

Escursioni

POSITANO





- 3 I CAMPI FLEGREI
CUMA
BAIA
POZZUOLI
LA SOLFATARA
- 4 LA REGGIA DI CASERTA
CAPUA
SANT'ANGELO IN FORMIS
CASERTA VECCHIA
- 5 NAPOLI
- 6 SPACCANAPOLI
- 7 ERCOLANO
- 8 VESUVIO
- 9 POMPEI
OPLONTIS (TORRE ANNUNZIATA)
- 10 SORRENTO
- 11 CAPRI
- 12 COSTIERA AMALFITANA
- 13 POSITANO
- 14 AMALFI
- 15 ATRANI
- 16 RAVELLO
- 17 PAESTUM
- 18 LA CERTOSA DI PADULA
LE CAVERNE DI PERTOSA E CASTELCIVITA
SALERNO



I CAMPI FLEGREI

2 ore da Positano

Tempo stimato per la visita: 1 giornata.

CUMA

L'insediamento greco più importante e antico d'Italia. Di particolare interesse sono le **rovine dell'Acropoli**, **l'Antro della Sibilla**, le **Caverne di Cocceio** e il **Tempio di Giove**.

BAIA

Località di villeggiatura dell'élite romana antica, offre meravigliose Terme.

POZZUOLI

Tra i suoi resti antichi, un grande **anfiteatro**, il **Tempio di Serapide** e il **Tempio di Augusto**, attuale **Cattedrale cattolica romana**.

LA SOLFATARA

La Solfatara è un'area dove si possono osservare straordinari fenomeni di **attività vulcanica**.



LA REGGIA DI CASERTA

2 ore da Positano.

Tempo stimato per la visita: minimo 2 ore

- Il **Palazzo Reale di Caserta**, fu costruito su disegno del Vanvitelli nel 1752 da Carlo III di Borbone. Si sviluppa attorno a quattro cortili interni, ed è uno dei più belli d'Italia. All'interno, affreschi e mobili d'epoca testimoniano gli antichi fasti. Ma ancora più importanti sono i giardini della Reggia, progettati sempre da Vanvitelli sullo stile di quelli di Versailles o delle Tuilleries. Si estendono lungo un viale perpendicolare all'ingresso della reggia, al centro del quale scorre una cascata d'acqua che forma delle grandi vasche e dei salti d'acqua ornati da statue barocche monumentali, per una lunghezza totale di tre chilometri. Ai lati, giardini a tema tra cui il famoso Giardino Inglese.

CAPUA

30 minuti da Caserta.

Tempo stimato per la visita: 2 ore

- Le rovine comprendono un interessante **anfiteatro romano**, somigliante, in piccolo al Colosseo di Roma. Il **Museo Provinciale** contiene reperti archeologici provenienti da un sito pre-romano vicino a Capua, un'importante biblioteca ed una **pinacoteca** con pitture del 15° e 16° secolo.

SANT'ANGELO IN FORMIS

30 minuti da Capua

Tempo stimato per la visita: 30 minuti.

Questa **basilica benedettina**, costruita nell'XI secolo dall'Abate Desiderio che veniva da Monte Cassino, sulle rovine di una chiesa pre-esistente, resta tra le più importanti del Sud Italia. Contiene una serie di affreschi in stile bizantino ed è decorata maestosamente con colonne di marmo e capitelli.

CASERTA VECCHIA

Sulla strada del ritorno verso Positano, 45 minuti da Capua.

Tempo stimato per la visita: 1 ora.

Caserta Vecchia è un piccolo e pittoresco **paese medievale** che si svolge attorno ad una bellissima **cattedrale gotica del XII secolo**, un'interessante architettura che fonde influenze romaniche, arabe e normanne.



NAPOLI

1 1/2 ora da Positano.

