



Dopolavoro ATAC COTRAL



DAL 26 AL 29 GIUGNO 2025
NAPOLI AUTENTICA

IL SENTIERO DEI LIMONI, PROCIDA & LA VALLE DEI MULINI

Campania
Estate 2025

Circuiti in bus



DAL 26 AL 29 GIUGNO

NAPOLI AUTENTICA
IL SENTIERO DEI LIMONI, PROCIDA & LA VALLE DEI MULINI

Quota di partecipazione **€ 524**

Supplemento camera singola: € 80

LA QUOTA COMPRENDE: Bus G.T. accuratamente sanificato, impianto di climatizzazione con sistemi filtranti e funzione antivirale per tutti i trasferimenti e le escursioni in programma; sistemazione presso Hotel Le Zagare o similare; trattamento di mezza pensione con colazione a buffet e cene della tradizione, pranzo in ristorante a Procida a base di pesce, speciale pranzo in pastificio, bevande ai pasti; visite guidate come da programma; battello da Salerno a Maiori e da Minori a Salerno, battello per Procida A/R, giro in mini taxi a Procida, speciale visita della valle dei Mulini in minibus, degustazioni in un limoneto, degustazione fiocco di neve, accompagnatore, assicurazione medico-bagaglio con estensione Covid-19.

LA QUOTA NON COMPRENDE: eventuale tassa di soggiorno, assicurazione integrativa annullamento facoltativa € 20 per persona; pasti non menzionati; ingressi dove previsti, auricolari; extra personali, mance e facchinaggio, tutto quanto non espressamente indicato alla voce "la quota comprende".

PROGRAMMA DI VIAGGIO

Primo giorno: Roma - Napoli autentica - Gragnano

Ore 07.00 raduno dei partecipanti a Roma Piazzale Ostiense, sistemazione in Bus G.T. e partenza Napoli. Arrivo a Napoli e tour delle Metropolitane ritenute tra le più belle d'Europa. Arrivo fino al Rione Sanità e visita guidata, uno dei quartieri più particolari di Napoli. Entrerete in contatto con le tradizioni e le credenze locali, approfondendo la tua comprensione della cultura napoletana. Il quartiere Mater Dei è situato tra la collina del Vomero e la parte bassa di Napoli, ed è qui che ha trovato posto il Cimitero delle Fontanelle – noto anche come “e Funtanelle”. Questo cimitero è stato trasformato in una grotta di tufo naturale, proprio fuori dalle mura dell'antica città greca romana. Utilizzato per la prima volta nel 1656 per raccogliere i cadaveri delle vittime della peste. Nel corso dei secoli, è stato riconosciuto come il luogo perfetto per nascondere e coprire i cadaveri e persino per far sparire le persone, rendendole ufficialmente delle fosse comuni. Solo nel 1872 fu organizzata la struttura del cimitero, i teschi e le ossa furono puliti e le porte furono aperte al pubblico. La tua guida vi spiegherà in dettaglio il culto delle “anime pezzentelle” e il motivo per cui i napoletani sono così legati a loro al punto di adottare i teschi, detti “capuzzelle”. E dopo aver ascoltato queste storie, l'idea di adottare un teschio catturerà seriamente la vostra fantasia. Dopo aver visitato le splendide Fontanelle, la guida vi condurrà nel Rione Sanità, il cui nome deriva dall'antica convinzione che l'area fosse ricca di elementi naturali da rendere l'aria salubre. Il Rione Sanità è situato fuori dalle mura dell'antica Neapolis, e nella zona sono state scavate molte tombe elleniche e catacombe paleocristiane. Ad esempio, le famose catacombe di San Gaudioso appartengono a questa zona. Alla fine del XVII secolo sarebbe dovuto diventare uno dei quartieri più nobili di Napoli, ma nel corso dei secoli è diventato un quartiere popolare, dove è possibile entrare in contatto con la “vera Napoli”. Un tour fuori dai sentieri battuti del centro storico che ti porterà alla scoperta di uno dei lati più belli della città e legata alla nascita di Totò. Pranzo libero e degustazione del tipico dolce Fiocco di neve nella rinomata pasticceria locale. Al termine del tour tempo libero in via Toledo. Trasferimento in hotel, cena e pernottamento

