

Trekking a Napoli, Capri e Procida per la festa della donna

4 – 8 marzo 2026 (5 giorni/4 notti)

In treno e traghetto tra le perle del Golfo di Napoli

SOLENEVE
VIAGGI



Orario indicativo dei treni

(l'orario esatto sarà comunicato ca. 30 gg ante partenza)

04.03	ITALO	BOLZANO TRENTO ROVERETO	06:42 07:13 07:27	ROMA T.NI	11:35
04.03	ITALO	ROMA T.NI	12:40	NAPOLI C.LE	13:53
08.03	FRECCIA*	NAPOLI C.LE	07:30	ROVERETO TRENTO BOLZANO	13:01 13:15 13:15

*In caso di esaurimento posti sul diretto possibilità di treno con cambio a Bologna o Roma

PROGRAMMA (minimo 12 - massimo 18 partecipanti)

1. Mercoledì 4 marzo: in treno per Napoli

- **Ritrovo:** stazione del treno di Bolzano, Trento o Rovereto
- **In treno:** fino a Napoli – in funicolare: a Castel Sant'Elmo
- **A piedi:** centro storico di Napoli – da Castel Sant'Elmo alla Pignasecca

Partenza con treno della mattina per Napoli. Cambio a Roma e arrivo a Napoli nel primo pomeriggio. Sistemazione nelle camere riservate c/o Hotel o B&B a Napoli in posizione comoda per gli spostamenti; lasciamo il bagaglio e iniziamo subito una prima scoperta della città. In metro fino alla fermata Toledo per ammirare una delle fermate più belle e instagrammate d'Europa. A piedi raggiungiamo poi la funicolare che ci porterà fino al quartiere del Vomero. Proseguiamo poi a piedi per Castel Sant'Elmo. Dalla collina del castello la vista sul Golfo e su Spaccanapoli che taglia in due la città è spettacolare. A piedi scendiamo piano piano fino al ventre della città attraversando viuzze e rioni fino ad arrivare al mercato della Pignasecca, nello storico quartiere di Montecalvario. Qui si trova di tutto, dal cibo di strada all'abbigliamento. Cena di benvenuto in pizzeria e rientro in hotel per il pernottamento.

2. Giovedì 5 marzo: Capri – Monte Solaro

- **In aliscafo/traghetto:** dal porto di Napoli a Capri e ritorno
- **A piedi:** fino al porto di Napoli e rientro + escursione al Monte Solaro a Capri

- **Durata:** Monte Solaro 5h00 ca. incluse soste fotografiche – 8 km l'intero percorso ad anello
- **Dislivello:** +/-587, percorso: da medio a impegnativo

Dopo colazione partiamo a piedi per il Molo e saliamo sull'aliscafo/traghetto che ci porterà fino a Capri. Questo percorso ad anello considerato tra i più spettacolari in Italia ci presenta una Capri inedita, lontana dalla mondanità che la rende nota in tutto il mondo. Inizieremo con Attraverso un piccolo sentierino che inizia dietro l'ospedale di Capri ci inerpicheremo per il cd. Passetiello e poi raggiunto il panoramichissimo Eremo di Cetrella fino al Monte Solaro che con i suoi circa 587 metri s.l.m costituisce il picco più alto dell'isola dal quale si domina davvero tutto. Partendo dal porto di Capri, appena sbarcati, seguiamo le indicazioni per la Piazzetta, fulcro e centro ben conosciuto della vita caprese dove faremo la nostra prima sosta. Di qui saliamo per Via Torina, una piccola stradina che si inerpica gradatamente sotto la montagna. La macchia mediterranea si alterna a piccoli appezzamenti di terreno coltivato dove non mancano orti coltivati e profumatissimi alberi di limoni ed arance. Dopo qualche chilometro vi è una deviazione porta verso il Passetiello: un piccolo passaggio tra due costoni rocciosi che costituiva in antichità una delle due vie di comunicazione tra i due centri abitati dell'isola: Capri ed Anacapri. Qui il sentiero si fa più ripido ma lo sforzo sarà presto ben ricompensato da una meravigliosa vista su Capri, Punta Campanella e i Monti Lattari. A questo punto inizia un tratto in piano che costeggia una vallata da dove si guadagna in breve un'altra meravigliosa vista su Capri ed i faraglioni proprio in corrispondenza dell'Eremo di Cetrella, un complesso del 1300 dimora di frati domenicani e francescani. Dall'eremo inizia una mulattiera che conduce infine a Monte Solaro: di qui la vista è davvero spettacolare: Capri, Anacapri, i golfi di Salerno e Napoli, Ischia, Procida, il Vesuvio. Dopo una meritata sosta procediamo lungo una mulattiera verso Anacapri sbucando sulla via Axel Munthe e raggiungendo la Scala Fenicia che porta direttamente alla Marina Grande dove termina il nostro percorso. Valuteremo in loco con la guida il senso di percorrenza del percorso. Rientro a Napoli. Cena libera e pernottamento in hotel.

3. Venerdì 6 marzo: Procida

- **In aliscafo/traghetto:** dal porto di Napoli a Procida e ritorno
- **A piedi:** fino al porto di Napoli e rientro + Giro dell'Isola di Procida
- **Durata:** Giro di Procida 5h00 ore ca. incluse soste fotografiche – 7/9 km l'intero percorso ad anello
- **Dislivello:** +/-150, percorso: facile

Dopo colazione partiamo a piedi per il porto di Napoli e saliamo sull'aliscafo/traghetto che ci porterà fino a Procida, un'isola di circa 4 chilometri quadrati, situata a mezza strada fra la punta dei Campi Flegrei e Ischia. Procida con sue case colorate e la sua natura incontaminata ha conservato un'intatta genuina bellezza e una semplicità di vita che custodisce antiche tradizioni. E' un piccolo scrigno, bordato da un mare limpido e splendente, che, in un clima perennemente mite, racchiude un verde intenso, antichi colori e un susseguirsi di visioni di primitiva selvaggia bellezza.