Tempo stimato per la visita: almeno 1 giornata

- **Museo archeologico nazionale**

Aperto dalle 9 alle 20 – Chiuso il martedì (*informazioni indicative, da confermare con il concierge*)

Tempo stimato per la visita: 2 ore.

La collezione è composta da importanti sculture classiche Greche e Romane provenienti dalla famiglia Farnese, accanto a reperti rinvenuti negli scavi di Pompei ed Ercolano. Tra questi ci sono dei mosaici straordinari e degli affreschi meravigliosi.

- **Museo di Capodimonte**

Aperto dalle 8.30 alle 19.30 – Chiuso il lunedì (*informazioni indicative, da confermare con il concierge*)

Tempo stimato per la visita: 2 ore

La Reggia di Capodimonte, magnifica villa settecentesca al centro di un grande parco, è stata interamente restaurata e adibita a museo. Contiene una pinacoteca di quadri antichi tra le più importanti al mondo. Al suo interno, la collezione Farnese contava alla fine del settecento oltre 1700 dipinti, insieme ad una selezione di arti decorative altrettanto imponente e inestimabile. Nel corso dell'ottocento il Museo si arricchisce ancora: con la sua raccolta di capolavori italiani e stranieri, è tra le più importanti pinacoteche italiane se non europee. Sede di mostre a tema di grande spessore: chiedere al concierge.

- **Museo Duca di Martina alla villa Floridiana**

Aperto dalle 9 alle 14 – Chiuso il lunedì (*informazioni indicative, da confermare con il concierge*)

Tempo stimato per la visita: 1 ora.

La raffinata dimora neoclassica della seconda moglie di Ferdinando IV di Borbone, Lucia Migliaccio duchessa di Floridia, è oggi sede di una delle più prestigiose raccolte di arte decorativa europea ed orientale. Appartenuta a Placido di Sangro, duca di Martina, la collezione comprende circa seimila oggetti di arredo, "galanterie", documenti di vita quotidiana: vetri, avori, ambre, lacche, coralli, tartarughe, smalti ma soprattutto porcellane e maioliche.

Per ulteriori informazioni sui musei di Napoli consultare il sito: www.musis.it, o rivolgersi al concierge.



SPACCANAPOLI

1 1/2 ora da Positano.

Tempo stimato per la visita: almeno 1 giornata

Napoli è una città molto antica, capitale del Regno delle due Sicilie e del Regno di Napoli per molti secoli. Il centro storico è ricco di monumenti e chiese bellissime. Citiamo qui solo quanto è in assoluto più importante, ma c'è molto di più da vedere e consigliamo a chi fosse interessato, di rivolgersi al concierge per organizzare una buona guida con la quale andare in giro per Napoli:

- Il Chiostro della Chiesa di **Santa Chiara** con le maioliche di Capodimonte che ricoprono interamente le panche e le colonne del chiostro.
- **San Domenico Maggiore**, importante sia per il periodo barocco che gotico.
- La **Cappella di San Severo** con il famoso Cristo Velato (*chiusa il martedì*).
- **San Lorenzo Maggiore**, di cui citiamo solo la navata gotica sulla quale si aprono numerose cappelle contenenti dipinti ed opere d'arte di grande valore.
- La **Certosa di San Martino**, chiesa barocca con annesso un chiostro importante sede del Museo di San Martino (*aperto dalle 8.30 alle 19.30 – Chiuso il lunedì*) che contiene una famosa collezione di presepi napoletani, di sculture del XV e XVI secolo e di arte decorativa.

NOTA: SE VOLETE DEDICARE SOLO UNA GIORNATA ALLA VISITA DI NAPOLI, SCEGLIETE UN MUSEO E PASSATE IL RESTO DELLA GIORNATA TRA I VICOLI DI SPACCANAPOLI. SARÀ UNA GIORNATA INDIMENTICABILE. NON E' ASSOLUTAMENTE POSSIBILE VISITARE TUTTI I MUSEI E I MONUMENTI QUI DESCRITTI IN UNA GIORNATA.



