



**GENIUS LOCI TRAVEL**  
Walking and Cycling Holidays

Individuelle Wanderreise

# Amalfi Herz

## Ein Zauber aus Natur & Kultur

*Amalfi, Ravello, 'Sentiero degli Dei', Praiano, Positano  
(mit Option Verlängerung in Capri)*



## REISEBESCHREIBUNG 2017

© Genius Loci Travel, 2017. All rights reserved.



[genius-loci.it](http://genius-loci.it) | [www.genius-loci.it](http://www.genius-loci.it)

\*\*\*GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy\*\*\*



## EINLEITUNG

*Die Amalfiküste ist wahrscheinlich Italiens schönste Küste. Sie ist auf der südlichen Seite der Sorrentiner Halbinsel gelegen, so dass Sie durch die imposanten Berge vor den kalten Nordwinden geschützt ist und dort somit das ganze Jahr über ein mildes Klima herrscht. Daher kann man diese Tour auch schon am Frühlingsanfang oder im Spätberbst machen. Die Landschaft der Amalfiküste ist ungeheuer vielfältig mit wunderschönen, ständig wechselnden Ausblicken. Mit ihrem typischen Mittelmeerklima, dem Duft von wilden Kräutern wie Myrte Thymian, Rosmarin, sowie alpinen Wiesen und kahlen Felsen, stellt sie eine atemberauschende Landschaft dar. Zusätzlich gibt es kulturelles Erbe im Überfluss! Der Mensch hat in den Hügeln eine Terrassenlandschaft geschaffen, die mit nichts zu vergleichen ist. Ebenso sind hübsche, kleine Kirchen, Burgruinen und alte Bauernhäuser in der ganzen Region zu finden. Die Amalfiküste ist definitiv Europas faszinierendste Küstenregion! Und das Beste daran ist, man kann alles zu Fuß entdecken!*

*Es gibt Tausende von Wanderwegen an der Amalfiküste. Einige sind so berühmt sind wie der "Sentiero degli Dei" - der "Pfad der Götter" – und andere sind mindestens tausend Jahre alt, wie der "Maestra dei Villaggi" - der ' Hauptweg "der ehemaligen Republik Amalfi. Aber auch die weniger bekannten Wege sind unglaublich schön! Ob Sie vom Meer in die Berge oder umgekehrt wandern, es gibt immer wieder fantastische Aussichten! Sie kommen durch kleine Dörfer, Weinberge und Olivenhaine, mediterrane Landschaften, Felsen und Kastaniennälder.*

*Diese Tour kann man als die „klassische“ Küstenwanderung bezeichnen, die alle bekannten Küstenorte und die schönsten Wanderungen der Gegend ( einige gelten als weltweit beste Wanderwege ) beinhaltet. Sie haben genügend Zeit, um die Dörfer zu besichtigen und auf jeden Fall sollte man Amalfi, Atrani, Ravello, Praiano und natürlich das malerische Positano gesehen haben. Sie wandern auf gut erhaltenen Wanderwegen, auf gepflasterten Gassen, durch schöne Terrassenlandschaften mit Zitronen – und Weinbainen, sie kommen an alten Kapellen, Bauernhöfen und Wassermühlen vorbei und außerdem an wunderschönen Villen und Dörfern, wo Sie ein wenig verweilen und etwas trinken können.*

*Sie werden entdecken, warum sich die Amalfi-Küste zu Italiens berühmtester Küste entwickelt hat, aber auch, dass es schon nach einigen hundert Metern abseits von der Menschenmenge noch Orte gibt, wo Sie ganz Sie selbst sein können, eingebunden und umgeben von der Natur.*

**Bitte beachten Sie:** Dies ist eine leichte bis mittelschwere Tour, die für Personen geeignet ist, die schon etwas Wandererfahrung haben und die über eine allgemein gute Kondition verfügen. Die meisten Wanderwege sind gut erhalten, einige wurden erst vor Kurzem von den örtlichen Behörden instand gesetzt. Ein Teil der Wege ist beschildert, bei anderen sollten Sie die beigefügten Reisebeschreibungen & Karten zur Hilfe nehmen.