Giro turistico nell'isola di Arturo. Saliamo prima verso Terra Murata passando per alcuni caratteristici quartieri dall'architettura tipicamente napoletana. Poi ci dirigiamo verso il caratteristico porticciolo della Corricella con le sue coloratissime case. Risalendo sulla modesta altura della cresta dell'isola ci dirigiamo poi verso l'isolotto di Vivara ed il porto turistico della Chiaiolella. Un insieme affascinante di storia e cultura con riferimenti culturali di vario genere legati alla tradizione partenopea e non ultime le descrizioni letterarie e cinematografiche che hanno descritto la bellezza dell'isola da "Il Postino" di Troisi a "Il Talento di Mr Ripley" con Matt Damon e Gwyneth Paltrow. Tempo libero e rientro a Napoli. Cena libera e pernottamento in hotel.

4. Sabato 7 marzo: Napoli

- **A piedi:** visita guidata di Napoli e Cristo Velato – street food

Colazione in hotel. Incontro con la guida e visita di mezza giornata alla città e alle sue bellezze iconiche: Duomo di San Gennaro; Via dei Tribunali, Santa Chiara, San Gregorio Armeno e la Cappella Sansevero con il

Cristo Velato, capolavoro del Sanmartino. Pomeriggio libero per esplorare la città, assaggiare le prelibatezze dello street food locale (non incluse in quota) o per un po' di shopping. Cena libera e pernottamento in hotel

5. Domenica 8 marzo: In treno per il rientro

- **A piedi:** fino alla stazione di Napoli

Colazione in hotel e partenza con treno per il rientro. Arrivo ai luoghi di provenienza e fine dei servizi

790€ A PERSONA IN CAMERA DOPPIA

- **supplemento per camera singola: 200€**
- **quota gestione pratica e ass. medico/bagaglio obbligatoria: 25€**
- **assicurazione facoltativa annullamento viaggio: 6% del totale pratica**

INCLUSI:

- viaggio in treno seconda classe treni Freccia o Italo con 1 cambio a Roma o Bologna oppure diretto per il solo ritorno
- 4 pernottamenti con colazione a buffet c/o hotel o B&B a Napoli in posizione centrale e comoda agli spostamenti
- 1 cena tipica di benvenuto in pizzeria comprensiva di assaggi pizze vari gusti + 1 soft drink (acqua, cola, fanta o sprite o birra)
- accompagnatore agenzia per tutto il viaggio al raggiungimento di 15 partecipanti
- accompagnatore trekking per le escursioni a Capri e Procida
- 3 h di visita città di Napoli con guida autorizzata
- passaggi marittimi a/r per Capri e Procida
- biglietto d'ingresso Cappella Sansevero/Cristo Velato

ESCLUSI:

- i pasti non menzionati e le bevande
- extra personali
- tassa di soggiorno locale (€ 4,5 a persona/al giorno)
- biglietto cumulativo funicolare + metropolitana Toledo € 1,80 (90minuti), salvo variazioni
- tutto quanto non indicato sotto la voce "la quota comprende"

Documenti obbligatori:

Documenti d'identità valido

Note:

I percorsi non presentano particolari difficoltà tecniche ma richiedono ottime condizioni di salute e un minimo di allenamento. Ogni partecipante si intende pienamente responsabile del proprio stato di salute e dovrà provvedere a dotarsi di attrezzatura idonea. La partecipazione di minori di età inferiore ai 16 anni deve essere stabilita di volta in volta; il genitore o accompagnatore deve ritenersi responsabile dei minori accompagnati. Il programma delle escursioni potrebbe subire modifiche per interruzione dei tracciati, maltempo o cause di forza maggiore.

Numero minimo partecipanti:

minimo 12; massimo 18 partecipanti

Termine chiusura iscrizioni:

ad esaurimento posti disponibili.

Penali di annullamento:

- dalla prenotazione fino a 60 giorni ante partenza: 10%
- da 59 a 45 giorni ante partenza: 30%
- da 44 a 31 giorni ante partenza: 50%
- da 30 a 21 giorni ante partenza: 75%
- da 20 giorni ante partenza: 100%

Consigliamo la stipula di una polizza contro annullamento viaggio

Assicurazioni:

si prega prendere visione delle nostre assicurazioni ai seguenti link:

- spese mediche:

https://www.soleneve.it/wp-content/uploads/2025/01/Normativa_Polizza-Collettiva-Assistenza-Spese-Mediche-e-Bagaglio-Trekking-bici-e-mondo.pdf

- annullamento viaggio:

https://www.soleneve.it/wp-content/uploads/2025/01/Normativa_Polizza-Collettiva-Multirischi-Plus.pdf



Trento	Mezzolombardo per informazioni	Cles	Malè
Via Brennero 320 c/o Top Center 38121 Trento (TN) <u>0461 821141</u> info.trento@soleneve.it	Via A. De Gasperi 41/a 38017 Mezzolombardo (TN) <u>0461 600381</u> info.mezzo@soleneve.it	Via Marconi 8 38023 Cles (TN) <u>0463 422722</u> info.cles@soleneve.it	Via Molini 6 38027 Malè (TN) <u>0463 901700</u> info.male@soleneve.it

www.soleneve.it