

REJSEPROGRAM FOR RUNDREJSEN

# Vandring på Amalfikysten





## Der venter dig en helt særlig vandreferie på Amalfikysten

Rejsen er den perfekte blanding af overkommelige vandreture med fabelagtige udsigter undervejs, interessante udflugter tilbage i tiden og ikke mindst en fornøjelse for smagsløgene, når vi bl.a. besøger et økologisk bøffelmozzarella-landbrug, hvor vi spiser en udsøgt frokost. Alt sammen i selskab med en vandrekyndig dansk rejseleder, der giver dig et helt særligt indblik i området.

Den første af rejsens tre inkluderede vandreture er den naturskønne rute gennem Jernværksdalen fra Ravello til byen Amalfi. Dernæst venter en af verdens smukkeste vandreruter, Gudernes Sti, der 500 meter over havets overflade følger kyststrækningen ved Amalfikysten til byen Positano, der hænger dramatisk på klippevæggen.

Den tredje vandring starter med en kabelbanetur op til toppen af Faito-bjerget, hvorfra vi vandrer ud på en rute, der byder på udsigter over både Napoli- og Salernobugten.

Når der ikke står vandring på programmet, er dagene fyldt med spændende udflugter til de UNESCO-fredede græske ruiner ved Paestum og ruinbyen Pompeji, der som bekendt i år 79 blev dækket af vulkanen Vesuvus aske og pimpsten. Vi tager også hen til toppen af vulkanen, hvis vejret tillader det.

Ønsker man at bruge vandreskoene yderligere, er der på den ellers vandrefri dag mulighed for at tilkøbe en heldagsudflugt til den charmerende ø Capri, hvor der bl.a. venter en vandretur på 5 km.

## Dag 1

### Ankomst til Napoli og videre i bus til Grand Hotel Moon Valley i byen Seiano

Efter ankomst til Napoli kører vi direkte til Seiano beliggende ud til Napolibugten, hvor vi checker ind på Grand Hotel Moon Valley. Efter check-in mødes vi og nyder en fælles velkomstmiddag på vores hotel.

#### Lidt vandrepraktisk information

##### Sværhedsgrad

Vandreturene på rundrejsen er primært bjergvandringer, hvor det går op og ned, ligesom der vil være en del trapper undervejs. Vi går ture på mellem 5 og 11 km hver dag og har god tid til alle vandreture.

##### Forudsætninger

Som udgangspunkt skal man være sikker på benene og have en god grundform.

##### Tommelfingerregel:

Hvis du kan gå 10-15 km om dagen tre dage i træk i et fladt dansk terræn, samt kan gå på trapper, så kan du ganske givet også deltage på denne tur og nyde den i fulde drag. Det er naturligvis også tilladt at tage en vandrefridag, hvis man har lyst til andre ting, eller hvis benene trænger til et hvil.

##### Beklædning

Det vigtigste er vandtætte vandrestøvler. Underlaget kan være ujævnt, og så er det rart med ankelstøtte. Der løber nogle gange kildevand på tværs af vandrestierne, og af og til skal vi krydse en bæk eller et område, hvor der samler sig lidt vand.

Ellers lag på lag-beklædning (afhængig af årstiden), hvor det yderste er vindtæt, det inderste svedtransporterende og det mellemste isolerende. Man kan aldrig helt forsikre sig mod regn, så der skal pakkes regnslag eller regnjakke i rygsækken.

##### Vandrestave

Det er en personlig vurdering, om man vil bruge vandrestave eller ej. Mange bruger vandrestave, da de giver ekstra hjælp, når det går opad, og en mere sikker nedstigning.

##### Vand

Husk at medbringe vand på alle vandreture.

Her bor du

**Grand Hotel Moon Valley Sorrento**

#### Måltider inkluderet

✓ Velkomstmiddag

## Dag 2

### Bus til Ravello og derfra vandring med spektakulære udsigter, gennem Scala, hyggelige Pantone, og med mål i Amalfi by

Denne dag tager vi direkte ned til Amalfikysten på den sydlige del af Sorrentohalvøen. Amalfikysten er efter manges mening verdens smukkeste kyststrækning med de dramatiske klipper, der rejser sig stejlt fra havet, og maleriske byer, der bogstavelig talt hænger på klipperne, og er af samme grund i sin helhed blevet optaget på UNESCOs verdensarvsliste.

Vi stopper ved Ravello med den ubeskrivelige udsigt over Amalfikysten. Kunstnerparret Marie og P.S. Krøyer opholdt sig i en periode dels i Amalfi og dels i Ravello, og P.S. Krøyer fik mod på at male havet på den måde, som vi kender det fra hans Skagensbilleder.

