



AMALFI & SORRENT

Trekkingtour hoch über der Amalfiküste

*Auf dem 'Höhenweg der Monti Lattari' von Cava dei Tirreni bis
zum Ende der Halbinsel von Sorrent*



REISEBESCHREIBUNG 2023

© Genius Loci Travel. Alle Rechte vorbehalten.

#GeniusItaly



booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - THE REAL SPIRIT OF ITALY



KURZBESCHREIBUNG

Der Fernwanderweg **Alta Via dei Monti Lattari** verläuft hoch über der berühmten Amalfiküste und eröffnet eine einmalige Perspektive auf den wohl schönsten Küstenabschnitt Italiens. Die Route verläuft fast parallel zum Bergkamm der Monti Lattari, das natürliche Rückgrat der Halbinsel von Sorrent.

Die Amalfiküste bietet eine faszinierende Vielfalt aus malerischen Küstenorten, erhabenen Bergen, reicher Kultur und zauberhafter Naturlandschaft. Diese präsentiert sich vielseitig – einmal typisch mediterran mit Wildkräutern, Myrte-Sträuchern, Thymian, Rosmarin und Wilder Pistazie, dann mit ihrem alpinen Bergpanorama aus dichten Buchenwäldern, kahlen Felsen und grünen Bergwiesen. Dies ist die atemberaubende Szenerie, die Sie während Ihrer Trekkingtour entdecken werden.

Die **Alta Via**, vergleichbar mit dem GR20 auf Korsika, ist ein absolutes Muss für jeden begeisterten Wanderer. Die Hauptroute führt uns von Cava dei Tirreni ganz im Osten bis zum äussersten Punkt der Halbinsel von Sorrent. Wir wandern daher hauptsächlich durch eine authentische Berglandschaft (mit stellenweise Abstiegsmöglichkeit ins Tal), vorbei an abenteuerlichen Schluchten, durch Kastanienwälder und attraktive Landstriche mit terrassenartigen Zitronenhainen und Weinbergen. Auf unserem Weg zwischen Bergen und Meer begleitet uns stets ein überwältigendes Panorama auf die Amalfiküste, den Golf von Neapel und den Golf von Salerno. Wir kommen durch kleine Dörfer, Weinberge, Olivenhaine und mediterrane Wälder. Dabei kreuzen ländliche Kapellen, alte Schlossruinen, urige Bauernhäuser und treffen auf unserem Wanderweg ab und an auf eine Ziegenherde.

Wir erklimmen den höchsten Gipfel der Halbinsel von Sorrent und wandern auf den noch versteckten und unbekanntem Wanderwegen der Amalfiküste, auf denen uns kaum andere Touristen begegnen werden! Wir werden herausfinden, warum die Amalfiküste die berühmteste Küste Italiens ist, und uns gleichzeitig inmitten der Natur und fernab des Trubels der mondänen Touristenorte Schritt für Schritt entspannen.

Neben der **Alta Via** ist die Amalfiküste mit unzähligen Wanderwegen wie dem berühmten ‘Sentiero degli Dei’ (Götterweg) und der antiken ‘Via Maestra dei Villaggi’, der ehemaligen Hauptstraße der Seerepublik Amalfi, mittlerweile eine beliebte Wanderregion. Vor oder nach der Tour bieten wir Ihnen daher die Möglichkeit einer Reiseverlängerung, um auch diese Wanderwege sowie die berühmten Küstenorte Amalfi, Ravello, Positano, Sorrento und die Insel Capri zu entdecken.



Bitte beachten Sie: Der Höhenweg ist eine moderate bis anspruchsvolle Wandertour, die nur für erfahrene Wanderer mit einer allgemein guten Kondition geeignet ist. Die meisten Wanderwege sind gut erhalten, jedoch gibt es steile und felsige Abschnitte. Durchschnittliche Gehzeit: ca. 5-6 Std pro Tag.

#GeniusItaly



booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - THE REAL SPIRIT OF ITALY



REISEVERLAUF

Tag 1 - Anreise

Ankunft in Neapel/Salerno und Transfer ins Hotel im kleinen Ort Corpo di Cava, oberhalb des wunderschönen Städtchens Vietri sul Mare, bekannt für seine traditionelle Keramikunst. Am Spätnachmittag treffen wir uns mit unserem Wanderführer, der uns das Programm der Wanderwoche präsentiert. Danach machen wir ggfs. noch einen kurzen Spaziergang durch die Gässchen von Corpo di Cava hinunter zur beeindruckenden Abtei ‚Badia di Cava‘, einer der eindrucksvollsten Bauwerke Süditaliens. Anschließend gemeinsames Abendessen im hoteleigenen Restaurant.