ERCOLANO

1 1/2 ora da Positano.

20 minuti da Pompei.

10 minuti da Oplontis.

Tempo stimato per la visita: 2 ore.

Fondata, secondo la leggenda, da Ercole, questa città bellissima fu sepolta dal fango, come Pompei, in seguito all'eruzione del Vesuvio del 79 d.C. Oltre alle **terme** e al **teatro**, gli scavi hanno portato alla luce una serie di **villes patrizie** in ottimo stato di conservazione. In alcune restano ancora visibili **splendide colonne, affreschi e mosaici**.

La maggior parte degli oggetti, le statue classiche, gli affreschi e i mosaici ritrovati negli scavi vesuviani sono visibili nel museo archeologico di Napoli.



VESUVIO

1 1/2 ora da Positano

Durata della visita: 3 ore

Per quanti scenari e previsioni possa formulare la scienza, sarà il vulcano a decidere quando svegliarsi. Il Vesuvio è un vulcano addormentato, ma attivo. L'ultima eruzione fu nel 1947, dopo di che il fumo che da sempre fuoriusciva dal cratere, si fermò. Un'eruzione come quella che distrusse Pompei nel 79 d.C. potrebbe in verità ripetersi da un momento all'altro. Già nel 1845 Ferdinando II di Borbone fondò l'**Osservatorio Vesuviano**, per tentare di prevedere le eruzioni del vulcano. Oggi l'Osservatorio è una delle istituzioni scientifiche dedicate alla vulcanologia più avanzate del mondo. Il Vesuvio viene monitorato 24 ore su 24 da numerosi scienziati, provenienti da tutto il mondo, che osservano i movimenti della montagna ed elaborano possibili scenari futuri.

Il Vesuvio è bellissimo. E' diventato Parco Nazionale nel 1972. Una scalata alla sua cima è molto interessante. La strada carrozzabile arriva fino a 1 km dalla cima e quest'ultimo tratto bisogna farlo a piedi. Non esiste vegetazione, solo pietra lavica e sassi di pomice. Uno scenario inquietante ma affascinante. Il diametro massimo del cratere raggiunge 600 metri e affacciandosi dal bordo, si vede il "tappo" 200 metri più in basso. Si vede ancora un po' di fumo salire dalle pareti della bocca.

La vista del Golfo di Napoli, con le isole di Ischia e Procida da un lato e Capri dall'altro, è straordinaria, dalla cima del Vesuvio.



POMPEI

1 ora da Positano.

Tempo stimato per la visita: almeno 3 ore.

- Sepolta nel 79 d.C. dalle ceneri di una delle più devastanti eruzioni vulcaniche mai avvenute, Pompei è uno splendido esempio di città dell'epoca imperiale. Nell'area degli scavi, tra le rovine più importanti, troviamo il Foro con la **Basilica**, l'edificio più grande di Pompei, il **Tempio di Apollo**, i **Bagni di Stabia**, la **Casa di Vetti**, la più riccamente decorata e la **Villa dei Misteri** che contiene gli affreschi più famosi.

OPLONTIS (TORRE ANNUNZIATA)

10 minuti da Pompei.

Tempo stimato per la visita: 1 ora.

- Splendida, enorme **villa romana** recentemente riportata alla luce dello stesso tipo di quelle ritrovate a Ercolano. È in ottimo stato di conservazione e contiene splendidi affreschi, tra i più belli rimasti dell'epoca romana.

La maggior parte degli oggetti, le statue classiche, gli affreschi e i mosaici ritrovati negli scavi vesuviani sono visibili nel museo archeologico di Napoli.



SORRENTO

40 minuti da Positano

Durata della visita: 2/3 ore.

