



ISCHIA

Sull'isola verde tra natura, terme e ottima cucina



SPECIALE PERCHÈ

- le splendide terme di origine vulcani
- l'ottima cucina ischitana casareccia e i vini locali
- paesaggi, colori e profumi della macchia mediterranea

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- i vigneti a picco sul mare
- fumarole e il tufo verde.



Un viaggio ad Ischia non è una semplice vacanza su un'isola, ma una vera e propria esperienza, completa in ogni sua sfaccettatura. Il luogo comune che si è creato attorno al mito dell'isola verde è costituito dal trinomio sole, mare e parchi termali ma Ischia autentica è molto di più: vigneti, macchia mediterranea, bosco e pineta, crateri, duomi lavici, sorgenti, tufo, pomice e solfatara. Durante le nostre escursioni a piedi visiteremo antiche cantine dove si respira forte l'odore del mosto e delle tradizioni, scopriremo case misteriose alle pendici del Monte Epomeo (789m) scavate nel tufo verde,

passando le dita tra le scalfitture ancora visibili dei picconi che le hanno create. Potremo non solo respirare l'odore acre dello zolfo ma anche sentirne la consistenza tra le mani. Lungo i sentieri conosceremo le diverse piante aromatiche come l'origano selvatico, il mirto e la pipernia, l'erba aromatica utilizzata per cucinare il piatto tipico isolano: coniglio all'Ischitana! Mangeremo prodotti locali e degusteremo vini doc ricavati da vigneti a terrazzamenti, tra i quali non mancheremo di passeggiare. Ci perderemo tra stretti vicoli detti "Saraceni" poiché furono costruiti nel tentativo di difendersi dalle continue incursioni via mare di questi feroci pirati.

INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dall'1 al 4 giugno; dal 21 al 24 settembre 2023 (4 giorni /3 notti)
COME	Week-end di gruppo con guida Four Seasons Natura e Cultura A noi di Four Seasons Natura e Cultura non piace la confusione! Perché per noi camminare nella natura è anche silenzio e tranquillità, e crediamo che gruppi troppo numerosi siano, semplicemente, nel posto sbagliato. PER QUESTO WEEK-END SONO PREVISTI MINIMO 6 E MASSIMO 15 PARTECIPANTI.
GUIDA	Francesca Battista (Iscritta nel registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche) <i>Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione "Le nostre guide"</i>
DIFFICOLTÀ	Escursioni a piedi di difficoltà  ; visite culturali; enogastronomia ischitana; bagni al mare e alle terme. Le escursioni presentano sentieri senza difficoltà particolari, non richiedono esperienza ma comunque un minimo di impegno. Le escursioni non presentano dislivelli e lunghezze elevate. In alcuni casi ci potrebbero essere brevi tratti su terreno sconnesso ma comunque con facile accesso e privi di punti esposti. <i>Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI</i>
DOVE DORMIAMO	Hotel 3 stelle
PASTI INCLUSI	Colazioni e cene, un pranzo degustazione
PASTI NON INCLUSI	Due pranzi al sacco
COME SI RAGGIUNGE	Aliscafo da Napoli per Forio Porto (non incluso) Aliscafo da Napoli Molo Beverello – Forio porto: 9:40 – 10:50 – 14:35 Aliscafo da Forio porto - Napoli Molo Beverello: 13:00 – 15:55 – 17:45
INIZIO E FINE VIAGGIO	Inizio viaggio: ore 16 Appuntamento in hotel Fine viaggio: ore 13:00 Forio porto
TRASPORTI LOCALI	Trasferimenti locali con mezzi pubblici e/o trasferimenti privati con minivan.
ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA obbligatori...	Scarponi da trekking, pile o felpa, giacca a vento antipioggia (possibilmente in Gore-Tex ) o mantellina, abbigliamento comodo e pratico, borraccia, zaino da 30/40 litri, cappellino, occhiali da sole e crema solare protettiva.
... e consigliati	Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni. Scarpe comode per le visite ai monumenti e alle cittadine. Coprizaino. Costume da bagno.