Hotel ** - Cava de' Tirreni**

Tag 2 – Corpo di Cava - Avvocata

Die erste Etappe auf der ‚Alta Via dei Monti Lattari‘ führt uns von unserem Hotel zur Wallfahrtskirche ‚Madonna dell'Avvocata‘, die auf einer spektakulären Panoramaplatzform hoch über der Amalfiküste liegt. Von der Benediktinerabtei Corpo di Cava wandern wir auf einem bekannten Pilgerweg durch den Kastanienwald zur kleinen Lichtung der ‚Cappella Vecchia‘. Von hier aus genießen wir eine wundervolle Aussicht auf Vietri sul Mare, Salerno und auf den westlichen Bergkamm des Monte Avvocata. Ein einfacher Pfad führt uns dann durch die Macchia und den Wald bis zur Wallfahrtskirche des Avvocata. Das Panorama reicht von hier aus bis nach Paestum und Kalabrien im Süden sowie auf die Amalfiküste mit Ravello und Conca dei Marini. Zweifellos befinden wir uns an einem der schönsten und bei den meisten Touristen noch unbekanntesten Panoramapunkte der Amalfiküste! Nach der Besichtigung der Kirche wandern wir schließlich zurück nach Corpo di Cava.

Entfernung: 15/20 km – Höhenunterschied: +800/1150 m / - 800/950 m – Gehzeit: ca. 5,5-7 Std.

Hotel ** - Cava de' Tirreni - HP**

Tag 3 – Valico di Chiunzi - Agerola

Ein kurzer Transfer bringt uns früh am Morgen nach Valico di Chiunzi, einem kleinen Gebirgspass auf dem Bergkamm der Monti Lattari zwischen dem Vesuv und Neapel sowie Tramonti und der Amalfiküste. Wir starten hoch über dem Tal von Tramonti in südwestlicher Richtung, mit der gesamten Ebene von Neapel und dem Vesuv zu unseren Füßen. Im Laufe des Vormittags erklimmen wir den ersten Gipfel auf unserer Route, den Monte Cerreto, der zweithöchste Gipfel der Gegend (1313 m). Von hier aus haben wir eine wundervolle Aussicht auf die Amalfiküste und Ravello auf der einen, sowie dem Vesuv und Neapel auf der anderen Seite. Nach einer kleinen Pause geht es zunächst steil bergab bis der Weg dann ebener wird und wir für einige Stunden entspannt durch die Hochebene wandern. Der letzte Wegabschnitt bringt uns dann hinunter ins ländliche Dorf San Lazzaro auf der Hochebene von Agerola. Es lohnt sich der kleine Abstecher zum Schloss und zu einem traumhaften Aussichtspunkt auf die gesamte Amalfiküste. Für ehrgeizige Wanderer ist eine kleine Zusatzwanderung zur Ruine des Konvents von Cospiti ein absolutes Muss. Das Kloster wurde vermutlich vom Hl. Franziskus gegründet und befindet sich in einer atemberaubenden Lage. Am Abend genießen wir regionale Spezialitäten in einem der ältesten (und besten) Agriturismen Agerolas.

Entfernung: 16 km – Höhenunterschied: +/- 650 m – Gehzeit: 6 Std.

Agriturismo – Agerola - HP

Tag 4 – Agerola – Monte Faito

Heute geht es von Agerola aus hinauf in die höchsten Berge der Sorrento Halbinsel. Das Zentralmassiv Monte Sant'Angelo a Tre Pizzi (Berg mit den drei Gipfeln) bietet eine beeindruckende Szenerie aus steilen Klippen, Grotten und dichten Buchenwäldern. Wir steigen zunächst erneut auf den Bergkamm und umrunden dann, auf leichten Pfaden durch die Kastanienwälder, das gesamte Tal von Agerola. Hoch oben auf dem Bergkamms bietet sich uns eine traumhafte Aussicht auf den Golf von Neapel und den Vesuv. Auf dem Höhenweg geht es weiter durch die höchsten Berge der Gegend. Wir folgen einem spektakulären Pfad entlang der nördlichen Felsen des Monte Sant'Angelo und beginnen dann unseren sportlichen Aufstieg zur kleinen Kirche von San Michele, am Rande

#GeniusItaly



booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - THE REAL SPIRIT OF ITALY



der Hochebene des Monte Faito. Der Name ‚Faito‘ geht auf die weitreichenden Buchenwälder des Gebirges zurück. Dieses Gebiet ist ebenso bekannt für seine ‚neviere‘, in denen Schnee gelagert wurde, um den Hof in Neapel während des Sommers mit Eissorbet zu beliefern. Wir folgen dem Rand des Plateaus hinunter zum sogenannten ‚Belvedere‘. Der Blick über den Golf von Neapel ist einfach phänomenal! Hier übernachteten wir in einem komfortablen Berggasthaus und lassen den Tag bei einem gemütlichen Abendessen ausklingen.