- La piazza principale è **Piazza Tasso**, dove si erge una statua del poeta rinascimentale, a cui Sorrento ha dato i natali. Da qui partono le vie principali della vecchia città, caratteristiche e molto belle. Sorrento si affaccia sul golfo di Napoli: Quando si arriva alle terrazze sul mare, ci si trova di fronte il Vesuvio e Napoli alla sua sinistra. Lungo la costa di Sorrento invece, le scogliere di tufo, verticali, altissime e di una bellezza mozzafiato. In basso, c'è il porto dove arrivano gli aliscafi e le spiagge di Sorrento, con i tradizionali "bagni" con le cabine, gli ombrelloni e i lettini. Ci sono antichi cantieri che ancora costruiscono e restaurano i più bei gozzi di legno del golfo di Napoli.

- In un antico palazzo aristocratico, il **Palazzo Correale**, si trova il **Museo Correale di Terranova** (Via Correale 12; mer – lun dalle 9 alle 14). La collezione privata della famiglia Correale comprende dipinti napoletani, fiamminghi e olandesi; orologi preziosi e porcellane di Capodimonte, mobili di intarsio sorrentino e importanti reperti antichi. E' un piccolo e delizioso museo, mai affollato dai turisti. Un gioiello segreto, che si visita in un'ora.



CAPRI

In estate, 20 minuti di aliscafo da Positano. In inverno, 40 minuti di macchina fino a Sorrento più 20 minuti di aliscafo da Sorrento. Tempo stimato per la visita: una giornata.

- **Villa Jovis**, residenza dell'Imperatore Romano Cesare Augusto e del suo successore Tiberio, ha una loggia da cui si può godere un meraviglioso panorama di tutta l'isola e di Punta Campanella. Le scale vicine alla chiesetta portano al cosiddetto Salto di Tiberio, un salto di almeno 200 metri a picco sul mare, dal quale si dice che fossero gettati gli schiavi, dopo aver servito i capricci dell'Imperatore.
- La **Certosa di S. Giacomo** costruita nel 1371 ha due chiostri, uno grande e uno piccolo.
- Il **Giardino di Augusto**, per guardare i Faraglioni.
- Il **Monte Solaro**, raggiungibile con la seggiovia che parte dal paese di Anacapri, è un luogo incantato, da cui si gode la vista dell'intero Golfo di Napoli.
- La **Grotta Azzurra**, famosissima e davvero fantastica, si può visitare solo in barca. Il servizio è disponibile dal Porto di Capri (detto Marina Grande).



COSTIERA AMALFITANA

Tempo di percorrenza: 2 ore.

La Costiera Amalfitana è famosa in tutto il mondo per l'incomparabile bellezza del paesaggio. Una strada tagliata nella roccia viva, che si dipana in una miriade di curve e ponti tra la fine della Penisola Sorrentina e Vietri Sul Mare, alle porte di Salerno. Meno di 50 km di strada, ma ci vuole quasi due ore a percorrerla tutta. Spesso la strada si affaccia su precipizi altissimi verso il mare, altre volte il paesaggio si addolcisce offrendo tutti i colori della macchia mediterranea. In mezzo al mare, profondo e blu intenso, si vedono le bellissime Isole de Li Galli e altri isolotti.

Tra Praiano e Vietri sul Mare, la montagna, molto ripida, è stata terrazzata per consentire la coltivazione dei limoni, famosi in tutto il mondo, o della vite. I terrazzamenti sono antichi e bellissimi, fatti ancora con muri a secco. La pesca, il turismo e la coltivazione dei limoni – da cui viene ricavato il famoso Limoncello – sono le principali risorse della zona, insieme alla ceramica di Vietri, venduta in tutta la Costiera.

I paesi più importanti sono Positano, Amalfi e Ravello, ma se ne incontrano altri, meno noti ma altrettanto affascinanti, come Nerano, Conca dei Marini, Furore o Cetara, famosa per la colatura d'alici.

Dal 1997 La Costiera Amalfitana è stata dichiarata Zona Protetta dall'Unesco.