Durchschnittliche Gehzeit: ca. 5-6 Std pro Tag



## REISEVERLAUF

### Tag 1

Ankunft in Neapel (Flughafen) oder Salerno (Hauptbahnhof). Sie werden von einem Taxi (Option) abgeholt und zu Ihrem Hotel in Amalfi gebracht. Sie können sich entweder schon die Stadt ansehen oder einfach an den Strand gehen und relaxen.

**Hotel \*\*\* - Amalfi**

### Tag 2

Heute machen Sie zuerst eine leichte Wanderung, die Ihnen einen ersten Eindruck von dem großartigen kulturellen und landschaftlichen Erbe der Amalfiküste vermittelt. Sie gehen durch die ruhigen Seitengässchen von Amalfi, die starke maurische Einflüsse aufweisen. Eine alte Steintreppe führt Sie unter beeindruckenden Kalksteinfelsen hinauf zum kleinen Dorf Pontone, das ein wichtiger Standpunkt des mittelalterlichen Verteidigungssystems von Amalfi war. Von großem Interesse ist der Turm „Torre dello Zirro“, der an einem schmalen Gebirgskamm in einer sehr schönen Landschaft liegt und von wo aus man unvergessliche Blicke auf Amalfi und Atrani hat. In dieser Gegend gibt es viele nette Picknickplätze mit herrlichen Ausblicken. Danach kommen Sie nach Pontone und wandern durch das Tal „Valle dei Mulini“, das Tal der Windmühlen, in dem noch die Ruinen von Europas ältesten Papiermühlen stehen, die auf das 11. Jh. zurückgehen. Der einfache Weg geht an einem Fluss entlang, in einer saftgrünen fast untypischen italienischen Landschaft. Wer möchte, kann noch tiefer ins Tal eindringen. Man kommt durch eine spektakuläre, fast märchenhafte Landschaft. Hier sehen Sie einige wunderschöne Wasserfälle. Danach gehen Sie auf einem alten Maultierpfad zurück nach Amalfi. Der Pfad geht bergab und Sie kommen an beeindruckenden Ruinen, die einmal Papiermühlen waren, vorbei. Diese geben der Landschaft einen leicht mystischen Touch. Im letzten Stück ändert sich die Landschaft und man ist von Zitronenhainen und Büschen umgeben. Wenn sie in Amalfi angekommen sind, könnten Sie sich das Papiermuseum anschauen, bevor Sie ins Hotel zurückkehren. Da die Wanderung relativ kurz ist haben Sie nun genügend Zeit, um ein wenig durch Amalfi zu schlendern oder am Strand zu relaxen.

**Hotel \*\*\* - Amalfi**

*Distanz: 9-10 km ca. 4-5 Std. Gehzeit*

### Tag 3

Heute fahren Sie mit dem Bus nach Ravello, einem der exklusivsten Orte der Amalfiküste. Ravello war ein begehrter Ort für Künstler, Musiker und Reisenden aus Nordeuropa über Jahrhunderte hinweg auf Grund seiner luftigen und sonnigen Position und seiner angenehmen Atmosphäre. Boccaccio, DH Lawrence und Richard Wagner gehören zu den bedeutendsten Gästen die ihrem Zauber unterlegen waren. Ravello hat nicht nur eine sehr interessante Geschichte und viele mittelalterliche Monumente, sondern bietet auch wunderschöne Ausblicke auf die Amalfiküste. Der französische Romanautor André Gide beschrieb die Stadt einst als „näher zum Himmel als zum Meer“. Sie brüstet sich mit zwei wunderschönen Villen – der großartigen Villa Rufolo, die einst Papstresidenz und später Wohnsitz Wagners wurde und der Villa Cimbrone, eine prächtige Villa aus dem 19. Jh. mit einem großartigen Garten und spektakulären Blicken auf den Golf von Salerno. Sie haben Zeit durch den Ort zu schlendern, bevor Sie wieder hinunter an die Küste gehen. Sie kommen an dem Örtchen Castiglione vorbei, gehen durch Weinberge und Zitronenhaine und erreichen schließlich das hübsche Städtchen Atrani. Atrani gehört zu den besterhaltenen Orten der Amalfiküste und Sie haben Zeit ein wenig durch die kleinen Gässchen zu schlendern. Das letzte Stück nach Amalfi hat viele schöne Aussichtspunkte. Da die Wanderung nicht sehr lang ist haben Sie genügend Zeit durch die Stadt zu schlendern oder an den Strand zu gehen.

