



Paestum & der Cilento Nationalpark

*Individuelle Radreise von den griechischen Tempeln
Paestums zu den wunderschönen Landschaften des
Cilento- Nationalparks*



REISEBESCHREIBUNG 2017

© Genius Loci Travel, 2017. All rights reserved.



BESCHREIBUNG

Die Region Kampanien ist schon seit dem Altertum als „Paradies auf Erden“ bekannt. Die Griechen haben einige ihrer eindrucksvollsten Tempel hier gebaut und unter den Römern wurde die Region als „Campania Felix“ oder als „Das glückliche Land“ bezeichnet. Während der Reise durch diese eindrucksvolle Region, wird man von den natürlichen und kulturellen Reichtümern überwältigt: von der Stadt Neapel bis zur wohlbekanntenen Amalfi-Küste, mit ihren gewaltigen Klippen und malerischen Buchten.

Aber Kampaniens tatsächliches Geheimnis liegt südlich des Salerno: der Cilento, welcher einer der größten Nationalparks Italiens und zugleich Teil des Welterbes ist. Ein Gebiet von außerordentlicher natürlicher Schönheit: kristallklares Wasser trifft auf felsige Küsten und wilde ungezähmte Wälder bedecken die hohen Berggipfel.

Diese Tour bringt Sie in das wirkliche „Herz des Cilento“, vom antiken Paestum über die eindrucksvollen Monti Alburni bis zur unberührten Küste nahe des Monte Stella. Im Landesinneren ist der Cilento größtenteils ungestört vom 21. Jahrhundert und Sie werden während ihrer Reise einigen anderen Touristen begegnen. Sie werden an weltweit bekannten Kulturstätten vorbeifahren, durch unberührte Gebiete und träumerisch schöne Küstenlandschaften. Ihre Reise wird sie über kleine Landstraßen sowohl durch raue Bergkulisse, als auch durch die attraktive Landschaft mit Weingärten und Olivenhaine.

Am Anfang Ihrer Tour werden Sie an der archäologischen Stätte von Paestum vorbeiradeln, eine echte Mozzarella-Farm besuchen und zu einige schöne Aussichtspunkten über die Küste erreichen. Sie werden durch das Tal del Flusses Calore Tal radeln, welches sich im Herzen des Cilento Nationalparks befindet. Dort werden Sie einige der schönsten mittelalterlichen Dörfer besichtigen, wo das traditionelle Leben immer noch selbstverständlich ist. Und Sie werden einige der großartigsten kulturellen Schätzen des Cilento besichtigen, wie die Höhlenkirche des Hl. Michael in Sant' Angelo a Fasanella oder die Ruinen von Roscigno Vecchia oder dem Schloss von Laurino.

Vom Landesinneren radeln Sie wieder in Richtung Küste, durch das sanft geschwungene Vorgebirge das das reizenden Dörfchen von Ceraso umgibt, wo Sie die griechische Stätte von Velia besichtigen können. Sie fahren entlang der Küste des Monte Stella, und auf der Strecke nach San Marco di Castellabate, radeln Sie an verschiedenen typisch mittelalterlichen Weilern und kleinen Fischerdörfern, wie Acciaroli und Pioppi, vorbei. Dort haben Sie Zeit um die Halbinsel Punta Licosa zu erkunden und Sie können zum mittelalterlichen Dorf von Castellabate und seinem eindrucksvollen Schloss hinaufsteigen, von wo aus sich Ihnen eine wundervolle Sicht über die Küste darbietet.

Wir sind uns sicher, dass Sie während dieser Tour den Cilento kennen und lieben lernen, indem Sie seine vielen Natur- sowie Kulturschätze entdecken. Noch mehr werden Sie überrascht sein von der Gastfreundschaft der Bewohner, die Ihnen das Gefühl geben ein willkommener Gast zu sein.