Entfernung: 14 km – Höhenunterschied: + 600 m/- 300m – Gehzeit: ca. 5 Std.

Hotel Sant’Angelo * - Monte Faito (Vico Equense) - HP**

Tag 5 – Monte Faito - Monte San Michele - Santa Maria al Castello

Von der Ebene des Monte Faito wandern wir heute hinauf in die Berge hoch über Positano. Hierzu folgen wir entweder der ‚Alta Via‘ oder wandern eine Teilstrecke auf dem berühmten ‚Sentiero degli Dei‘. Auf dem Höhenweg steigen wir heute auf den höchsten Berg der Gegend, den Monte San Michele (1444 m und nur ca. 1,6 km vom Meeresufer entfernt!). Wir wandern zunächst entspannt durch die Buchenwälder und beginnen dann unseren Aufstieg zum Gipfel. Nach einer ausgiebigen Pause zum Genießen der Aussicht und unseres Mittagspicknicks geht es auf einem der reizvollsten Wanderpfade der Gegend nach Westen mit weitreichendem Panorama auf den Cilento Nationalpark, Capri und den Golf von Neapel. Wir steigen dann in ein bewaldetes Gebiet hinab, wo sich uns eine parkähnliche Landschaft aus Zypressen und Olivenhainen bietet. Ein wunderschöner und leichter Wegabschnitt führt uns dann zu unserem Agriturismo in Santa Maria al Castello, der alten Festung zur Verteidigung des schmalen Tals zwischen der Amalfi-Seite und der Sorrent-Seite der Halbinsel. Von hier aus können wir den Golf von Salerno und den Golf von Neapel gleichzeitig bewundern. Ein kurzer Spaziergang führt uns am Ende der Wanderung zu einem der eindrucksvollsten Panoramapunkte der Gegend: Hier liegt Positano buchstäblich zu unseren Füßen! In unserem Agriturismo erwartet uns dann ein köstliches, regionaltypisches Abendessen.

Entfernung: 12 km – Höhenunterschied: + 500 m/- 850 m – Gehzeit: ca. 5 Std.

Agriturismo - Santa Maria al Castello (Vico Equense) - HP

Tag 6 – Santa Maria al Castello - Sant’Agata sui Due Golfi

Von unserem Agriturismo wandern wir die erste, leichte Teilstrecke entlang des Randes des Bergplateaus oberhalb von Positano hinauf auf die Hochebene des Monte Comune, eine sattgrüne und mit wilden Orchideen gespickte Bergweide. Dann geht es weiter zum Kreuz des Monte Vico Alvano, von wo aus wir den langen Abstieg nach Colli di San Pietro und Colli di Fontanelle beginnen. Wir folgen einem schmalen Pfad, der an der Südseite des Bergkamms inmitten der bunten und herrlich duftenden mediterranen Kräuter verläuft. Wir wandern parallel zur Küstenlinie mit spektakulärer Sicht auf die ‚Inseln der Sirenen‘. Nach einem steilen Abstieg geht es weiter durch die Olivenhaine in die kleinen Dörfer Monticelli und Torca. Auf gut erhaltenen Wegen erreichen wir schließlich unseren idyllischen, inmitten von Obstgärten gelegenen Agriturismo. Am Abend genießen wir ein Abendessen aus biologischen Köstlichkeiten.

Entfernung: 15 km – Höhenunterschied: + 300 m/- 450 m – Gehzeit: ca. 6 Std.

