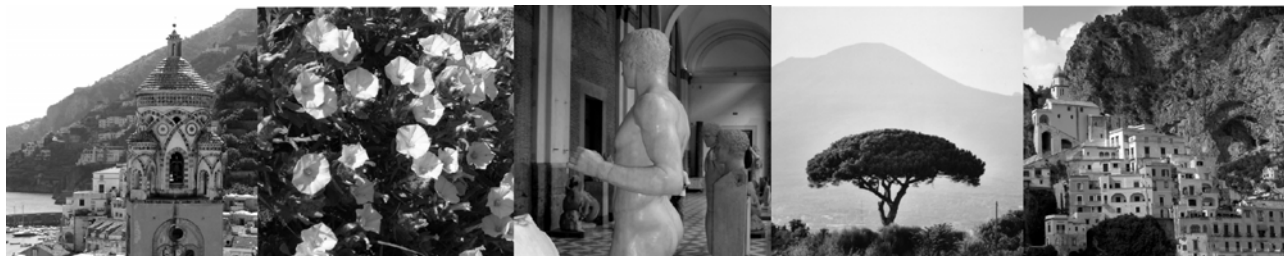
11 Tage Süditalien - Amalfitana, Golf von Neapel und Cilento

Anmerkungen zur Sonderreise Anfang Mai 2010

Inzwischen ist unsere Süditalien-Exkursion wegen Ihrer Beliebtheit und starken Nachfrage auf mehrere Termine im Jahr angewachsen. Wie schon in 2009 wird ein Termin im Mai wieder als zehntägige Sonderreise mit Unterkunft direkt im historischen Herzen von Amalfi durchgeführt. Alle Programmpunkte entsprechen auch hier vollkommen der 11-Tages Exkursion mit Unterkunft in unserem Agriturismo in den amalfitanischen Bergen. Durch den Umstand direkt in Amalfi zu sein, kann bei der Sonderreise ohne Programmverlust ein Tag weniger eingeplant werden. Durch den gewonnenen Tag können so und mit einer leicht erhöhten Teilnehmerzahl von max. 14-15 Personen die wesentlich höheren Unterkunfts- und Verpflegungskosten im „noblen“ Amalfi annähernd kompensiert werden.

Die Sonderreise ist für all jenen Menschen gedacht, die gerade das besondere Ambiente von Amalfi genießen möchten und Einzelzimmerwunsch haben (ist bei der Normalvariante wegen der limitierten Zimmerzahl kaum möglich). Vor allem abends, wenn die Tagestouristen abgezogen sind, ist Amalfi ein Traum. Zudem ergeben sich nach dem Programm mehr Möglichkeiten für eigene Unternehmungen. Selbstverständlich haben wir auch für den ersten Teil der Sonderreise in Amalfi eine authentische Unterkunft ausgesucht. Sie wohnen im ehemaligen mittelalterlichen Palazzo der Familie Piccolomini, der heute zu einem kleinen, sehr persönlich geführten Hotel mit viel Ambiente umgebaut wurde. Besonders der Blick von der Frühstücksterrasse direkt auf die herrliche Domfassade lassen den Tag bereits besonders schön anfangen. Auch die versprochenen kulinarischen Genüsse kommen in Amalfi nicht zu kurz.

Ob nun die ländlich, „urige“ Variante in unserem Agriturismo inmitten der Natur oder im schönen Ambiente von Amalfi....Sie haben die Wahl.... (Termine s. Ausschreibungsprospekt/Folder)



Bilder von links: Campanile des Domes von Amalfi, Blüten auf Capri, Im Nationalmuseum von Neapel, Blick von Pompei zum Vesuv, Teilansicht von Amalfi

Detaillierter Programmablauf

Bei der Sonderreise werden die ersten 4 Programmtage zu drei Tagen zusammengelegt, was dadurch möglich wird, daß die Unterkunft direkt in Amalfi sein wird. Von den Programmpunkten her gibt es keinen Unterschied.