POSITANO

Positano si trova nel cuore della Costiera Amalfitana, esattamente nel punto in cui la Penisola Sorrentina si piega verso sud entrando nel Golfo di Salerno.

- Di fronte a Positano, in mezzo alla baia, si vedono le **Isole de Li Galli**, anticamente chiamate **Isole delle Sirene**, in onore della leggenda secondo la quale erano abitate dalle sirene che chiamavano i marinai delle navi che capitavano nelle vicinanze con canti melodiosi e irresistibili.

Le case di Positano sono costruite una sopra l'altra, e incorniciano la grande spiaggia vulcanica in mezzo al paese. Sono aggrappate alla roccia in modo stupefacente e collegate fra loro da un'unica strada carrozzabile che fa il giro del paese e da una miriade di stradine e scalinate che collegano i vari livelli del paese. La spiaggia è il centro di tutte le attività.

- Appena sopra la spiaggia c'è la Chiesa di **Santa Maria Assunta**. La facciata è stata ricostruita negli anni 30 dal parroco di allora, Don Saverio. Questo spiega perché sia differente da tutte le altre chiese della zona. Al suo interno, dipinto bianco e oro, vi è una grande navata centrale e due laterali. L'apparenza è maestosa.



AMALFI

40 minuti da Positano.

Tempo stimato per la visita: 1 ora.

Amalfi è quindi la più antica fra le quattro Repubbliche Marinare italiane e raggiunge il suo massimo splendore nei secoli X e XI, con proprie colonie mercantili nei principali porti del Mediterraneo: Bisanzio, Alessandria, Beirut, Cipro. Le leggi marittime della città, contenute nella famosa "tabula amalphantana", sono per secoli il codice accettato e preso ad esempio in tutto il Mediterraneo. Nel XII secolo, a seguito della conquista dei Normanni, Amalfi perde la sua centralità nei traffici mediterranei e deve accontentarsi di un modesto ruolo mercantile locale. Le nuove dinastie regnanti a Napoli e in tutto il sud Italia si appoggeranno per la conquista del regno e per i traffici commerciali alle altre repubbliche marinare, prima a Pisa e poi a Genova.

- La **Cattedrale**, fondata nel IX secolo, mantiene intatto il suo valore, nonostante vari rimaneggiamenti. La facciata barocca subì gravi danni durante l'800 e fu ricostruita. Siccome i lavori portarono alla luce l'antica facciata romanica con archetti, colonnine e mosaici (un frammento di mosaico del XII secolo è conservato nel Chiostro), fu realizzata una facciata simile a quella originaria. I lavori terminarono nel 1891. Il campanile è originario dell'epoca medioevale.
- Il **Chiostro del Paradiso** è un delizioso esempio di architettura arabo-normanna vale la pena anche visitare il piccolo museo con i suoi mosaici e bassorilievi bizantini.



ATRANI

45 minuti da Positano.

5 minuti da Amalfi

Durata della visita: 1 ora

- A poche curve di distanza da Amalfi si trova Atrani, nella valle formata dalla foce del Dragone. Il **Monte Aureo**, con la medievale **Torre di Zirro**, che serviva a sorvegliare la costa, è il confine tra le due località. Il più piccolo comune d'Italia si accontenta di una superficie di un solo km². Le case e le chiese aderiscono alle pendici della valle del Dragone come se fossero dei dolci barocchi alla panna in tinte pastello, e sono collegate le une alle altre da stretti vicoli, in parte coperti, e da ripide scale.
- Nel Medioevo, Atrani faceva parte della Repubblica marinara di Amalfi. Era questo il luogo prediletto dall'aristocrazia mercantile per la costruzione delle proprie residenze. Nella chiesa di **San Salvatore de' Birecto** essa eleggeva e incoronava i propri dogi.
- Il centro del paese è **Piazza Umberto I**, che non è sovraffollata nemmeno nell'alta stagione. Da qui si dipartono le tortuose strade che portano alle chiese di Atrani. Nel Medioevo il paese contava ben 300 edifici sacri; esso era peraltro un po' più grande di oggi e si sviluppava verso est.
- La Chiesa di **Santa Maria Maddalena** si affaccia sul mare, al limite dell'altopiano su cui sorge il paese. Vedendo questa chiesa a Walter Benjamin sembrò che fosse Dio stesso a scendere in mare.



