

# DISKA-Wandern

[www.discoverkampanien.com](http://www.discoverkampanien.com)

## Beispielprogrammablauf „Cilento-Wandern“

### 1. Tag - Ankunft

Ankunft im Hotel und Begrüßung durch uns als Begleitpersonal des jeweiligen Veranstalters. Begrüßungsdrink, Unterbringung, Inforunde.  
Abendessen, Übernachtung

### 2. Tag – Spaziergang \*3)

Nach dem Frühstück starten Sie zur Erkundung Ihres Ferienortes. Natürlich zeigen wir Ihnen, wo Sie die wichtigsten Dinge, wie Post, Bank etc. finden und natürlich den Strand! Die Führung dauert ca. ein halbe Stunde.

Mittags gibt es die Möglichkeit im Hotel eine Kostprobe von typischen Köstlichkeiten dieser Gegend mit zu machen (extra buchbar).

Gegen 15 Uhr werden wir gemeinsam einen Spaziergang zu den Ausgrabungen der antiken Stadt Velia-Elea machen, die nur ca. 5 km von Ihrem Ferienort entfernt ist. Der Spaziergang führt ein Stück der Straße entlang, bis wir einen Feldweg einschlagen, der nach Ascea Marina führt. Zurück gehen wir ein Stück am Strand entlang. Insgesamt dauert dieser Ausflug ca. 3 Stunden.

Abendessen, Übernachtung

### 3. Tag – Amalfiwanderung \*2)

Nach dem Frühstück fahren wir an den Hafen von Salerno. Hier nehmen wir ein Schiff, das uns nach Amalfi bringt. Wer jetzt nicht wandern möchte hat genug Zeit sich Amalfi anzusehen oder mit dem öffentlichen Bus nach Ravello hoch zu fahren, der Stadt der Musik.

Alle, die mit uns wandern möchten, nehmen mit uns den öffentlichen Bus nach Scala. Von hier aus starten wir unsere ca. 2 stündige Wanderung, die hauptsächlich auf Treppen bergab erfolgt. Die letzten 40 Minuten gehen wir durch das Tal der Papierfabriken, an einem wunderschönen Fluss entlang. Wir kommen an einem Wasserfall vorbei, an dem wir Rast machen und das Mitgebrachte verspeisen.

Nach ca. 2 Stunden kommen wir wieder in Amalfi an und haben nun noch genug Zeit uns Amalfi anzusehen. Der St. Andreas Dom, das Papiermuseum, die vielen Keramikläden oder einfach nur die fantastische Bauweise dieses früher so wichtigen Hafenortes, sind alles bewundernswerte Details, die Amalfi zu einem unvergesslichen Erlebnis werden lassen.

Am späten Nachmittag nehmen Sie das Schiff zurück nach Salerno, wo Ihr Bus auf Sie wartet und fahren zurück zum Hotel.

Abendessen, Übernachtung

### 4. Tag – Pompeji und Vesuv

Nach dem Frühstück werden wir die Spuren der Antike betreten und nach Pompeji aufbrechen. Ca. eineinhalb Stunden spannendste Geschichte erwartet Sie nun. Hier schauen Sie nicht nur Steine an, sondern bekommen Details mit, die die Kaufleute und Sklaven wieder zum Leben erwecken. Das blühende und zu dieser Zeit schon so fortgeschrittene Pompeji wird Sie fesseln, faszinieren und nicht so schnell wieder loslassen.

Der Vesuv, der am 24. August des Jahres 79 n. Chr. völlig überraschend ausbrach und die Stadt Pompeji unter einer 10 m dicken Ascheschicht begrub, ist schon von den Ausgrabungen aus beeindruckend nah zu bewundern.

# DISKA-Wandern

[www.discoverkampanien.com](http://www.discoverkampanien.com)

Bei dieser spektakulären Naturkatastrophe kamen ca. 30.000 Menschen ums Leben. Pompejis Einzigartigkeit begründet sich darauf, dass man nirgendwo sonst auf der Welt, die Ruinen einer vollständig erhaltenen antiken Stadt so hautnah betrachten kann.

Nach Pompeji werden wir den Vesuv besteigen. Er liegt nur gute 15 Busminuten von Pompeji entfernt.

Abendessen, Pianoabend (extra buchbar), Übernachtung

## **5. Tag – Monte Sacro Wanderung \*3)**

Nach dem Frühstück fahren wir nach Vallo della Lucania. Tief in den Cilento hinein. Der Monte Sacro, mit seinen stolzen 1705 Höhenmetern, beherbergt auf seiner Spitze ein altes Kloster. Um hier hinauf zu kommen steigen wir auf ca. 900 Höhenmeter in unsere Wanderung ein. Ein alter Pilgerpfad führt uns vorbei an einer Quelle, an Schafsherden und Tymiangewächsen. Eine Wanderung die ca. 2 Stunden bergauf durch Wohlgerüche führt und einzigartige Ausblicke erlaubt.

Oben angekommen hat man Sicht über den ganzen Cilento und das Meer. Ein Erlebnis, an das Sie sich noch lange erinnern werden. Oben wartet unser Bus, um uns dann wieder zurück ins Hotel zu fahren.

Abendessen, Übernachtung

## **6. Tag – Paestum u. Abfahrt**

Nach dem Frühstück fahren wir nach Paestum. Dort stehen die am besten erhaltenen griechischen Tempel der Welt außerhalb von Griechenland. Führung (extra buchbar).

Danach geht es weiter zur nahe gelegenen Büffel-Mozzarella-Farm. Hier können Sie vom Streicheln der Büffel über die Produktion des Mozzarellas bis zum Verkauf den kompletten Herstellungsprozess des „weißen Goldes“ verfolgen. Natürlich wird Ihnen die Produktion auch erklärt.

Verabschiedung u. Abfahrt

**\*1)Spaziergang:** Normales Schuhwerk reicht. Ist nur ein verlängerter Spaziergang. Anstrengungsgrad ist niedrig. Körperliche Fitness im normalen Rahmen erforderlich. Ca. 3 Stunden, davon 2 Stunden Gehzeit, teilweise Straße, Feldweg od. Strand, nur ebenerdig.

**\*2)Wanderung Amalfi:** Festes Schuhwerk ist Pflicht. Anstrengungsgrad ist nicht sehr hoch. Körperliche Fitness aber zwingend.

Ca. 2 Stunden, hauptsächlich Treppen, wenig Schotter, teilweise Trampelpfad, 99% bergab.

**\*3)Wanderung Monte Sacro:** Wanderschuhe oder sehr gutes Schuhwerk Pflicht. Anstrengungsgrad höher, aber für jeden fitten Körper sehr gut schaffbar. Körperliche Fitness zwingend.

Ca. 2 Stunden, wenige Treppen, hauptsächlich Trampelpfad, teilweise Schotter, 100% bergauf.