1. Tag: Anreise, Flug Stuttgart - Neapel, Transfer nach San Lazzaro, Amalfitana.

Falls, je nach Flugzeit nachmittags noch ausreichend Zeit zur Verfügung steht, Spaziergang vor dem Abendessen zum Aussichtspunkt Castel Lauritano mit ersten Landschaftseindrücken und Erläuterungen. (Bei der Sonderreise: Transfer nach Amalfi und erster kleiner Stadtrundgang)

2. Tag: Wanderung San Lazzaro – Amalfi, Besichtigung von Amalfi

Kurzer Spaziergang vom Agriturismo zur Bushaltestelle im Dorf San Lazzaro. Wer möchte kann sich dort im kleinen Dorfladen bereits mit etwas Brot, Schinken oder Käse eindecken und sich einen kleinen Mittags-Imbiss belegen lassen. Mit dem Bus fahren wir auf wunderschöner Strecke mit fantastischen Aussichten, immer das Meer vor Augen, die Steilküste hinab bis kurz vor Amalfi. Die letzten 4 km wollen wir zu Fuß auf schönen, fast menschenleeren Pfaden bis Amalfi zurücklegen. Wir durchwandern die für die Amalfiküste typische kleinparzellige und terrassierte Kulturlandschaft, mit dem Anbau von Zitrusfrüchten, Oliven, Wein und anderen mediterranen Kulturpflanzen. Wir erleben außerdem mit welchen Besonderheiten Wohnen und Wirtschaften an einer Steilküste verbunden sind. In Amalfi Stadtrundgang mit Besichtigung des Doms, des Paradieskruzgangs und

des Dommuseums. Zur Mittagspause geht es durch die verwinkelten Gassen von Amalfi mit weiteren interessanten Beobachtungen bis ins nahe gelegene Atrani (zur Zeit der Seerepublik Regierungssitz der Republik Amalfi). Im sehr malerischen, von den Touristenströmen wegen der schlechten Anfahrbarkeit durch Busse nicht besuchten Ort, besteht die Möglichkeit zum Mittagsspicknick am Strand, einem Besuch der kleinen Trattoria oder hübschen Bar an der kleinen Piazza. Zeit zur freien Verfügung. Bademöglichkeit, danach zurück nach Amalfi Fortsetzung des Rundgangs vom Vormittag. Am Spätnachmittag Rückfahrt nach San Lazzaro mit dem öffentlichen Bus.

3. Tag: Ravello

Mit einem privaten Bus von unserer Unterkunft Fahrt nach Ravello. Stadtrundgang, Besichtigung von Dom und Villa Cimbrone. Wunderbare Ausblicke. Mittagspause. Danach Fahrt zur touristisch fast unberührten Nachbarortschaft Ravellos Pontone. Von Pontone aus 3-stündige Wanderung zurück nach Amalfi. Die wunderschöne Wanderung führt bis zur Talsohle des Baches Caneto und dann durch schattigen Wald, immer entlang des klaren Bächleins. Während der Wanderung lernen wir nahezu alle mediterranen Vegetationsformationen, von der Macchia über den immergrünen Hartlaubwald bis zu den sommergrünen Gehölzen der feuchten Taleinschnitte kennen. Sie erfahren nicht nur, warum dies so ist, sondern können selbst alles anfassen, riechen, schmecken. In der Talsohle des Valle dei Mulini stoßen wir auf die malerischen Ruinen des mittelalterlichen „Industriegebietes“ der Republik Amalfi. Dort angekommen steht noch der Besuch des kleinen, sehr sehenswerten Papiermuseums auf dem Plan. (Das Geheimnis der Papierherstellung kam aus China über die mit den Amalfitanern Handel treibenden Araber zuerst nach Amalfi und verbreitete sich von dort aus über ganz Europa). Danach Rückfahrt mit dem privaten Bus nach San Lazzaro.

4. Tag: Wanderung auf den „Hausberg“ Monte Murillo

von der Unterkunft aus geht es auf einer kleinen Rundwanderung von ca. 7 km über den Gipfel des Monte Murillo (ca. 900 m). Thema der Wanderung sind die für die Sorrentinische Halbinsel oberhalb der mediterranen Kulturstufe typischen Edelkastanienwälder und deren Nutzung. Weitere Beobachtungen zur Entstehung der Landschaft, dem geologischen Untergrund und den außergewöhnlichen Verhältnissen, die im Zusammenhang mit dem Vesuvausbruch 79 n. Chr. stehen, runden diesen naturkundlichen Tag ab. Wunderbare Ausblicke.