RAVELLO

1 ora da Positano.

20 minuti da Amalfi.

Tempo stimato per la visita 2 ore.

- Il **Duomo di Ravello**, del XI secolo, fu eretto da Orso Papirio nel 1086, primo vescovo di Ravello e conserva la porta originale in bronzo di Bansano da Trani (1179). All'interno, il pergamo di Niccolò di Bartolomeo da Foggia e l'ambone fatto costruire dal vescovo Costantino, con due mosaici rappresentanti la vicenda di Ciona. Notevole anche la cripta e il Museo del Duomo dove sono conservati sculture, mosaici e reliquie antichi. Importante è il campanile in stile arabo-normanno.
- **Villa Rufolo** (XIII sec.) Fu residenza di Carlo d'Angiò e in seguito del musicista Wagner che nel suo giardino moresco compose il Parsival. Oggi è sede dell'Antiquarium e conserva importanti testimonianze di epoca romana, barbarica e medievale. I giardini di Villa Rufolo sono sede di un'importante stagione (estiva) di concerti di musica classica. Chiedete il programma in portineria.
- **Villa Cimbrone**, nota per la terrazza del Belvedere ornata di busti scultorei.
- **Chiesa di S. Giovanni del Toro** (XII sec.), con tre altissime absidi, la cupola e l'androne coevo.



PAESTUM

2 ore da Positano.

Tempo stimato per la visita: 2 - 3 ore.

Paestum è uno dei più importanti siti archeologici d'Italia. Fu fondata nel 600 a.C. da alcuni coloni greci provenienti da Sibari ed è stato chiamato Poseidonia, in onore del dio Poseidon o dio del mare, che i latini poi ribattezzarono Nettuno.

- **Il Museo:** al suo interno, le famose Metope, bassorilievi in stile dorico del VI secolo a.C. e alcune pitture funerarie, tra cui il famosissimo affresco del Tuffatore.
- **Il Tempio e i monumenti:** percorrendo la via sacra si arriva al **Tempio di Giunone**, seguito dal **Tempio di Nettuno**, in puro stile dorico (V secolo a.C.), **dal Foro**, dall'**Anfiteatro Romano** e dal **Tempio di Cerere**.



LA CERTOSA DI PADULA

2 1/2 ore da Positano.

Tempo stimato per la visita: 1 ora

- Uno dei monumenti più importanti del Sud Italia. Fondata nel 1300 è il risultato del lavoro di diverse generazioni. Al suo interno degli splendidi, **enormi chiostrì**, alcuni in stile barocco, la **famosissima scala di pietra** a spirale e la biblioteca.

LE CAVERNE DI PERTOSA E CASTELCIVITA

2 1/4 ore da Positano.

Tempo stimato per la visita: 2 ore

Già citate da Seneca nei suoi scritti, queste famosissime grotte sono costituite da una serie intricatissima di gallerie interrotte da enormi camere con straordinarie formazioni rocciose. Di importanza assoluta per gli appassionati di speleologia.

SALERNO

1 1/2 ora da Positano.

Visitabile nel viaggio di ritorno verso Positano da entrambe i luoghi.

1 ora da Positano.

Tempo stimato per la visita: 1 ora

- Il **Duomo**, fondato dai Normanni nel 1080, è rinomato per le porte in bronzo che furono fuse a Costantinopoli nell'XI secolo. Davanti alla basilica, un grande cortile quadrato e un porticato ad archi con due splendidi amboni del XII secolo. I crociati facevano benedire le loro armi in questa chiesa, prima della partenza.