Et utal af berømt heder, filmstjerner og kunstnere er i tidens løb blevet betaget af skønheden og har slået sig ned i Ravello. Det var her Richard Wagner skrev operaen "Parsifal", og D.H. Lawrence skrev "Lady Chatterly's elsker". Udsigterne fra villaerne i Ravello er ubeskrivelige, da hele Salernobugten fylder synsfeltet, og i klart vejr kan man se til de græske templer i Paestum. Det ubestridt smukkeste sted at nyde den mageløse udsigt er fra Villa Rufolo.

Fra Ravello vandrer vi ad stier og trapper gennem Scala, den ældste by på Amalfikysten, hvor det danske refugium San Cataldo ligger. Undervejs stopper vi i Pontone for at holde frokost, inden vi fortsætter til byen Amalfi.

Byen Amalfi er en af perlerne på kysten, og den var i middelalderen en af de fire betydningsfulde italienske søfartsrepublikker og dermed en stormagt i Middelhavet. I byens snævre, labyrintiske gader fornemmer vi den arabiske stemning, og ser hvordan fremmede folkeslag har sat sit præg på arkitekturen, og det er tankevækkende, at Amalfi i sin storhedstid havde omkring 70.000 indbyggere (i dag ca. 5.000).

På byturen i Amalfi bliver der sikkert mulighed for at smage en af områdets specialiteter – citronlikøren, der ofte nydes som aperitif. De specielt saftige citroner, der anvendes, dyrkes i området og bliver naturligvis håndplukket.

Vi er tilbage på hotellet hen på eftermiddagen, og resten af dagen er på egen hånd.

**Dagens vandretur: ca. 6 km**

**Vandretid: ca. 4 timer**

Her bor du

**Grand Hotel Moon Valley Sorrento**

#### Måltider inkluderet

✓ Morgenmad

## Dag 3

### Udflugt til den velbevarede romerske by Pompeji og vulkanen Vesuv

Efter morgenmaden sætter vi kursen nordpå mod Pompeji. I år 79 var Pompeji en driftig handelsby med 20.000 indbyggere, der var travlt beskæftiget med hverdagens gøremål, da katastrofen ramte, og alt gik i stå. Efter udbruddet var Pompeji dækket af flere meter aske, og byen gik efterhånden over i historiens glemsel.

Udgravningen af Pompeji begyndte først i 1860'erne og åbenbarede, at de indbyggere, der ikke havde nået at flygte, var "konserveret" i deres sidste bevægelse. Blandingen af pimpsten, aske og vand havde lagt sig som en skal om de døde og bevaret dem for eftertiden. På vandringen gennem byen skal vi opleve, hvor højtudviklet det daværende samfund var. Vi ser teatre, badeanlæg, villaer, offentlige bygninger, hellige områder, bordeller og butikker.

Efter besøget i Pompeji kører vi igennem det afvekslende italienske landskab mod den 1.281 m høje vulkan Vesuv, som står majestætisk ved Napolibugten. Igennem utallige hårnålesving går turen gennem mindre byer, forbi lavafloder fra udbruddet i 1944, inden vi kommer til toppens røde og golve landskab. Vi stopper i 1.000 m højde og går det sidste stykke op til krateret. Med et gys ser vi ned i dybet, og når vi vender os, kan vi betragte den underskønne udsigt ud over Napolibugten. Der bor omkring 3 millioner mennesker i vulkanens nærområde.

Besøget på Vesuv gennemføres kun, hvis vejret tillader det og koster ca. 10 euro pr. person, som afregnes på stedet.

Pompeji og Vesuv er optaget på henholdsvis UNESCOs verdensarvsliste og UNESCOs World Network of Biosphere Reserves.

Her bor du

**Grand Hotel Moon Valley Sorrento**

#### Måltider inkluderet

✓ Morgenmad ✓ Frokost ✓ Aftensmad

## Dag 4

### Vandring langs en af verdens smukkeste ruter Sentiero degli Dei, Gudernes sti

For mange vil dagens vandring blive husket som rejsens højdepunkt. Gudernes sti regnes for en af verdens smukkeste vandreruter. Ruten følger Amalfikysten. Disse bjergruter var, før vejene nede ved kysten blev hugget ud i klipperne, den eneste adgang til byerne langs Amalfikysten, bortset naturligvis fra adgangen fra havet.

500 meter over havets overflade løber Gudernes sti gennem et vildt og ensomt stenet landskab. Gennem næsten uberørt natur med typisk middelhavsvegetation passerer vi skyggefulde egetræskove, jordbærtræer, lyng og rosmarin brudt af imponerende klippeformationer. Under vandringen af denne spektakulære sti vil du opleve en storslået udsigt over hele kysten.