5. Tag: Capri.

Morgens geht es mit dem öffentlichen Bus nach Amalfi. Weiter geht es auf einer sehr schönen, etwa 1,5 stündigen Schiffsfahrt entlang der herrlichen Küste bis Capri. Dort bekommt der unvorbereitete Besucher zunächst einen Schock, denn Capri ist im kollektiven Unterbewusstsein der Deutschen als romantische Trauminsel abgespeichert. Dieses Bild, das von Romantikern wie Rilke und andere Literaten, Maler und Adelige des 19. und 20. Jahrhunderts geprägt ist und vom berühmten Lied der Caprifischer der 60er Jahre noch verstärkt wird, ist mit dem, sich bei der Ankunft bietenden Bild zunächst nicht zu Deckung zu bringen. Ca. 15000 Besucher kommen täglich aus allen Richtungen auf die Insel. Wie überall auf der Welt, so ist auch auf Capri der Massentourismus auf eine Enge Zone in Capri-Ort beschränkt. Durchbricht man diesen Bannkreis offenbart die Insel ihr altes Gesicht: Abseits des Rummels wollen wir Capri auf einer kleinen Rundwanderung, vorbei an einigen der schönsten Stellen der Insel erleben. Danach besteht selbstverständlich die Gelegenheit, sich ebenfalls in das Getümmel zu stürzen und Capri-Ort mit seinen Luxus-Geschäften und anderen Besonderheiten zu erleben, ohne die Capri heute auch nicht Capri wäre. Die berühmte, aber vollkommen überlaufene Blaue Grotte werden wir nicht besuchen. Diese wirkt nur in der Stille. Am Spätnachmittag geht es mit dem Schiff zurück zum Hafen von Amalfi und weiter mit dem Bus nach San Lazzaro.

6. Tag: Wanderung auf dem Sentiero degli Dei (Götterweg) nach Positano.

In ca. 4 Stunden wandern wir, stets die Höhe haltend von Bomerano, dem Nachbarort von San Lazzaro bis zur Ortschaft Nocella hoch über Positano. Der Name „Götterweg“ sagt alles über die Schönheit dieses Weges. Bei klarem Wetter reicht der Blick entlang der gesamten Küste bis Capri. Erläuterungen auf diesem Weg erfolgen zur abwechslungsreichen Vegetation und einigen besonders auffälligen Landschaftsformen und deren Entstehung. Von Nocella aus geht es mit

einem kleinen Bus auf schöner Strecke hinab nach Positano. Sie haben genügend Zeit die pittoresken Gässchen von Positano mit den kleinen Künstler-Läden, Boutiquen und Cafes zu Genießen, bevor es am Nachmittag mit dem Schiff nach Amalfi zurückgeht. Positano hat auch einen schönen Sandstrand, der nach der Wanderung vielleicht besonders zur Abkühlung im Meer einlädt.

7. Tag: Besuch des antiken Pompei. Fahrt auf den Vesuv und Quartierwechsel

Mit unserem Gepäck fahren wir morgens mit einem privaten Bus bis unter den Gipfel des Vesuvs. Ein halbstündiger Aufstieg auf einem bequemen Weg führt bis zur Spitze des Kraters. Von dort auf fast 1200 m Höhe, hat man bei klarem Wetter einen fantastischen Rundblick von der Sorrentinischen Halbinsel und Capri bis Ischia und den Phlegräischen Feldern zur Großstadt Neapel. Themen und Besichtigungsziele: Vulkanismus allgemein. Entstehung, Entwicklung und Formen des Vesuvs. Leben mit dem Vesuv. Mittagspause in Pompei. Nach der Pause Spezialführung in den Ruinen von Pompei. Thema: Wohnen, Leben und Katastrophe im antiken Pompei. Da wir nicht die 1stündige Standard-, sondern eine mehrstündige Intensivführung in Pompei haben, werden wir erst am Spätnachmittag in unserem neuen Quartier, dem Landgut La Morella eintreffen.

8. Tag: Besuch des antiken Paestum (Poseidonia)

Von der Morella aus lassen wir uns mit dem Auto zum Bahnhof ins nahegelegene Battipaglia fahren. Von dort aus geht es mit dem Zug in nur 20 Minuten nach Paestum. Mit den beeindruckenden, hervorragend erhaltenen drei dorischen Tempeln, die aus der Blütezeit Groß-Griechenlands (Magna Graecia, 6.-5. Jahrhundert v. Chr.) stammen, erleben wir im Vergleich zu Pompei eine gänzlich andere antike Stadt. Ausgiebige Besichtigung der Ruinenstadt und des angeschlossenen Museums. Thema: Die Griechen in Süditalien. Anschließend Besuch einer „Buffarella“ (Büffelzucht) mit Produktion des echten Büffelmozzarellas. Als Mittagsmahl besteht die Gelegenheit die frisch produzierten Köstlichkeiten gleich an Ort und Stelle zu verköstigen. Am Nachmittag Rückfahrt auf die Morella und Zeit zur Entspannung im schönen parkartigen Garten mit Pool.

