

ESCAPE



PROGRAM: LÄTT VANDRING PÅ AMALFIKUSTEN

☞ 7 frukostar, 5 luncher och 6 middagar inkluderad

Dag 1

Maiori

☞ Middag

Efter att vi landat på flygplatsen åker vi buss till Maiori och vårt fina hotell. Kanske ett dopp innan middagen?

Dag 2

Vandring längs Citronstigen

☞ Frukost, lunch, middag

🕒 2 timmar


📍 3 km

📏 50 m upp/ner

Första vandringen börjar vid hotellet och går längs den förtjusande Citronstigen (Sentiero dei Limoni) till grannbyn Minori. Vi får de första intrycken av denna dramatiska kuststräcka och dess detaljerade miljö. Vi passerar små hus, doftande och blommande medelhavsvegetation och naturligtvis de friskt gula citronerna! Vi äter lunch i Minori innan vi återvänder till hotellet för lite avkoppling och bad.

Dag 3

Vandring med Amalfi och Ravello

 Frukost, lunch, middag

 3 timmar


 5,5 km

 140 m upp, 390 m ner

Två av kustens pärlor är Ravello och Amalfi, den gamla sjörepubliken som fått ge namn åt kusten. Idag upplever vi bägge och vi väljer bland de många stigarna utefter gruppens lust och förmåga. Vi får tid att strosa runt i Amalfi och njuta av folkvimlet och den välbevarade stadskärnan. Domkyrkan, prydd med det lokala kaklet, är väl värd ett besök. Ett dopp i havet kan man också unna sig. Häftigast är dock Ravello som tronar över havet och utgör själva sinnebild för Amalfikusten.

Dag 4

Utflykt till Pompei

 Frukost, lunch, middag

Lämningarna efter det förödande vulkanutbrottet 79 f.kr. måste upplevas en gång i livet. Ingen annanstans än i Pompei och Herculaneum kan man gå runt på samma gator som de gamla romarna och få en direkt inblick i hur de bodde och levde. Vi leds av en kunnig lokalguide och får tid att sjunka in i känslan av hur livet tedde sig för två tusen år sedan.

Dag 5


Vilodag

 Frukost

Med vårt fina strandläge kanske man drar sig för att åka någonstans. Vi rekommenderar dock att ta lokalbussen eller färjan till kända Positano, eller varför inte omsjungna Sorrento. Om upptäckarlusten blir för svår kan man också ta sig till Neapel som är en livlig och sevärd stad.

Dag 6

Vandring på Capri

 Frukost, lunch, middag

 2,5 timmar

 4 km

 100 m upp/ner

En av resans höjdpunkter blir vårt besök på Capri. Vi tar båten ut till denna omsjungna ö och upptäcker dess alla vrår till fots, bland vackra trädgårdar, klassiska strandpromenader, villor och dramatiska havsklippor.

Den som önskar besöka Axel Munthes livsverk Villa San Michele kan göra detta på egen hand som ett alternativ till vandringen. Förbokning rekommenderas. Som inspiration lämnar vi över ordet till Munthe själv: *"Jag vill att mitt hus ska vara öppet mot solen och vinden och havets röst, som ett grekiskt tempel, och ljus, ljus, ljus överallt!"*

Dag 7

Vandring längs Gudarnas stig

☞ Frukost, lunch, middag

🕒 3 timmar

📍 6 km

📍 50 m upp, 250 m ner

Vi har sparat det bästa till sist. Vi börjar Amalfikustens mest kända led i högt belägna Bomerano och går sedan en spektakulär vandring utmed bergssidan med fina vyer över Capri ute till havs. Vi avrundar med en välförtjänt espresso innan vi återvänder nöjda till Maiori för vår sista kväll i nyfunna vänners lag.

Dag 8

Farväl till vandringsresan på Amalfikusten

☞ Frukost

Med mycket skönhet kvar på näthinnan och i hjärtat återvänder vi hem från *Il Bel Paese*. Arrivederci!