**Hotel \*\*\* - Amalfi**

*Distanz: 7,5 km ca. 4,5 Std. Gehzeit*

### Tag 4

Von Amalfi aus wandern Sie auf einem der ältesten Pfade der mittelalterlichen Seerepublik Amalfi, dem „Maestra dei Villaggi“, ein alter gepflasterter Maultierpfad aus dem 9.Jh. Sie kommen an den Dörfern Lone und Vettica vorbei, bevor Sie das imposante Kloster Santa Rosa erreichen. (Sie können auch den Bus nehmen und sparen so 300 Höhenmeter!) Die Wanderung geht zuerst zum kleinen Dörfchen Conca die Marini, von wo aus Sie schöne



#GeniusItaly

[genius-loci.it](http://genius-loci.it) | [www.genius-loci.it](http://www.genius-loci.it)

\*\*\*GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy\*\*\*



Blicke auf Amalfi und auf die westliche Spitze der Halbinsel haben. Danach geht es wieder hinunter an die Küste und Sie kommen an einigen hübschen Kirchen, die auf Felsen gelegen sind, vorbei. Sie gehen nun hinunter zum spektakulären Fjord mit seinem bunten Fischerdörfchen, das unter den steilen Kalksteinfelsen gelegen ist. Von hier aus steigen Sie wieder bergauf und kommen an dem Örtchen und der Kirche Sant'Elia vorbei. Danach nehmen Sie den Weg „Via dell'Amore“ ins Praia Tal. Es geht eine Weile durch Wald, Weinberge und mediterrane Buschlandschaft und dann erreichen Sie Praiano, wo Sie die nächsten zwei Nächte untergebracht sind. Es lohnt sich hinunter nach Marina di Praia, dem kleinen pittoresken Hafen von Praiano, zu gehen.

#### **Hotel \*\*\*- Praiano**

*Distanz: 10 (13) km ca. 5 (6) Std. Gehzeit*

#### **Tag 5**

Von Ihrem Hotel aus gehen Sie durch die Gassen von Praiano, und dann bergauf zur kleinen Kirche Santa Maria di Costantinopoli. Danach gehen Sie auf einem bequemen Weg oberhalb des Dorfes in das Praia Tal, ein wunderschönes grünes Tal mit vielen Weinhängen. Sie steigen zur kleinen Kirche Sant'Alfonso hinauf und von hier aus können Sie die beeindruckende Grotte Santa Barbara sehen. Ein weiteres kleines Stück bringt Sie auf den berühmten Sentiero degli Dei „Weg der Götter“, eine Wanderung mit atemberaubenden Blicken. Nach einem sehr schönen Abschnitt mit herrlichen Blicken auf die gesamte Amalfiküste und Capri, gehen Sie auf einem langen Treppenweg wieder hinunter nach Praiano. Wer möchte und noch Energie hat, sollte einen kleinen Abstecher zur Bucht Cacitella machen, sehr empfehlenswert.

#### **Hotel \*\*\* - Praiano**

*Distanz: 11 km ca. 5 Std. Gehzeit*

#### **Tag 6**

Sie beginnen die Wanderung in den pittoresken weiß getünchten Gassen von Praiano. Dann folgen Sie einem mittelalterlichen Pilgerweg bergauf zum Kloster San Domenico, das in einer fantastischen Position auf einer Hügelkuppel liegt. Hier können Sie eine Pause einlegen, bevor Sie weiter bergauf steigen. Sie kommen durch eine spektakuläre Landschaft mit bizarren Felsformationen und üppiger Vegetation. Danach erreichen Sie in Kürze den berühmten Pfad Sentiero degli Dei „Weg der Götter“. Dieser Weg verdient wirklich seinen Namen! Durch eine einzigartige Landschaft mit atemberaubenden Ausblicken erreichen Sie das Örtchen Nocelle. Sie kommen durch ein weites spektakuläres Tal und erreichen schließlich Montepertuso. Nach Montepertuso ist es nur noch ein kurzes Stückchen bis nach Positano, dem schönsten Ort der Amalfiküste. Sie gehen auf einem Treppenweg hinunter. Nun haben Sie die Möglichkeit durch den Ort zu schlendern, es gibt einiges zu erkunden, oder sie können einfach am Strand relaxen, bevor Sie im Hotel einchecken.

