

1. Anreise

Anreise Napoli Aeroporto und Busfahrt nach Santa Maria di Castellabate (circa 1,5 Std). Nach Ankunft: Check-In TREZENE und Abendessen TREZENE

2. Sentiero Acciaroli - Pollica

Eine Wanderung ausgehend vom Stadthafen Acciarolis bis hinauf nach Pollica. Der Wanderweg führt durch die Macchia des Cilento und belohnt uns immer wieder mit einem malerischen Ausblick auf die steile Küste zwischen Palinuro und Acciaroli. In Pollica angekommen, werden wir mit dem Bus ins Nachbardorf San Mauro fahren und dort in der Cooperativa Al Frantoio zu Abend essen. Ausgangspunkt: 15h Hafen von Acciaroli Länge: 4km Circa Höhenunterschied: 300m Schwierigkeit: E (Wandern), eine gewisse Grundausdauer, sowie keinerlei Mobilitätseinschränkungen sind Voraussetzung Ankunft Pollica: 18h Weiterfahrt mit dem Bus ins 4km entfernte Dorf San Mauro um 18.30h. Dort werden wir zu Abend essen.

Ausgangspunkt: 15h Hafen von Acciaroli

Länge: 4km Circa

Höhenunterschied: 300m

Schwierigkeit: E (Wandern), eine gewisse Grundausdauer, sowie keinerlei Mobilitätseinschränkungen sind Voraussetzung

Ankunft Pollica: 18h

Weiterfahrt mit dem Bus ins 4km entfernte Dorf San Mauro um 18.30h. Dort werden wir zu Abend essen.

Abfahrt Trezene: 14.15h (35Min Fahrt)

Rückfahrt San Mauro: 22h circa



3. Sentiero baia degli infreschi

(Mit Rückfahrt auf einem Fischerboot)

Die Route verläuft entlang eines der bekanntesten Küstenabschnitte des gesamten Cilento-Nationalparks mit Einstieg in Camerota und Ankunft in Baia Infreschi, vorbei an den Buchten von Pozzallo und Cala Bianca (2013 zu einem der schönsten Strände Italiens erklärt). Die Rückfahrt zum Ausgangspunkt des Ausflugs erfolgt mit dem Boot, eine Gelegenheit, die zahlreichen Höhlen entlang der Küste zu ~~besuchen~~, bewundern

Einstieg: Hafen von Camerota

Endpunkt: Baia degli Infreschi

Länge: 7km circa Schwierigkeit: E (Wandern), eine gewisse Grundausdauer, sowie keinerlei Mobilitätseinschränkungen sind Voraussetzung

Höhenunterschied: 480m

Abfahrt Trezene: 8.30h (circa 1:15h Fahrt)

Wanderung: 10h-14.30h mit einer Mittagspause in der Bucht Caletta di calabianca

Ankunft: 14.30h Baia degli Infreschi mit anschließender Badefreizeit

Abfahrt Boot: 16h

Ankunft Trezene: 19h

Abendessen auf Trezene: 20.30h



4. Sentiero delle creste di tresino

Die Rundtour die sich fast vollständig über dem höchsten Teil des Monte Tresino erstreckt und durch das verlassene Dorf San Giovanni führt, stellt keine größeren Schwierigkeiten dar. Die Hälfte der Tour besteht aus einem Trampelpfad und der Rückweg aus einem Feldweg. Circa 350 Meter über dem Meer bietet die Tour fast durchgängig fantastische Ausblicke von Paestum über die Amalfiküste bis nach Capri und ins grüne Hinterland des Cilento Nationalparks. Im Anschluss an die Wanderung: Pizza essen im Bonora in Castellabate.

Einstieg: 16h

Ende der Wanderung: 19h

Länge: 10km

Höhenunterschied: 50m

Abfahrt Trezene: 15.30h (20min Fahrt)

Abfahrt Endpunkt: 19h

Abendessen im Bonora: 19.30h



5. Sentiero sacro del Monte Gelbison (1705m)

Abfahrt und Ankunft in der Nähe des Parkplatzes Fiume Freddo, von wo aus der Aufstieg zum Berg Gelbison über den Pilgerweg beginnt, der zu Ehren der zahlreichen Pilger benannt wurde, die ihn während der Öffnungszeit des Heiligtums (letzter Sonntag im Mai und zweiter Sonntag im Oktober) zur Verehrung der Madonna überqueren. Der Weg besteht fast vollständig aus Stein und Stufen, mit Ausnahme eines kurzen Stücks Asphalt (Straße, die von Novi Velia und in der Nähe des Gipfels vorbeiführt). Entlang des Aufstiegs zum Gipfel gibt es zahlreiche Panoramaterrassen mit Blick auf das Küstengebiet des Cilento (Blick auf die Küste, die von Acciaroli bis Capo Palinuro reicht und an klaren Tagen sogar auf die Äolischen Inseln). Vom Gipfel aus lässt sich außerdem der Monte Cervati (mit 1898m der höchste Gipfel Kampaniens), die Kette der Alburni und der Monte Bulgheria bewundern.

Einstieg: loc. Fiume Freddo

Länge: 10km circa

Schwierigkeit: E (Wandern), eine gewisse Grundausdauer, sowie keinerlei Mobilitätseinschränkungen sind Voraussetzung

Höhenunterschied: 450m

Abfahrt Trezene: 8.30h (circa 1Std. Fahrt)

Wanderung: 9.30-15.00h

Rückfahrt: circa 15h

Abendessen bei Zagara 20h



6. RUHETAG

Abendessen in Pioppi

Abfahrt Trezene: 19h

Rückfahrt: 22h circa

7. Sentiero 701 Tresino - Cala Blu - Agropoli

Eine Rundtour mit Abstecher in die malerische Cala Blu. Beginnend direkt in Trezene laufen wir zum Einstieg des Monte Tresino am Ende des Strands. Von dort beginnt ein längerer Anstieg hinauf bis auf 270m. Einmal oben, geht es entlang der Küste bis kurz vor Agropoli durch verlassene Dörfer, Macchia und Wälder, bevor wir hinab in die Bucht Cala Blu steigen. Dort werden pausieren,, Schnorcheln/Schwimmen und dann den Rückweg entlang der Küste, vorbei am Weingut San Giovanni, in Richtung Trezene ansteuern. Der größte Teil der Wanderung verläuft auf felsigen und groben Trampelpfaden, die zum Teil auch von Kühen genutzt werden.

Start Trezene: 10h

Ende der Wanderung Trezene: 16h

Länge: 15km circa

Höhenunterschied: 400m circa

Schwierigkeit: E (Wandern), eine gewisse Grundausdauer, sowie keinerlei Mobilitätseinschränkungen sind Voraussetzung

Abendessen in TREZENE

