



“Il Cilento e il Vallo di Diano” Benvenuti al Sud

da domenica 16 a giovedì 20 ottobre 2022

Guida Culturale: Michele Piastrella
Organizzatrice: Lidia Annunziata

16 ottobre 2022 = domenica

In mattinata raduno dei partecipanti alla Stazione di Milano Centrale. Operazioni d'imbarco su treno Alta Velocità in partenza per Salerno con arrivo nel primo pomeriggio. Incontro con la guida e visita del centro storico con il *Duomo* dedicato a San Matteo. Venne costruito in stile romanico nell' XI secolo ed in seguito più volte modificato. Il campanile, di grande valore storico ed artistico, è un'importante testimonianza della fusione arabo-normanna del periodo. Notevole la cripta che custodisce le spoglie mortali di San Matteo. Si continua con la passeggiata lungo Via dei Mercanti, in pieno centro storico, la bella Villa Comunale e gli esterni del Teatro Verdi. Trasferimento in pullman per raggiungere l'**Hotel Le Palme di Paestum** ****. Via Poseidonia, 123, Capaccio Paestum. Tel.: 0828 851025. Sistemazione nelle camere riservate. Cena e pernottamento.



17 ottobre 2022 = lunedì

Prima colazione. Visita di **Agropoli**, con il suo suggestivo centro storico arroccato sotto il castello medievale. Il castello è a pianta triangolare con tre torri circolari e rappresenta il vertice dell'area del borgo antico, detto appunto Agropoli da "Acropolis", un'espressione greca utilizzata dai bizantini, che fortificarono questo territorio a strapiombo sul mare, per difenderlo dagli assalti dal mare. **Pranzo in Ristorante**. Nel pomeriggio visita di **Castellabate**, resa celebre dal film "**Benvenuti al Sud**": si fa tappa prima alla frazione costiera di Santa Maria e poi al bellissimo borgo arroccato in collina, panoramico su buona parte della costa cilentana. Rientro in albergo, cena e pernottamento.

18 ottobre 2022 = martedì

Prima colazione. In mattinata visita al parco archeologico di **Velia**, antica città greca e poi romana, culla della civiltà occidentale con la sua scuola filosofica eleatica. **Pranzo ad Acciaroli**, pittoresco borgo di pescatori che ispirò “Il vecchio e il mare” di Hemingway. Nel pomeriggio breve passeggiata ad **Acciaroli**. Trasferimento a **Pioppi** e visita al Museo della dieta mediterranea, l’importante regime alimentare che nasce “spontaneamente” proprio nel Cilento. Rientro in albergo, cena e pernottamento.



19 ottobre 2022 = mercoledì

Prima colazione. Giornata dedicata al **Vallo di Diano**, una fertile conca circondata da varie catene montuose, un tempo chiamata “Lucania occidentale”: è una zona ricca di monumenti e borghi unici nel loro genere. In mattinata visita della **Certosa di San Lorenzo di Padula**, tra i monasteri più grandi e ricchi del sud Italia, fondata nel Trecento ma poi diventata, tra Seicento e Settecento, una perla dell’arte barocca. **Pranzo in Ristorante**. Nel pomeriggio visita di **Teggiano**, che fu uno dei borghi più importanti del Regno di Napoli, ricco di chiese e importanti monumenti. Si visitano il museo diocesano situato nella ex chiesa di San Pietro, la Cattedrale (1274), che conserva un interessante pulpito e portale in pietra, e ancora altre chiese, sparse nei suggestivi vicoli medievali dell’abitato. Rientro in albergo, cena e pernottamento.



20 ottobre 2022 = giovedì

Prima colazione e partenza per **Paestum**, antica città della Magna Grecia sacra a Poseidone (fu chiamata **Poseidonia**) ma devotissima anche a Hera e Atena. Il suo territorio è ancora oggi cinto da maestose mura: il complesso archeologico ricorda le tre importanti dominazioni, greca, lucana e romana. Capolavori mondiali sono i tre templi greci, tra i meglio conservati al mondo: il Tempio di Era I, il Tempio di Era II e il Tempio di Atena. La visita si completa con il *Museo Archeologico*, che, oltre a splendidi reperti provenienti dall’antistante area archeologica, ospita tombe greche e lucane, tra cui la famosissima Tomba del Tuffatore, scoperta nel 1968, unico esempio di ciclo pittorico completo di età greca della Magna Grecia. **Pranzo**. Trasferimento a Salerno. Operazioni d’imbarco su treno Alta velocità in partenza per Milano.



Contributo per Italia Nostra: € 1.230,00 minimo 20 partecipanti. Supplemento camera singola: € 120,00 (tot € 1.350)

Comunicare al più presto l'interesse al viaggio per poter mantenere le opzioni di trasporti e alberghi.

Acconto: € 500,00 tassativamente entro giovedì 14 luglio - saldo entro venerdì 16 settembre 2022

Il contributo comprende: viaggio in treno alta velocità, trasferimenti come da programma, sistemazione in hotel *****, pensione completa, tassa di soggiorno, (cene in albergo e pranzi in ristoranti tipici), accompagnatore e guida culturale, auricolari, tasse e percentuali di servizio, assicurazione medico/bagaglio.

Non comprende ingressi ai musei, le offerte alle chiese, le manze, (prevedere pertanto € 70,00 a testa da consegnare all'organizzatrice) e tutto quanto non indicato nella voce “il contributo comprende”.

Penalità previste in caso di rinuncia partecipazione al viaggio:

Rinuncia fino a 65 giorni prima della partenza: € 80,00 per spese organizzative.

Rinuncia dal 64° al 36° giorno dalla partenza: 40% della quota di partecipazione

Rinuncia dal 35° all'11° giorno dalla partenza: 75%

Rinuncia dal 10° giorno al giorno della partenza 100% della quota di partecipazione

Chi rinuncia trovando un sostituto: € 80,00 per spese organizzative e il costo dell'eventuale cambio da doppia a singola

Assicurazione:

è possibile effettuare un'assicurazione rinuncia al costo di € 75,00 a testa in camera doppia e € 80,00 in camera singola.

Previa telefonata allo 02 86461400 bonifico a: Italia Nostra Onlus - Banca Intesa San Paolo Filiale accentrata terzo settore IT97P0306909606100000003070 specificando viaggio nel Cilento – acconto camera singola o doppia, con nome, cognome, come da carta di identità e mandando copia dell'effettuato bonifico a viaggi.milano@italianostra.org

Per eventuali comunicazioni urgenti dell'ultimo momento potete chiamare: 00 39 345 433 9009