PROGRAMMA INDICATIVO

1° GIORNO

FORIO D'ISCHIA – I VICOLI SARACENI

Arrivo libero sull'isola e sistemazione in albergo; pomeriggio dedicato alla scoperta del comune di Forio: i vicoli saraceni sono il singolare tracciato urbano sorto attorno alle torri di avvistamento, rifugio e difesa che l'Università di Forio realizzò a sue spese nella prima metà del 1500 per difendersi dai terribili attacchi dei pirati turchi. La funzione principale di questo dedalo di vicoli era guadagnare tempo e metri sugli assalitori saraceni, in modo da rifugiarsi nelle torri costiere e organizzare la resistenza dai tetti con acqua bollente, pietre, macigni e tutto quanto fosse stato disponibile a tiro. Un'esigenza difensiva comune a tante località del Mediterraneo, ma che solo a Forio e in pochissime altre località ha determinato esiti urbanistici e architettonici tanto singolari. Cena e pernottamento.

2° GIORNO

ISCHIA – CAMPAGNANO e PIANO LIGUORI

Oggi partiremo in direzione di Ischia Porto, con una vista splendida sulla costa est dell'isola. Giungeremo a una chiesetta seicentesca nella frazione di Campagnano, dove case sparse si alternano a campi coltivati. Da qui verdi vigneti precipitano bruscamente verso il mare, dove emergono i neri scogli di Sant'Anna che si stagliano contro il massiccio profilo del Castello Aragonese. Un'intensa macchia azzurra avvolge gli isolotti di Vivara e Procida e, più in là, lambisce la lunga striscia della terraferma su cui sveltano Capo Miseno e, in lontananza, il Vesuvio. Proseguiamo per questo sentiero meraviglioso scavato nel tufo, tra depositi di lapilli e ceneri antiche. Si prosegue per un agile sentiero a strapiombo su varie insenature costeggiando la splendida Baia di Cartaromana, dove sono ancora visibili i resti dell'Aenaria" la vecchia Ischia sommersa. Sosta presso il paese abbandonato di Piano Liguori, con vista su Capri. Cena e pernottamento.

Dislivello: 250 m – **Lunghezza:** 8 km – **Durata:** 5 ore – **Difficoltà:** 

3° GIORNO

IL SENTIERO DELLE BAIE E SANT'ANGELO

In questa terza giornata, effettueremo l'escursione dal borgo di Panza al Geosito delle Baie Pelara, fino su alla collina del Monte di Panza dove ci aspetterà un panorama fenomenale. Riprenderemo in seguito il sentiero per arrivare alla Baia di Sorgeto, famosa per le sue vasche naturali d'acqua calda. Dopo aver assaggiato i prodotti tipici della cucina ischitana potrete decidere se azzardare il primo bagno dell'anno oppure proseguire a piedi (o in barchetta) verso il graziosissimo borgo marinaro di Sant'Angelo. Cena e pernottamento.

Dislivello: 200 m – **Lunghezza:** 4,5 km – **Durata:** 3 ore – **Difficoltà:** 

4° GIORNO

SERRARA FONTANA – MONTE EPOMEO

In questa ultima giornata il percorso partirà dal comune di Serrara, dal grazioso borgo di Sant'Angelo tra viuzze e boutique; lasceremo l'incanto di questo luogo per attraversare un paesaggio selvaggio e affascinante sul versante ovest dell'isola; arriveremo fino al bosco dei Frassitelli, un terrazzo di acacie fittissime. Arrivati all'altezza di un arco di pietra, il percorso prosegue ripidamente in salita fino ad arrivare ad uno sterrato che porta a Pietra dell'Acqua. Si è ormai giunti sulla cresta dell'Epomeo e il percorso prosegue fino ad arrivare alla cima più alta dell'isola, Punta San Nicola (789m), dove è presente un eremo scavato nell'enorme masso di tufo verde che costituisce la cima stessa. Da questo punto comincia la discesa che ci porta fino al bosco della Falanga, in cui è possibile trovare le tipiche case di pietra, le fosse della neve e antichi "palmenti" scavati nel tufo verde, tipica pietra locale. La passeggiata prosegue fino ad un vigneto a terrazzamenti che si affaccia su tutto il comune; ci concederemo qui un meritato riposo prima di rientrare nel grazioso borgo marinaro di Forio. Nel primo pomeriggio rientro a Napoli.

Dislivello: 350 m – **Lunghezza:** 7 km – **Durata:** 4 ore – **Difficoltà:** 

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione: € 450,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 90,00

Sistemazione in singola: su richiesta con supplemento, a disponibilità limitata.