9. Tag: Ausflugsfahrt in den Cilento-Nationalpark mit Wanderung

Morgens Abfahrt mit dem privaten Bus von der Morella aus Richtung Cilento-Nationalpark. Ca. 3stündige Wanderung im Cilento mit wunderschönen Landschaftseindrücken. Nach der Mittagspause Weiterfahrt nach Castellabate, einem typischen Cilento-Dorf mit mittelalterlicher Struktur. Themen: Natur- und kulturräumliche Elemente des Cilento. Rückfahrt zur Morella am späteren Nachmittag.

10. Tag: Neapel – Besichtigungsprogramm im UNESCO-Weltkulturerbe „Altstadt von Neapel“

Morgens mit privatem Bus Abfahrt von der Morella nach Neapel. Besichtigungsprogramm in der Altstadt: Dom; Ausgrabungen eines Teils des antiken römischen Forums unter der Kirche Santa Maria Maggiore; Garten und Kirche von San Gregorio Armeno sowie die Krippenstraße und weiteren Entdeckungen auf dem Weg durch die Altstadt. Nachmittags Besuch und Führung im archäologischen Nationalmuseum (durch seine Exponate eines der bedeutendsten der Welt) mit seiner Antikensammlung (Fundstücke aus Pompei, Alexandermosaik, Farnesische Sammlung, etc.). Danach Mit dem Privatbus vom Museum aus zur Piazza del Plebiscito mit weiteren Eindrücken des „jüngeren“ Neapels mit Palazzo Reale, Galleria Umberto, Castel Nuovo. Rückfahrt zur Morella.

11. Tag: Rückreisetag, Flug Neapel-Stuttgart

Wir behalten uns vor, die Reihenfolge der einzelnen Programmtage nach Wettersituation und anderen äußeren Umständen flexibel zu handhaben. Änderungen vorbehalten.

Allgemeine Bemerkungen / Hinweise zur Reise Amalfitana, Golf von Neapel und Cilento

Mit dieser Exkursion wollen wir Ihnen nicht nur eine wundervolle Ecke Italiens auf besondere Weise präsentieren, sondern auch erlebbar machen. Sie sollen etwas vom wirklichen süditalienischen Leben mitbekommen können. Mit einer Standard-Hotelunterkunft in den Touristenzentren und einer großen Reisegruppe ist das natürlich nicht möglich. In einer Gruppe von maximal 10-12 Teilnehmern werden Sie deshalb auf einem Agriturismo in San Lazzaro, einem typischen Dorf im Hinterland von Amalfi, dieses ursprüngliche Ambiente spüren können. Sie leben dort wie eine große Familie mit den Besitzern des Agriturismo zusammen, die nach und nach Teile Ihres eigenen Hauses in Gästezimmer umgewandelt haben. Die Zimmer sind einfach aber stilschön und geräumig. Alle verfügen natürlich über ein eigenes Bad/WC. Der wahre Luxus dort liegt aber in der herrlichen Lage am Westhang des Monte Murillo zwischen Reben und Kastanien sowie der herrlichen Aussicht auf Meer und Berge. Auch die Kochkunst von Signora Rosa, die mit typischen Gerichten aus der Region ihren Gaumen verwöhnen wird, ist weithin berühmt. Signor Pasquale produziert dazu einen wunderbaren Bio-Wein. Beim Abendessen steht nach alter Sitte Wein und Wasser in Karaffen bereit und Sie brauchen Ihren Konsum nicht extra zu bezahlen. Dies ist bereits im Reisepreis inbegriffen.

San Lazzaro ist Teil der Hochfläche von Agerola und liegt in einer Höhenlage zwischen 600 und 700 m über der amalfitanischen Steilküste. Unsere Unterkunft liegt ziemlich genau 700 m hoch. In dieser Höhenlage herrschen sehr viel angenehmere Temperaturen als unten an der Küste, was vor allem in der Nacht einem guten Schlaf zu gute kommt.

Im Allgemeinen ist die Amalfitana durch Tagestourismus gekennzeichnet. Über 90% der Besucher kommen mit großen Reisebussen aus dem Raum Neapel und Sorrent. Ravello, Amalfi und Positano...alles an einem Tag... Massentourismus mit flüchtigen Eindrücken. Wir möchten die Landschaft anders und damit wirklich erleben, wollen uns Zeit nehmen für die schönen, oft auch verborgenen Dinge und Details. Die Ortschaften der Amalfitana sind Bestandteil einer gewachsenen Kulturlandschaft. Erst dies macht die Amalfitana ja zum Weltkulturerbe. Die Nutzung der Landschaft durch den Menschen, die besondere mediterrane Vegetation, großartige Landschaftsformen...all das gehört neben den vom Menschen geschaffenen Dingen untrennbar dazu. Auf einigen Wanderungen wird dies mitunter unser Thema sein.