Secondo giorno: Il sentiero dei Limoni e la costiera amalfitana

Prima colazione in hotel, trasferimento al porto di Salerno ed imbarco per Maiori. Arrivo ed inizio della piacevole passeggiata sul sentiero dei Limoni, tra i profumati limoneti della zona agricola della Costiera Amalfitana. Partiamo dalla collegiata di Santa Maria a Mare del XIII secolo, e da qui che inizia il bellissimo Sentiero dei Limoni, percorso in antichità dalle “Formichelle” le donne che trasportavano i limoni in grosse ceste appoggiate sulla testa dal peso di circa 50kg, qui cammineremo in mezzo a bellissimi limoneti gelosamente custoditi e celati dietro le antiche mura che delimitano questo sentiero per tutta la sua lunghezza; usciti dall'abitato, ci troveremo in una splendida vallata circondata da terrazzamenti, qui incontriamo una ricca e variegata vegetazione, sintesi della macchia mediterranea, tra cui i caratteristici alberi di “sciuscelle” nome locale delle carrube, gli ulivi, e le viti. Pochi passi e si arriva nel pittoresco ed antico villaggio di Torre, nel comune di Minori, non prima di fare una sosta per assaggiare una buonissima limonata oppure la buona marmellata di limone o l'insalata di limone. Attraversiamo quindi tutto il borgo fino a giungere in una splendida terrazza panoramica che si affaccia su Minori, il belvedere della “mortella”, da qui si scende in paese in pochi minuti, dove visiteremo il piccolo villaggio di pescatori e infine “dulcis in fundo” avremo la possibilità di assaggiare le prelibatezze di una delle migliori pasticcerie della Costiera Amalfitana, la famosissima pasticceria di Sal De Riso. Tempo libero a Minori ed imbarco per Salerno. Trasferimento in hotel, cena e pernottamento.

Terzo giorno: Procida

Prima colazione in hotel, trasferimento al porto, incontro con la guida ed imbarco per Procida. Arrivo a Procida ed a bordo di mini taxi visita del centro storico e passeggiata tra i vicoli di terra murata e i bellissimi punti panoramici. Pranzo in ristorante a base di pesce. Passeggiata fino ad arrivare a Marina Corricella, il borgo marinaro più antico di Procida. L'odore di mare, le stradine caratteristiche, la singolare architettura e l'assenza totale di autoveicoli rendono la Corricella un mondo a parte. Il porticciolo secentesco è famoso e apprezzato per la sua peculiare architettura: qui è possibile scorgere un intreccio di archi, cupole, finestre, gradinate, logge, scale e facciate variopinte che danno vita a un complesso edilizio più unico che raro per forme, colori e disposizione delle abitazioni. Infine una tappa obbligata per gli amanti del turismo cinematografico è il Piazzetta Massimo Troisi, set di numerose produzioni cinematografiche. Imbarco per il rientro, trasferimento in hotel, cena e pernottamento.

Quarto giorno: Valle dei Mulini - Pastificio di Gragnano - Roma

Prima colazione in hotel e partenza per la visita guidata alla Valle dei Mulini: I mulini erano macchine meravigliose che nei secoli bui del medioevo hanno rappresentato un elemento di innovazione tecnologica rispetto ai primitivi metodi di macinazione ed erano il processo di un lungo periodo di perfezionamento. Il segno che l'uomo non ha mai smesso di usare l'ingegno al fine di migliorare le sue condizioni di vita. Il mulino era solo l'involucro di una macchina idraulica, costruito con la tecnica e i materiali dell'epoca e la sua forma non era una scelta estetica ma un'esigenza tecnica che ne determinò le dimensioni necessarie al funzionamento. La Valle dei Mulini di Gragnano è una parte dell'antico sentiero che da Castellammare raggiungeva Amalfi. Percorrendo il fiume Vernotico, i viandanti avevano modo di abbeverare gli animali da soma prima di iniziare la ripida salita. La presenza di numerose sorgenti su una pendenza ottimale, consentiranno la costruzione di una serie di mulini ad asse verticale (ruota orizzontale) che venivano azionati dalla forza dell'acqua. Visita di un vecchio mulino il cui restauro permette ai visitatori di assistere allo stesso processo di macina del XIII secolo. Speciale pranzo in pastificio e partenza per il rientro in sede.

Per motivi tecnici l'ordine delle visite potrebbe essere modificato