Vi bliver kørt fra hotellet til Bomerano, hvor vandringen

starter. Efter 8 kilometers vandring slutter vi i den smukke og "vertikale" by Positano, der efter Amalfi regnes for kystens vigtigste by. Positano har som Capri tiltrukket mange kendisser gennem tiden og er kendt for Positanomodens bestående af luftige gevandter i hør og linned, stråhatte og håndlavede sandaler.

I Positano bliver vi hentet af bussen og kørt tilbage til hotellet, hvor resten af dagen er til fri disposition.

**Dagens vandretur: ca. 8 km**

**Vandretid: ca. 3,5 timer**

Her bor du

**Grand Hotel Moon Valley Sorrento**

#### Måltider inkluderet

✓ Morgenmad

## Dag 5

### Udflugt til de græske ruiner ved Paestum og besøg ved organisk landbrug med bøffelmozzarella til frokost

Mange gæster oplever denne udflugt ved Salernobugten som et andet af rejsens store højdepunkter. Vi kommer lidt længere ud i det dejlige italienske bondelandskab på sletten syd for Salerno, og vil opleve de smukke ruiner ved Paestum, der stammer tilbage fra tiden, hvor området var en antik græsk by kaldet Poseidonia og del af Magna Graecia, et navn romerne gav til de kystområder i de sydlige Italien der var intensivt beboet af græske bosættere.

Paestum er med på UNESCOs verdensarvsliste - og det med god grund. Byen, som i dag er omdannet til museum, er fyldt med velbevarede fund og tre græske templer. Disse templer er intet mindre end mageløse - de er bl.a. de tre største og mest velbevarede græske ruiner, som imponerende nok stammer tilbage fra 500 år f.v.t.

Som del af udflugten skal vi også have en VIP-oplevelse. Mozzarella di Buffalo, frisk ost af vandbøffelmælk, er det ubestridte ikon i Campanias køkken, og vi skal naturligvis smage osten i de mest suveræne udgaver. Vi besøger en af de absolut bedste producenter på den flotte gård Vannullo, som er et økologisk drevet familielandbrug.

Her ser vi staldene, hvor der er fokus på dyrevelfærd for de flere hundrede indiske bøfler, som leverer mælken. Der er bl.a. opstillet massagestativer med roterende børster for at øge bøflernes velvære og dermed mælkens kvalitet. Vi spiser den lækreste frokost på gården, og i de mange retter indgår naturligvis osten og den friske mælk. Frokosten ledsages af liflig hvidvin, så glæd jer til en helt speciel oplevelse. Vi er tilbage på hotellet først på eftermiddagen.

Her bor du

**Grand Hotel Moon Valley Sorrento**

#### Måltider inkluderet

✓ Morgenmad ✓ Frokost ✓ Aftensmad

## Dag 6

### Mulighed for udflugt til Capri med vandring eller dagen på egen hånd

Denne dag er der mulighed for at tilkøbe en udflugt til den betagende ø Capri eller nyde dagen på egen hånd.

Allerede i romertiden tiltrak øen Capri "turister", og både kejser Augustus og kejser Tiberius har sat deres aftryk på øen og styrede i perioder det mægtige Romerrige fra den lille ø. I 1800-tallet blev øen genopdaget, og eventyrdigteren H.C. Andersen var en af de mange kunstnere, der blev betaget af omgivelserne med de stejle klipper, blå grøtter og det krystalklare vand, der rammer den fredfyldte ø ind.

Turen starter i Anacapri ved den svenske læge Axel Munthes villa med den smukke park og de mange kunstske. Det har i øvrigt vist sig, at villaen er bygget på resterne af en af de villaer, som kejser Tiberius byggede på øen. Udsigten fra Munthes villa er fabelagtig! Herefter er der en lille byrundtur, hvor der også vil være mulighed for at udforske på egen hånd.

Vi spiser en let frokost sammen, og besøger derefter Augustus' smukke have. Her vil der være tid til at udforske på egen hånd. Derefter vandrer vi fra Capri by ned til Marina Grande og sejler hjem.

Vandreturen tager lidt over 2 timer og byder på en meget smuk rute med to flotte udsigtspunkter: Piazzette della Noci, hvorfra man kan se Sorrentohalvøen med Sorrentokysten og Amalfikysten. Fra smukke Monte Tuoro nyder vi udsigten over Faraglioni-øerne.

Det tager cirka 3 timer at gennemføre vandringen, så sørg som altid for at medbringe vand.

**Dagens vandretur: ca. 5 km**

**Vandretid: ca. 2 timer**

Her bor du

**Grand Hotel Moon Valley Sorrento**

**Måltider inkluderet**

✓ Morgenmad

**Tilkøb flere oplevelser**

**Heldagsudflugt til Capri med vandring**

**fra 1.350 kr. pr. person**

Tilkøb en udflugt til den betagende ø Capri, som byder på

smukke byer, natur og en spektakulær vandreroute med flere flotte udsigtspunkter.