#### **Hotel \*\*\* - Positano**

*Distanz: 9 km ca. 4,5 Std. Gehzeit*

#### **Tag 7**

Zuerst nehmen Sie den Bus nach Montepertuso, von wo aus Sie eine landschaftlich sehr schöne Wanderung beginnen, und zwar geht es durch das obere Tal von Positano. Sie folgen alten Pfaden durch den Wald mit fantastischen Ausblicken und steigen dann zur Festung Santa Maria auf, die zur Verteidigung des schmalen Tals zwischen Amalfi und der Sorrentiner Halbinsel diente. Von hier aus kann man sowohl den Golf von Salerno als auch den Golf von Neapel bewundern. Danach geht es bergab durch eine parkähnliche Landschaft zur „Caserma Forestale“ – dem Forstamt. Wer möchte kann zum Monte Sant'Angelo, dem höchsten Berg der Halbinsel, hochsteigen. Es ist ein sehr anstrengender aber lohnender Anstieg. Die Standardwanderung geht weiter durch den Wald und dann zick zack förmig hinunter nach Montepertuso. Sie kehren auf einen alten Maultierpfad zurück nach Positano.

#### **Hotel \*\*\* - Positano**

*Distanz: 11 km ca. 4,5 Std. Gehzeit*

#### **Tag 8**

Nach dem Frühstück fahren Sie mit dem Schiff oder Bus und Zug zurück nach Neapel und nehmen den Shuttlebus zum Flughafen. Auf Nachfrage kann eine Zusatznacht in Neapel gebucht werden.



[genius-loci.it](http://genius-loci.it) | [www.genius-loci.it](http://www.genius-loci.it)

\*\*\*GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy\*\*\*



## TOUR DETAILS

### UNTERKUNFT & VERPFLEGUNG

Sie sind in hübschen familiäreren Hotels (normalerweise 3\*; 4\*, 5\* auf Nachfrage) untergebracht. Alle Zimmer haben Bad/WC.

In allen Unterkünften ist das Frühstück mit im Preis inbegriffen, das Abendessen jedoch nicht. Aber Sie haben eine große Auswahl an Restaurants in der Umgebung. Sie können auch Ihren Wirt nach einigen guten Tipps fragen bzw. in einigen Unterkünften besteht auch die Möglichkeit, zu Abend zu essen.

Lunch Pakete sind nicht mit im Preis mitinbegriffen, aber Sie können diese bei Ihrem Wirt bestellen. In einigen Dörfern gibt es kleine Lebensmittelläden und manchmal auch unterwegs Lokale zum Einkehren.

**Nacht 1 & 2 & 3:** Die ersten drei Nächte verbringen Sie in Amalfi, der historischen Hauptstadt der Amalfiküste. Alle Hotels sind zentral gelegen und in Kürze erreichen Sie den Strand und die Altstadt.

**Nacht 4 & 5:** Diese Nächte verbringen Sie im kleinen Städtchen Praiano, in einem guten 3\* Hotel. Es gibt einige kleine Strände in der Nähe, die in wenigen Minuten zu Fuß erreichbar sind. Wer noch gerne länger relaxen möchte kann hier in Praiano den Aufenthalt um 1-2 Tage verlängern.

**Nacht 6 & 7:** Die letzten Nächte verbringen Sie in dem romantischen und eleganten Ort Positano mit seinen charakteristischen Häusern, die an den steilen Berghängen erbaut sind. Sie sind in einem komfortablen 3\* Hotel untergebracht. Alle Hotels sind in Strandnähe gelegen.