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel, in camere doppie con servizi privati; trattamento di mezza pensione; un pranzo degustazione; trasferimenti per tutta la durata del tour; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica per l'intera durata del viaggio.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica (vedi sotto); trasporti e trasferimenti per raggiungere Ischia; i pasti non espressamente inclusi; musei, parchi e monumenti; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 20,00 obbligatorie, per persona. Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO2 derivanti dalla partecipazione ai viaggi

DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE: Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze e diete specifiche.

NOTE: la quota è basata sulla sistemazione in doppia (sistemazione in camera singola su richiesta con supplemento).

Per coloro che viaggiando da soli, richiedono comunque la sistemazione con altro/a partecipante, sarà assegnata la camera doppia in condivisione. Qualora però, a ridosso della partenza, l'abbinamento non si fosse completato, si procederà all'assegnazione della camera singola con relativo supplemento.

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO, CONDIZIONI E GARANZIE PER ANNULLAMENTI. Facoltativa, non inclusa nella quota, ma è possibile stipularla con un **costo del 5% del totale dell'importo assicurato**. Richiedi comunque il preventivo effettivo. L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione del viaggio. **Richiedici l'opuscolo informativo completo o clicca [qui](#)**

PER VIAGGIARE IN TRANQUILLITA'



Potrai partire tranquillo per le vacanze e dovrai pensare soltanto a rilassarti e divertirti, grazie alle nostre polizze Nobis Assistance.

POLIZZA "TOUR" MEDICO/BAGAGLIO N° 6001004547/F

Tutti i nostri viaggi includono la **polizza assicurativa Medico/Bagaglio** che garantisce assistenza medica durante il viaggio e copertura assicurativa in caso di ritardata consegna, danneggiamento o smarrimento del bagaglio. Richiedi l'opuscolo informativo

POLIZZA ANNULLAMENTO "TRAVEL" N° 6003000688/W

Se desideri sentirti al sicuro contro eventuali imprevisti che potrebbero impedire la tua partenza, scegli la nostra **POLIZZA TRAVEL**, con un costo del 5% del totale assicurato. La polizza include anche la copertura in caso di positività al Covid-19. Richiedi l'opuscolo informativo

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE CAMBIAMENTI A DISCREZIONE DELLA GUIDA

Condizioni generali di partecipazione come da pacchetto di viaggio

Le condizioni di partecipazione sono regolate dalla Legge 1084/77 (CCV) e dal D.lgs. 79 del 23/05/2011 "Codice del Turismo" e ss. mm. e ii.



VIAGGIA NATURALE



IL TURISMO SOSTENIBILE

COS'È IL TURISMO SOSTENIBILE?

Il principio fondamentale del turismo sostenibile è lo stesso del più generale sviluppo sostenibile: **attingere a risorse del presente, come natura e città d'arte, con tutti i ragionevoli limiti che impone la preoccupazione per il futuro.**

Il concetto di turismo sostenibile non aveva riconoscimento istituzionale fino al 1995, anno della prima Conferenza mondiale sul turismo sostenibile tenuta a Lanzarote, nelle isole Canarie, un convegno straordinario con più di seicento relatori provenienti da tutto il mondo.

Al termine della Conferenza, dopo lunghe e accese discussioni, fu redatta la Carta di Lanzarote, che adattava la strategia dello sviluppo sostenibile al mondo del turismo. Oggi considerata una pietra miliare nella storia del turismo sostenibile, individuava 14 punti e conteneva un Piano di Azione del Turismo sostenibile.

L'ECOTURISMO

La parola "ecoturismo" indica una forma di **turismo basato sull'amore e il rispetto della natura**. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.

Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori possono avere nelle zone visitate e quindi desideriamo preservarne i valori ambientali e sociali. Con l'ecoturismo è possibile sostenere la protezione di aree naturali anche attraverso la **produzione di benefici economici per le comunità locali.**

Questo è il vero spirito del viaggio. Potrete immergervi nella realtà locale senza alterarne gli equilibri, ma nello stesso tempo offrendo possibilità di guadagno e di lavoro, incrementerete la coscienza di conservazione degli aspetti naturali e culturali presso la gente del luogo.

Cosa si propone l'ecoturismo attraverso gli operatori e i viaggiatori?