TOURENVERLAUF

Tag 1 - Individuelle Anreise nach Paestum

Individuelle Anreise zum Ausgangshotel in Paestum. Übergabe der Leihräder. Falls Sie früh ankommen, nutzen Sie die Zeit um die griechischen Tempeln zu besichtigen, oder um an den Strand radeln.

Übernachtung mit Halbpension.

Tag 2 - Paestum – Felitto (ca. 50 Km)

Falls Sie die archäologische Stätte von Paestum (UNESCO Welterbe) am vorherigen Tag noch nicht besucht haben, sollten Sie sich die Zeit nehmen bevor Sie ins Calore Tal aufbrechen. Gehen Sie sicher, dass Sie auch das Museum besuchen, um das sogenannte „Tomba del Tuffatore“ (Grab des Tauchers), ein einzigartiges Beispiel für griechische Bestattungsmalerei, zu sehen. Nach der Besichtigung werden Sie durch die Paestum-Ebene in Richtung Carpaccio fahren. Sie kommen an diversen Mozzarella-Farmen vorbei, wo Sie köstliche frische Büffelmozzarella probieren können. Nach einem ersten Anstieg nach Carpaccio, fahren Sie unterhalb der Hänge des Monte Soprano weiter zum bezaubernden Dorf Trentinara, welches eindrucksvoll auf der Spitze einer hohen, fast vertikalen Klippe liegt. Von dort aus haben Sie eine spektakuläre Aussicht über die Ebene und die Küste. Nach einer kurzen Pause für einen Tee oder einen Cappuccino, fahren Sie weiter über ruhige Straßen, die sich durch die üppig bewachsene Landschaft schlängeln, bis zum mittelalterliche Monteforte Cilento, Magliano Vetere und Magliano Nuovo. Von hier aus geht es weiter, abwärts ins Calore Tal bis Sie Ihr Agriturismo in der Nähe von Felitto erreichen.

Übernachtung mit Halbpension.

Tag 3 - Die Schlucht des Flusses Calore (ca. 40-65 Km)

Heute haben Sie die Wahl zwischen verschiedenen Rundfahrten im Gebiet des Flusses Calore. Sie können nach Castelvita radeln, um die eindrucksvollen 5km langen Kalksteinhöhlen anzuschauen. Oder Sie können die Kirche des Hl. Michael in Sant'Angelo a FasANELLA besichtigen, welche in einer Höhle gebaut wurde. Sie können durch das verlassene Dorf Roscigno Vecchia wandern, welches als „Pompeii des 20. Jahrhunderts“ bekannt ist und sein kleines Museum besichtigen. Sie können auch nach Sacco fahren, das unterhalb der hohen Steinklippen des Cervati Berge liegt, und in den spektakulären Sammaro Canyon radeln. Auf der Strecke begleiten Sie im reizvollem Wechsel Eichenwälder, Weinberge und Olivenhaine. Am Abend kehren Sie in Ihren Agriturismo zurück und genießen ein Glas kräftigen Rotwein und Köstlichkeiten der traditionellen Küche.

Übernachtung mit Halbpension.

Tag 4 - Felitto - Ceraso (ca. 60 Km)

Heute werden Sie vom Calore Tal zu einem hübschen Agriturismo in den sanft geschwungenen Hügeln oberhalb der Alentoebene, im Zentrum des Cilento radeln. Von Felitto fahren Sie zuerst in Richtung Laurino, wo Sie, während einem Bummel durch das historische Zentrum, verschiedene kleine Kirchen, alte Paläste und das Schloss bewundern können. Von hier aus führt eine ruhige Landstraße durch dichte Wälder zum kleinen Ort Campora, welcher hoch ober einer tiefen Schlucht liegt. Weiter geht es durch die Wälder nach Moio della Civitella. Dort können Sie die Überreste einer vor-griechischen befestigten Stadt sehen. Wenn Sie bis zum höchsten Punkt des Hügels fahren, erwartet Sie dort eine kleine Kirche und ein atemberaubendes Panorama über das Tal. Das ist ein idealer Ort für ein Picknick. Von Moio fahren Sie nach Vallo della Lucania, die größte Stadt



#GeniusItaly

GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy



des zentralen Cilento. Ein kleiner Umweg bringt Sie zum griechischen orthodoxen Kloster von Pattano, das eine Besichtigung wehrt ist.