Bitte verstehen Sie diese Exkursion nicht als Wanderreise. Wir wandern in erster Linie nicht des Wanderns wegen, sondern um die Natur wahrnehmen und erläutern zu können. Mindestens die Hälfte des Programms entspricht einer klassischen Kulturreise. Wir wollen ja gerade beides – Natur und Kultur - verbinden und Ihnen damit eine nicht alltägliche abwechslungs- und erlebnisreiche Reise bieten.

Für die Wanderungen empfehlen sich feste Schuhe mit Profil, die Ihnen einen guten Halt bieten (Bergstiefel müssen es aber nicht sein). Ein kleiner Rucksack, der Platz für Marschverpflegung, eine Wasserflasche und eventuell Badezeug bietet ist ebenso von Vorteil. Ohne Treppensteigen ist die Fortbewegung an der Amalfiküste nicht möglich. Die Wanderpfade sind in aller Regel gut zu begehen, sind aber nicht mit unseren geebneten Waldwegen zu vergleichen. Um die Wanderungen zu meistern, müssen Sie kein Wanderprofi sein und auch keine besondere Kondition mitbringen. Schwierigkeiten beim Gehen oder eine Behinderung sollten Sie aber nicht haben. V.a. wer größere Schwierigkeiten mit dem Treppen steigen hat, sollte auf diese Reise verzichten. Ohne Treppen sind dort praktisch keine Ausflüge möglich. Als nützliche Gehhilfe haben sich ausziehbare Wander- oder Nordic-Walking Stöcke bestens bewährt. Sofern Sie haben, nehmen Sie diese ruhig mit. Im Programm sind drei mehrstündige Wanderungen enthalten. Auch an den anderen Tagen werden einmal mehr einmal weniger große Strecken zu Fuß zurückzulegen sein, wie z.B. bei der Besichtigung der Altstadt von Neapel, auf Capri oder in der Ruinenstadt Pompei. Aber keine Angst, es gibt immer wieder Pausen und ohnehin lassen wir uns immer Zeit, die Dinge um uns herum aufzunehmen und genießen zu können.

Der zweite Teil der Reise führt Richtung Süden zum Golf von Salerno in die Ebene des Flusses Sele. Dies ist das landwirtschaftliche Herz Kampaniens und Zentrum der traditionellen Büffel-Mozarella-Herstellung Italiens. (Nach dieser Reise werden Sie nie wieder einen in Deutschland käuflichen Mozarella genießen können, weil Sie wissen, wie er wirklich schmecken muss). Dort am Rande des Cilento-Nationalparks haben wir mit dem schönen historischen Landgut La Morella wieder eine ganz besondere Unterkunft mit viel italienischem Flair. Die komfortablen Zimmer sind alle neu renoviert, klimatisiert und hier lädt Sie zudem ein 15m Pool im großen Garten zur Erfrischung ein. Mit der Morella haben wir einen guten Ausgangspunkt für die Unternehmungen Richtung Cilento und den Raum Neapel.

Diese Reise bietet mit der „Küste von Amalfi“, dem „Cilento-Nationalpark“, „Paestum“, der „Altstadt von Neapel“ und den Ruinen von Pompei“ allein 5 UNESCO-Weltkulturerbestätten. Die Intensität und Zahl der Eindrücke ist aber auch an den anderen Programmtagen hoch. Um die wichtigsten Sehenswürdigkeiten dieser Gegend zu erleben, sind manchmal etwas längere Strecken zurückzulegen. Wir achten aber darauf, daß keine Fahrt, egal ob mit Bus oder Schiff länger als 1,5 Stunden ohne Unterbrechung dauert. Bei der Schönheit der kampanischen Landschaft, ist aber auch die Fahrt allein meist schon ein schöner Programmpunkt.

Exkursionsleitung: Annette Brünger-Miletto

Sie studierte Geographie an der Universität Tübingen und schloß ihr Staatsexamen mit einer Arbeit über den Vesuv und die Amalfiküste ab. Seit 1998 lebt sie mit ihrer Familie in Neapel. Neben Ihrer Tätigkeit als Geopuls-Exkursionsleiterin entsteht gerade ihre Doktorarbeit über die ökologischen Zusammenhänge im Naturschutzgebiet Valle delle Ferriere im Hinterland von Amalfi. Mit ihr erleben Sie eine Reise voller außergewöhnlicher Einblicke, wie Sie es sonst nirgendwo geboten bekommen.