- **Proteggere l'ambiente** naturale e il patrimonio culturale del luogo.
- **Cooperare con le comunità locali** assicurando dei benefici economici con la presenza dei viaggiatori.
- **Rispettare la natura** e le popolazioni dei luoghi visitati.
- **Conservare flora, fauna** e zone protette.
- **Rispettare l'integrità delle culture locali** e delle loro abitudini.
- **Seguire le leggi e le regole dei paesi** visitati combattendo e scoraggiando l'abusivismo e le forme illegali di turismo (prostituzione e sfruttamento dei minori, acquisto di materiale esotico, etc.).
- **Dare sempre informazione**, anche agli altri turisti, sull'ecoturismo e i suoi principi.

A volte contrattare per qualche dollaro un souvenir può togliere a chi lo vende il minimo di sussistenza, mentre per noi è solo un gioco. Questo è un piccolo esempio per capire che anche un solo gesto può lasciare una traccia profonda sul nostro percorso.



L'IMPEGNO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA PER LA SOSTENIBILITÀ

**Dal 1993 in Italia promuoviamo la cultura del turismo green e consapevole.
Da oltre 25 anni impegnati nella diffusione del viaggio autentico guidati dalla
passione per la natura, da vivere insieme e in sicurezza.**

I nostri viaggi sono da sempre gestiti in modo responsabile e sostenibile

- **Abbiamo sempre creduto in quattro semplici principi guida:**

- » che le comunità locali debbano beneficiare della nostra visita
- » che ogni destinazione è prima di tutto la casa di qualcun altro
- » che dovremmo lasciare i posti come vorremmo trovarli
- » che viaggiare debba arricchire emotivamente e culturalmente

- **Compensiamo la CO₂ prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care**



Tutti i nostri viaggi sono a "zero CO₂"

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO₂ emesso dai trasporti dei nostri viaggi!

Four Seasons Natura e Cultura utilizza una parte delle quote di partecipazione per compensare l'impatto sul clima causato dal viaggio dei propri partecipanti, tramite il finanziamento di iniziative di abbattimento delle emissioni di CO₂.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contribuiti in tecnologie di energia sostenibili che non sono efficaci solo contro il cambio del clima ma possono portare anche estesi benefici alle comunità di tutto il mondo.

Calcola e compensa autonomamente emissioni provenienti dal volo aereo, dai viaggi in macchina e dall'uso di energia in genere durante il viaggio.

Per saperne di più sui progetti, visita www.climatecare.org o contatta Four Seasons Natura e Cultura.

- **Siamo soci e partner di WWF Travel ed abbiamo adottato i principi della Carta di Qualità WWF**



- Siamo soci di AITR, l'Associazione Italiana Turismo Responsabile, e ne applichiamo e diffondiamo i criteri ai nostri partecipanti durante i viaggi: www.aitr.org
- Siamo membri attivi della rete internazionale ECOLNET, European Ecotourism Network, e ne adottiamo i principi di standardizzazione e controllo: www.ecotourism-network.eu
- Siamo soci del network italiano Ecoturismo Italia: www.ecoturismo-italia.it
- Prepariamo tutti i nostri viaggi seguendo le linee guida delle carte di qualità degli organismi a cui aderiamo e ne applichiamo il più possibile i principi fondanti e inoltre:
 - » includiamo sempre un'esperienza educativa e di interpretazione;
 - » prevediamo un comportamento responsabile da parte dei partecipanti;
 - » organizziamo i viaggi in modo artigianale su piccola scala e per piccoli gruppi;
 - » usiamo il più possibile strutture ricettive e servizi gestiti da locali e non appartenenti a catene o network internazionali.

ANCHE IL VIAGGIO PIÙ LUNGO COMINCIA CON UN PASSO. IL TUO.

CURIOSI DI NATURA VIAGGIATORI PER CULTURA



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA ADERISCE A:



THE CODE Organizzazione mondiale contro il turismo sessuale e l'abuso sui minori



AIAV, Associazione Italiana Agenti di Viaggio, aderendo al Codice di Autoregolamentazione delle Imprese Turistiche



Four Seasons Natura e Cultura è socia di Interpret Europe



FOUR
SEASONS
NATURA E
CULTURA

VIAGGIARE
CONSAPEVOLI