Agriturismo - Sant’Agata sui Due Golfi - HP

Tag 7 – Sant’Agata sui Due Golfi - Punta Campanella

Auf einer Rundwanderung über den Bergkamm, der den Golf von Neapel und den Golf von Salerno trennt, entdecken wir vielfältige Landschaften und reizvolle Ortschaften. Durch Kiefernwälder, Olivenhaine und Obstgärten wandern wir hinunter zur malerischen, kleinen Bucht Marina di Crapolla (hier soll der Hl. Petrus auf seinem Weg nach Rom an Land gegangen sein). Dann geht es auf gut ausgebauten Wegen weiter ins entzückende Küstendorf Marina del Cantone auf der Südseite der Sorrento Halbinsel. Die Landschaft ist spektakulär: Wir wandern durch wunderschöne Landstriche aus Olivenhainen und Trockensteinmauern und haben dabei das Meer immer im Blick. Im Laufe des Vormittags erreichen wir die Bucht von Recommone, ein perfekter Ort für ein Bad im Meer! Über die felsige Landzunge, vorbei an den Ruinen eines mittelalterlichen Wachturms, führt uns die Route weiter in das Küstendorf Marina del Cantone. Über eine mittelalterliche Treppe gelangen wir in den kleinen Ort Nerano und von dort hoch zur Kirche von San Costanzo. Hier erwartet uns ein 360-Grad-Panorama über den Golf

#GeniusItaly



booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - THE REAL SPIRIT OF ITALY



von Neapel und die Amalfiküste. Auf einem spektakulären Wanderpfad entlang der eindrucksvollen Klippen der Landzunge gelangen wir schließlich zum äußersten Ende der Halbinsel, wo der Legende nach Odysseus einen Tempel zu Ehren Athenas errichtete. Der Pfad bietet stellenweise kleinere Herausforderungen, ist insgesamt jedoch gut zu bewältigen. Der Rückweg von Punta Campanella bis ins kleine Örtchen Termini erfolgt auf der alten, römischen ‚Via Minerva‘ mit herrlichem Blick auf Capri und mehrere, mittelalterliche Wachtürme, die einst zur Verteidigung der Küste dienten. In Termini haben wir noch Zeit für ein gemeinsames Getränk an der Piazzetta, bevor wir dann mit unserem Privatbus wieder zurück nach Sant’Agata sui Due Golfi fahren. Bei einem letzten gemeinsamen Abendessen lassen wir unsere Wanderwoche auf der ‚Alta Via‘ Revue passieren.

Entfernung: 13,5 km – Höhenunterschied: + 800 m/- 950 m (bis Termini) – Gehzeit: ca. 6 Std.

Agriturismo - Sant’Agata sui Due Golfi – HP

Tag 8 - Abreise

Nach dem Frühstück bringt uns unser Transfer zurück zum Flughafen Neapel. Auf Anfrage: Buchung zusätzlicher Übernachtungen in einem Hotel im Stadtzentrum von Neapel oder Umgebung.



TOUR DETAILS

UNTERKUNFT & VERPFLEGUNG

Die Unterkunft erfolgt in 3- bzw. 4-Sterne-Hotels und komfortablen Agriturismen. Alle Zimmer verfügen über eigenes Bad/WC. In allen Unterkünften ist das Abendessen im Preis inbegriffen.

Lunchpakete sind nicht im Preis enthalten, wir können diese jedoch in unseren Unterkünften auf Anfrage bestellen oder unterwegs Proviant einkaufen. Je nach Etappe können wir auch in einem Restaurant unterwegs zum Mittagessen einkehren.

Nacht 1 & 2: Die ersten beiden Nächte verbringen wir in einem komfortablen 4-Sterne-Hotel im kleinen Ort Corpo di Cava, oberhalb der Stadt Cava dei Tirreni. Vom Hotel führt ein kurzer Fußweg zur historischen Benediktinerabtei.

Nacht 3: Wir übernachten in einem wunderschön gelegenen, familiengeführten Agriturismo im kleinen Ort San Lazzaro auf der Hochebene von Agerola. Das Abendessen wird aus lokalen Produkten zubereitet.

Nacht 4: Wir haben eine Nacht Aufenthalt im schönen, komfortablen Hotel auf dem Monte Faito nahe dem atemberaubenden ‚Belvedere‘ mit Aussicht auf den gesamten Golf von Neapel.

#GeniusItaly



booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - THE REAL SPIRIT OF ITALY



Nacht 5: Wir sind erneut in einem gemütlichen Agriturismo untergebracht, dieses Mal im kleinen Ort Santa Maria al Castello, von wo aus wir den Golf von Neapel, Positano und die Amalfiküste überblicken können.

Nächte 6 & 7: Die letzten beiden Nächte verbringen wir in einem idyllischen Agriturismo in Sant'Agata sui Due Golfi, das auf der Hochebene zwischen dem Golf von Neapel, dem Golf von Salerno und der Amalfiküste liegt.