### INBEGRIFFENE LEISTUNGEN:

- 3 Übernachtungen in Hotel in Amalfi \*\*\* - BB
- 2 Übernachtungen in Hotel in Praiano \*\*\* - BB
- 2 Übernachtungen in Hotel in Positano \*\*\* - BB
- Bestens ausgearbeitetes Routenbuch mit Beschreibungen der Strecken und touristischen Informationen
- Karten mit Maßstab 1 : 25.000 (oder mehr)
- 24h Telefonische Service-Hotline für die Dauer der Radreise
- Gepäcktransfer von Hotel zu Hotel
- Private Transfers wie angegeben

### NICHT INBEGRIFFENE LEISTUNGEN:

- Ortstaxe
- Visas
- Reiseversicherung
- Getränke und Speisen, die nicht im Programm aufgeführt sind
- Wahlweise Zusatzbuchungen von Touren oder Aktivitäten
- Trinkgelder
- Ausgaben persönlicher Natur



## ANKUNFT & ABREISE

**Ankunft:** Die Tour beginnt in Amalfi, wohin regelmäßig Busse und Schiffe von Salerno aus fahren. Auch von Neapel gibt es einige Busverbindungen. Im Sommer fahren zudem auch Schiffe von Neapel nach Amalfi. Es kann ein Taxi-Transfer von Neapel (Flughafen oder Bahnhof) organisiert werden oder auch von Pompei oder Castellammare, die man beide einfach mit der Circumvesuviana (lokaler Zug) von Neapel aus erreichen kann.

**Abfahrt:** Die Tour endet nach dem Frühstück am 8. Tag in Positano. Sie können mit dem Bus entweder nach Sorrento oder Amalfi /Salerno fahren, von wo aus Sie zu Ihrer nächsten Destination reisen (Neapel, Salerno oder Rom können einfach erreicht werden). Einige Taxi-Unternehmen können Sie auch direkt zu Ihrem nächsten Reiseziel bringen.

## ANFORDERUNGSPROFIL

**Leicht bis mittel (2-3):** Die meisten Wanderungen sind leicht, obwohl sie teilweise bergauf gehen und einige Wege uneben sind. An manchen Tagen sind Verlängerungen oder Abkürzungen möglich.

**Fitness:** Es ist nicht nötig, dass die Teilnehmer auf höchstem Niveau durchtrainiert sind, aber sie sollten in der Lage sein, bis zu 5 Stunden pro Tag auch unter heißer Sonne oder auf staubigen und steinigen Wegen zu wandern

## WANDERWEGE & WEGMARKIERUNGEN

Die meisten Wege sind relativ gut erhalten, aber während der Saison können einige Wege zugewachsen sein. *(Wir sind ständig in Kontakt mit den lokalen Verbänden und Gemeinden und bitten, die Wege sauber zu halten – ein Feedback Ihrerseits bezüglich der Qualität der Wege wäre uns eine große Hilfe!).*

**Wegmarkierungen:** Nur ein kleiner Teil der Wanderung ist markiert (teilweise von uns); es ist auf jeden Fall überall notwendig den Routenbeschreibungen zu folgen, die Sie zusammen mit den Karten erhalten. Mit diesem Material ist es immer möglich, die Wege zu finden. Falls Sie sich nicht sicher fühlen, können wir einen Reiseleiter für einige Wanderungen organisieren.

## TOUR VARIATIONS

### ZUSATZNÄCHTE & VERLÄNGERUNGEN

Es ist möglich, in allen Unterkünften der Tour Zusatznächte hinzubuchen. Beschreibungen für Extrawanderungen als auch Sightseeing-Möglichkeiten werden inkludiert.

Am Anfang oder Ende der Tour besteht außerdem die Möglichkeit, Neapel oder Pompei zu besuchen, oder einige Tage am Strand zu verbringen.

Die Tour kann auch einfach mit einigen Zusatznächten in Positano oder Capri verlängert werden. Es stehen einige gute Unterkünfte zur Auswahl. Details und Preise auf Nachfrage.

© Genius Loci Travel, 2017. All rights reserved.



[genius-loci.it](http://genius-loci.it) | [www.genius-loci.it](http://www.genius-loci.it)

\*\*\*GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy\*\*\*