Turen starter i Anacapri ved den smukke park og de mange kunstske. Herefter er der en lille byrundtur, hvor der også vil være mulighed for at udforske på egen hånd.

Vi spiser en let frokost sammen, og besøger Augustus' smukke have, hvor der være tid på egen hånd. Derefter vandrer vi fra Capri by ned til Marina Grande og sejler hjem. NB - Udflugten gennemføres ved min. 10 deltagere.

## Dag 7

### Kabelbane til Monte Faito og vandring på Faitoringen

Det er blevet tid til turens sidste vandretur, og vi slutter af med maner ved at tage kabelbanen op til toppen af Faito-bjerget for at foretage en vandretur og nyde udsigten både over Napoli- og Salernobugten.

Navnet Faito stammer fra det lokale dialektord "bøg", fordi området er særligt rig på bøgetræer samt egetræs- og kastanjetræer. Stierne gennem bøgetræerne fører ind i bjergets hjerte, indtil de næsten rører himlen. Monte Faito, hvis antikke navn var Monte Aureum (det orange bjerg), er 1.131 meter højt og er en af toppene på Lattaribjergene, der udgør "rygraden" i Sorrentohalvøen. Bjerget tilbyder en spektakulær udsigt over Sorrentohalvøen, Napolibugten og Vesuv, mod vest øen Capri samt mod syd Amalfikysten og Salernobugten.

**Dagens vandretur: ca. 11 km**

**Vandretid: ca. 5 timer**

Her bor du

**Grand Hotel Moon Valley Sorrento**

**Måltider inkluderet**

✓ Morgenmad ✓ Aftensmad

## Dag 8

### Afsked med Italien og hjemrejse til Danmark

Vi tager afsked med Seiano og kører direkte den korte vej til lufthavnen i Napoli, hvorfra vi flyver hjem til Danmark.

**Måltider inkluderet**

✓ Morgenmad

# Afgange og prisinformation

Afrejse dato	Varighed	Pris pr. person	Rejseleder	Afrejse fra
13. May 2025	8 dage	11.995 kr.	Henrik Vedel Jensen	Billund, København
27. May 2025	8 dage	12.995 kr.	Henrik Vedel Jensen	Billund, København
10. Jun 2025	8 dage	12.995 kr.	Henrik Vedel Jensen	Billund, København
15. Jul 2025	8 dage	12.995 kr.	Henrik Vedel Jensen	Billund, København
19. Aug 2025	8 dage	11.995 kr.	Pia Bak Sørensen	Billund, København
26. Aug 2025	8 dage	11.995 kr.	Henrik Vedel Jensen	Billund, København
30. Sep 2025	8 dage	12.995 kr.	Henrik Vedel Jensen	Billund, København

# Rejsen inkluderer

## Med i rejsens pris

- Flyrejse inkl. skatter og afgifter – se flytider og rejseplan under den pågældende afgang
- Overnatning i dobbeltværelse på det 4-stjernede Grand Hotel Moon Valley
- 7 x morgenmad
- 4 x aftensmad
- 2 x frokost
- Al transport og udflugter inkl. entréer jf. program
- Udflugt til Pompeji og Vesuv
- Vandring langs den berømte Gudernes sti
- Kabelbane til Monte Faito og vandring på Faitoringen
- Udflugt til de græske ruiner ved Paestum
- Besøg på bøffelfarm
- Dansk rejseleder

## Tillæg pr. person

- Enkeltværelsestillæg kr. 1.800
- Heldagsudflugt til Capri inkl. vandring og let frokost kr. 1.350 (dag 6)
- Opgradering til værelse med balkon og havudsigt kr. 1.595 (Bemærk at prisen er pr. person)  
Fast plads i bussen kr. 150
- Administrationsgebyr kr. 125



# RISSKOV'S Rejseklub

## Bliv medlem af Risskovs Rejseklub - og spar op til 1.000 kr. pr. person

Men hvordan bliver jeg medlem, sidder du sikkert og tænker. Det er heldigvis rigtig nemt: Tilmeld dig vores nyhedsbrev, så får du automatisk en mail med dit rabatgivende medlemsnummer efter hjemkomst fra din første Risskov-rejse. Du kan tilmelde dig nyhedsbrevet på [www.risskovrejser.dk/nyheder](http://www.risskovrejser.dk/nyheder)



**RISSKOV  
REJSER**

*Din rejse - vores passion*

**Kontakt**  
70 22 66 00  
[risskovrejser.dk](http://risskovrejser.dk)

**Randers**  
Østergade 10,  
8900 Randers C

**København**  
Store Kongensgade 62  
1264 København K