ANFORDERUNGSPROFIL

Moderat bis anspruchsvoll (4): Hauptsächlich moderate Wanderungen auf gut erhaltenen Wegen. Einige steile Auf- und Abstiege und teilweise unebene Wege. An manchen Tagen sind Verlängerungen oder Abkürzungen möglich.

Fitness: Ein hohes Maß an Fitness und Kondition ist erforderlich. Sie sollten in der Lage sein ca. 7-8 Stunden pro Tag auch bei hoher Sonneneinstrahlung oder auf staubigen und steinigem Wegen zu wandern.

WANDERWEGE & WEGMARKIERUNGEN

Die meisten Wege sind recht gut erhalten, jedoch können einige während der Saison zugewachsen sein, vor allem die weniger genutzten Wanderpfade. Unsere Wanderführer überprüfen den Zustand der Wanderwege regelmäßig vor jedem Tourstart. Wir stehen in ständigem Kontakt mit den örtlichen Behörden, um die Wege sauber zu halten – ein Feedback Ihrerseits bezüglich des Zustands der Wanderwege wäre uns eine große Hilfe!

LEISTUNGEN

- Deutschsprachiger Wanderführer für die Gesamtdauer der Tour
- 2 Übernachtungen in Cava de' Tirreni - Hotel **** - HP
- 1 Übernachtung in Agerola - Agriturismo - HP
- 1 Übernachtung auf dem Monte Faito - Hotel *** - HP
- 1 Übernachtung in Santa Maria al Castello - Agriturismo - HP
- 2 Übernachtungen in Sant'Agata sui Due Golfi - Agriturismo - HP
- Verpflegung: 7 x Frühstück, 7 x Abendessen
- Ausführliche Reisebeschreibung inkl. Informationen zu Route und Anreise
- Eintrittsgelder für Sehenswürdigkeiten unterwegs
- Private Transfers wie angegeben
- Gepäcktransfer
- Trinkgelder für Gepäckdienst, Portiers & Hoteldienstleistungen

NICHT IM PREIS ENTHALTEN

- Visa & Reiseversicherung
- Kurtaxe
- Getränke und Speisen, die nicht im Reiseprogramm aufgeführt sind
- Trinkgelder
- Ausgaben persönlicher Natur

#GeniusItaly



booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - THE REAL SPIRIT OF ITALY



ANKUNFT & ABREISE

Ankunft: Die Tour beginnt in Salerno. Regelmässige Züge verkehren zwischen Salerno und den meisten größeren italienischen Städten (Neapel, Rom, Mailand).

Abreise: Die Tour endet in Sant'Agata sui Due Golfi. Ein regelmässig verkehrender Busservice bringt Sie nach Sorrent/Neapel, von wo aus Sie zu Ihrem nächsten Reiseziel gelangen. Reiseverlängerung und Taxidienste auf Anfrage verfügbar.



REISEVARIANTEN

MASSGESCHNEIDERTE WANDERTOUREN

Diese Wanderreise sowie viele unserer Touren können in private [massgeschneiderte Gruppenreisen](#) umgewandelt werden. Wir haben ein offenes Ohr für Ihre Wünsche und erstellen Ihnen gerne ein ganz persönliches Angebot.

Dabei bestimmen Sie das Programm, den Reisezeitraum und natürlich auch Ihre Mitreisenden!

VERLÄNGERUNGEN

Es ist möglich, zu Beginn oder am Ende der Tour zusätzliche Übernachtungen an der Amalfiküste (u.a. in Amalfi, Positano, Ravello), Neapel, Salerno oder auf der Insel Capri zu buchen. Wir informieren Sie gerne über zusätzliche Wanderrouten oder Besichtigungsvorschläge.

Ebenso können Sie die Tour mit [unseren individuellen Wanderreisen](#) in Sorrent, auf den Inseln im Golf von Neapel oder an der Amalfiküste kombinieren. Alle Infos auf

KÜRZERE VARIANTE

Wir bieten auch eine [kürzere Version](#) dieser Tour an (auf Anfrage mit Wanderführer), die die besten Wanderungen auf dem Höhenweg der Monti Lattari in nur 5 Tagen (mit möglichen Verlängerungen) zusammenfasst.

INDIVIDUELLE WANDERTOUREN

Sie können diese Tour auch als individuelle Wandertour ohne Wanderführer und dafür mit unserer ausführlichen Routenbeschreibung & Wanderkarten machen: [Amalfi & Sorrent – Auf dem Höhenweg der Monti Lattari](#) .

© Genius Loci Travel. Alle Rechte vorbehalten.



#GeniusItaly

booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - THE REAL SPIRIT OF ITALY

