



Trekking e Relax

Ischia e Procida

dal 15 al 19 Maggio 2024



bozza di programma

Mercoledì 15 MAGGIO TORINO - NAPOLI - ISCHIA

H 08.10 Ritrovo a Torino Porta Nuova.

H 08.40 Partenza con FRECCIAROSSA diretto per NAPOLI.

H 15.03 Arrivo a Napoli stazione centrale. Trasferimento al porto e imbarco per ISCHIA.

Arrivo a Ischia e sistemazione in **hotel******. Assegnazione delle camere, cena e pernottamento.

Giovedì 16 TREKKING ISCHIA

I SENTIERI DELLA BIANCOLELLA (con pranzo)

Prima colazione in hotel e prelevamento per raggiungere il borgo di Campagnano da dove si salirà attraverso "le torri di mezzo" con un panorama splendido sul Golfo di Napoli per arrivare fino al borgo abbandonato di Piano Liguori. Camminando tra orti e vigneti a picco sul mare fino a raggiungere lo spettacolare affaccio sulla mitica baia della Sgarrupata. Proseguimento per un sentiero scavato nel tufo, tra depositi di lapilli e ceneri antiche. Dopo il meritato relax e un **pranzo** a base di prodotti dell'orto e vino locale, si riprende il percorso per ritornare al punto di partenza percorrendo una delle strade (in ripida discesa) più antiche dell'isola, dove si viene prelevati per il rientro in hotel. Cena e pernottamento.

Difficoltà: media - **Lunghezza:** 5 km - **Dislivello:** 300 m - Il sentiero per la discesa è abbastanza ripido, necessarie scarpe adatte e gambe buone (*Oppure altra escursione da valutare*)

Venerdì 17 Escursione a PROCIDA

Prima colazione e prelevamento in hotel ed imbarco per Procida. Incontro con la guida al porto di Marina Grande e partenza per la visita a piedi del centro storico dell'isola, capitale della cultura 2022: visita dell'Abbazia di S. Michele Arcangelo, sosta al Belvedere di Cannoni, P.zza Martiri e Marina di Corricella. Pausa **pranzo** in ristorante.

Nel pomeriggio visita della Riserva Naturale Isola di Vivara, unita a Procida da un ponte pedonale: un'oasi naturalistica incontaminata, che custodisce preziose tracce di insediamenti riferibili all'età del Bronzo. Si riprende il cammino per il porto, dove dopo aver gustato la famosa "lingua di bue", il dolce tipico procidano, è previsto l'imbarco per rientro sull'isola d'Ischia.

Trasferimento in hotel, cena e pernottamento.

Sabato 18 ISCHIA - PARCO TERMALE "POSEIDON"

Prima colazione in hotel. Trasferimento al Parco Termale Poseidon (comune di Forio) per una giornata dedicata al relax ed al benessere. Stupende piscine termali e marine a varie temperature, centro beauty, idromassaggi, percorsi giapponesi e kneipp, sauna naturale. Pranzo libero.

(in alternativa per chi lo desidera possibilità di altra escursione trekking)

Rientro in hotel, cena e pernottamento.