Übernachtung mit Halbpension.

Tag 5 - Ceraso – San Marco di Castellabate (ca. 50 Km)

Die heutige Etappe von Ceraso zum Fischerdorf San Marco di Castellabate, führt Sie von der unberührten Cilentoküste bis zum Fuße des Monte Stella und Sie werden großartige Aussichten genießen. Von Ihrem Agriturismo fahren Sie abwärts Richtung Küste, wo Sie die Überreste von der griechischen Stadt Velia, Geburtsort der Philosophen Zeno und Parmenides, und Ursprung einer von Europas ältesten Schulen, besichtigen werden. Sie radeln dann durch die Ebene des Alento Flusses nach Marina di Casalvelino. Von hier an folgen Sie der Küstenstraße durch die entzückenden am Meer gelegenen Fischerdörfer Pioppi, das Zuhause des amerikanischen Doktors Ancel Keys Vater der sogenannten „Mediterranean Diet“, und Acciaroli, wo Ernest Hemingway einst seine Ferien verbracht hat. Sie können anhalten um sich im Meer zu erfrischen und am Sandstrand mittagessen. Von Ogliastro Marina können Sie die Halbinsel Punta Licosa mit ihren fratzenhaften, gekrümmten Kieferbäumen erkunden, bevor Sie in Ihr Hotel in San Marco di Castellabate einchecken. Die fitteren Radfahrer können sich für einen Umweg durch die Weiler Celso und Galdo entscheiden. Die Weiler liegen schön in den Hügeln unter dem Monte Stella. Nach einer erfrischenden Dusche am Abend haben Sie Zeit für einen Bummel durch das kleine Dorf San Marco um ein nettes Restaurant fürs Abendessen zu finden. Übernachtung mit Frühstück (Abendessen in Eigenregie).

Tag 6 - San Marco di Castellabate – Paestum (ca. 30 Km)

Heute bringt Sie eine kurze Tour zurück nach Paestum. Erst besichtigen Sie das mittelalterliche Dorf von Castellabate, welches auf einem Hügel etwas im Landesinneren liegt. Von hier haben Sie einen wunderschönen Ausblick auf die Küste. Nehmen Sie sich die Zeit das gut erhaltene historische Zentrum der kleinen Stadt zu betrachten. Sie fahren weiter zum Weiler San Pietro wo Sie eine ruhige Landstraße zur herrlichen Bucht Trentova in der Nähe von Agropoli führt. Hier können Sie einen kurzen Spaziergang auf den Wegen die Sie durch wohlriechende, maquis' hoch über dem kristallklaren See von Punta Tresino führen. Ihr nächster Halt ist die Stadt Agropoli, wo die sehenswerte Akropolis mit seinen antiken Stadttoren und imposanten Überresten vom Schloss steht. Nach einer Tasse Kaffee fahren Sie zurück nach Paestum, wo Sie, nach einer schönen warmen Dusche im Hotel, ein Aperitif mit Aussicht auf die griechischen Tempel genießen können. Zum Abendessen können Sie eines der Restaurants nahe der griechischen Tempel wählen. Übernachtung mit Frühstück (Abendessen in Eigenregie).

Tag 7 – Individuelle Abreise

Individuelle Abreise oder Möglichkeit zur Verlängerung am Adriatischen Meer.



TOUR DETAILS



#GeniusItaly

GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy



STRECKENCHARAKTER

Es ist eine mittelschwere Radreise, welche angemessen ist für diejenigen die schon einige Erfahrungen mit Radreisen haben und eine gute körperliche Kondition. Auf einigen der Strecken im Landesinneren könnten Sie auf einige längere Anstiege treffen. Die durchschnittliche Dauer der Radstrecke pro Tag beträgt ungefähr 3-5 Stunden.

Alle Straßen sind gut asphaltierten und meistens verkehrsarm, außer für einige Zeiträume im Sommer und an Feriertagen in der Nähe der Küste.

UNTERKUNFT & VERPFLEGUNG

Sie sind in hübschen „Agriturismo“ oder kleinen familiäreren Hotels untergebracht. Alle Zimmer haben Bad/WC.

Fast alle Abendessen sind mit im Preis inbegriffen, außer an den letzten zwei Tagen. An den letzten zwei Abenden *haben eine gute Auswahl an Restaurants in San Marco di Castellabate und Paestum.*

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.

Night 1: Die erste Nacht sind Sie in einem hübschen 3-Stene Hotel untergebracht, ganz in der Nähe der archäologischen Ausgrabungsstätte von Paestum. Das Hotel befindet sich in einem atemberaubenden mediterranen Garten. Auch ein Swimmingpool ist verfügbar.

Nights 2 & 3: Die nächsten zwei Nächte verbringen Sie in einem Agriturismo in der Nähe von Felitto. Zum Abendessen werden lokalen Spezialitäten serviert.

Night 4: Diese Nacht verbringen Sie in einem Agriturismo im Herzen des Cilento, in der Nähe von Ceraso. Nach dem Radfahren können Sie sich am Swimmingpool des Agriturismo entspannen.

Night 5: Die fünfte Nacht verbringen Sie in einem sehr schönen Hotel in dem Fischerdorf San Marco di Castellabate. Der kleine Hafen und einige schöne Strände sind nur einen kurzen Spaziergang entfernt.

Night 6: Die letzte Nacht werden Sie wieder in Paestum übernachten.

BITTE BEACHTEN SIE

Die Hotelwahl hängt von der Verfügbarkeit der Zimmer ab. Sollten keine Zimmer mehr verfügbar sein, kann der Veranstalter Ihnen ein anderes aber gleichwertiges Hotel anbieten (oder auch einen Upgrade – mit einem Preiszuschlag). Sollten Sie einen Upgrade von sich aus wünschen, dann versuchen wir dies zu ermöglichen.



#GeniusItaly

GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy



Inbegriffene Leistungen:

- Übernachtung in Hotels der 3***Sterne-Kategorie und in Agriturismi , jeweils in Zimmern mit Bad/Dusche und WC
- Frühstücksbuffet oder erweitertes Frühstück
- 4 Abendessen
- Transfer von Bahnhof in Paestum zum ersten Hotel *
- Welcome briefing
- Gepäcktransfer von Hotel zu Hotel
- Bestens ausgearbeitete Routenführung
- Ausführliche Reiseunterlagen in englischer Sprache (Streckenkarten, Streckenbeschreibung, Sehenswürdigkeiten, wichtige Telefonnummern)
- Telefonische Service-Hotline für die Dauer der Radreise

Nicht inbegriffen:

- Departure taxes & Visas
- Travel Insurance
- Drinks and meals not mentioned in the itinerary
- Optional additional tours or activities
- Tourist tax
- Tips
- Items of personal nature
- Bicycle rental (available on request)

ANKUNFT & ABREISE

Sie reisen selbständig in Neapel (Salerno) an. Von dort erreichen Sie mit dem Zug recht einfach Paestum, dem Ausgangsort Ihrer Radtour. Falls Sie mit dem eigenen Auto anreisen sollten: folgen Sie der Beschilderung Paestum (s.u.). Im ersten Hotel können Sie Ihr Auto parken.

ZUSATZNÄCHTE

Es ist möglich in allen Unterkünften der Tour Zusatznächte anzuhängen.

© Genius Loci Travel, 2017. All rights reserved.



#GeniusItaly

GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy

