



# Vandring bland vulkaner

## Specialresa för Saga Motion

### 23–29 april 2019

För något halvår sedan tog jag upp frågan om Sagas motionsresor med Sagas marknadschef Patrik Philip. Jag talade om nya resmål och nämnde Italien och Tyrrenska havskusten där det gavs många möjligheter till framför allt vandringar längs de kustnära bergen. Själv hade jag redan som åttaåring 1959 bestigit den ännu verksamma vulkanen Vesuvius och sedan återkommit dit flera gånger i vuxen ålder. Jag hade då även tagit mig upp på Ischias vulkan Monte Epomeo, samt vistats på Capri som stipendiat på San Michele och bestigit Monte Solaro. Numer kände jag till trakterna väl. Jag hade även bott fyra år i landet, som ung litteraturvetare läst på universitetet i Florens samt inte minst som 50 år fyllda, fotvandrat Italien runt 3000 kilometer, 8 kilos packning, 70 dagar.

Utgående från vad som sagts frågade Patrik om inte jag själv rent av kunde utforma en motionsresa åt Saga och om jag i så fall vore intresserad att följa med och kanske guida gruppen om vi rörde oss i trakter som jag kunde säga nåt om. Jag såg då Neapelbukten framför mig och vulkanen Vesuvius 10 kilometer sydost om Napoli, vulkanen Epomeo på ön Ischia en knapp timma med båt i västlig riktning, och däriifrån åt sydost i samma havsbukt, Monte Solaro på Capri.

Alla tre är vid siktigt väder synliga samtidigt från respektive topp. Det är bestigningen av Vesuvius, Epomeo och Monte Solaro som den här aktuella motionsresan handlar om.

**Ernst Brunner**

#### Resefakta

Bokning: bokning@mejtresor.se

Telefon: 0704-220174

Pris: 16 690 SEK.

I Priset ingår: flyg Arlanda – Neapel t&r med Lufthansa, två nätter i delat dubberum på fyrstjärniga EXE Majestic i Neapel, fyra nätter i delat dubbelrum på trestjärniga Hotel San Francesco på Ischia, fem middagar varav en med vin, fyra luncher (både lunchpaket och lunch på serveringar, samtliga transporter (färjor och bussar) och inträden enligt program, **Ernst Brunner** som ciceron under hela resan, lokal reseledare **Anna Rudh**, träningsledare från Saga Motion.

**Att ta med:** lättare vandringsskängor alt. bra gymnastikskor och regnjacka.

Mejt Resor AB förbehåller sig rätten till förändringar i programmet. Mejt Resor AB är medlem i Svenska Resebyråföreningen och har tecknat resegaranti hos Kammarkollegiet.

I samarbete med



Vår ciceron Ernst Brunner

Foto: Caroline Andersson



# Dagsprogram

## Tisdag 23 april:

### 16:35 Avresa med Lufthansa från Arlanda

En reseledare från Saga möter vid gaten. Flyget gör ett tvåtimmars uppehåll i München och ankommer Neapel 22:50. Vår guide och färdledare under veckan, den på Ischia bosatta Anna Rudh, möter i ankomsthallen. Busstransfer till hotell EXE Majestic.

## Onsdag 24 april:

07:30-08:45 Frukost i hotellets buffé. Ta med hotellets matsäck.

09:00 Avresa med buss till Vesuvius via hamnstaden Torre del Greco. Vulkanen har två toppar. På utsprånget av den lägsta, Monte Somma, 676 meter över havet, finns ett meteorologiskt observatorium. Bussen tar oss dit varefter uppstigningen följer med auktoriserad vulkanguide, med Anna Rudh, en Saga-guide och med mig, först genom fruktträdgårdar, terrasserade vinodlingar, sedan på klätterleder allt brantare längs svartsvedda klippväggar, över aska och lavabäddar, på skrå uppför konen med 40° lutning till höjdmålet som är kanten av eruptionskäglan 1279 meter över havet. Vid kraterkanten ger jag, Ernst Brunner, en vulkanhistorik och berättar om de första svenskarna på toppen, bl. a. Tobias Sergel och Kung Gustav III. (Tanken är för övrigt att jag under resans gång ska samla gruppen då och då och säga något som kan berika reseupplevelsen.)

Återfärd med buss på eftermiddagen.

**ca 16:00 Ankomst hotell.** Majestic har ett gym där man under en PT från Saga kan ta sig ett styrkepass.

20:00 Gemensam middag.

## Torsdag 25 april:

07:00-09:00 Frukost och utcheckning.

09:00- **ca 14:00** Guidad vandring i Napoli med Anna Rudh och Ernst Brunner. Vi tar oss från hotellet till fots mot den medeltida stadsdelen, beser Gesù Nuovo, slår in på gågatorna Via Tribunali, Via Duomo och tillbaka mot Piazza Domenico Maggiori. Den här gamla staden är trång och mörk, ofta med en armsbredd mellan husväggarna som är byggda av vulkanisk tuff. Att slå in på en smal gränd kan upplevas som att pressa sig genom en bergsklyfta. Här mellan grönsaksstånd och gatuserveringar, är handeln särskilt livlig, gesterna vildsinta, samtalen högljudda.

**ca 15:00** Traghetto avgår från hamnen med destination Ischia och hamnen i Casamicciola. Buss därifrån 15 minuter riktning Forio på öns västkust.

**ca 16:30** Incheckning på Hotel San Francesco, ett av öns många spa-center med in- och utomhuspool. De flesta rummen har balkong. Vi stannar här under återstoden av resan, fyra nätter.

20:00 Middag på hotellet.

## Fredag 26 april:

07:00-08:30 Frukost.

08:45 Avresa med buss till basstationen för bestigningen av Epomeo. Kratern ligger på 778 meters höjd. Vulkanen är utslöknad. Vid senaste utbrottet sprängdes hela den södra konen med vidhängande bergshang bort. Vägen upp är brant, börjar ovanför olivzonen och går vidare på fast klippgrund genom dungar av stenek, lagerträd, stickmyrten. Det finns en toppstation som är en väl försedd servering. Slutetappen går över en ganska smal långsträckt avsats där det sluttar brant utför på bägge sidor. Själva vulkantompen några sista klättertapp uppåt utgörs bara av en liten rest av kraterkammen formad som ett mäktigt örnäste. Man kan trängas där femton man åt gången.

Eftermiddagen på hotellet. Omgivningarna erbjuder fina möjligheter till motion, om man vill under ledning av vår PT från Saga. Stranden nedanför hotellet heter Spiaggia Francesco.

20:00 Middag på hotellet.

## Lördag 27 april:

07:00-08:00 Frukost

08:30 Avresa med buss till hamnen i Casamicciola.

**ca 09:00** Traghetto till Marina Piccola, Capri. Överfärden tar cirka 50 minuter.

Vid ankomsten väntar buss som tar oss upp på serpentinvägar till Anacapri. Monte Solaro som vi ska bestiga, är Capris högsta punkt, höjden 589 meter. Uppstigningen börjar vid Capodimonte bakom Axel Munthes berömda Villa San Michele. För en van klättrare är det här en smörväg på plan, dolomitisk kalk. Vegetationen som vi genomvandrar räknar upp till 900 arter. Man lägger vinodlingar under sig och passerar genom en fikonskog. Vid La Crocetta kan man ta en avstickare till heremitaget Santa Maria a Cetrella. Högst upp syns ruinerna efter Fortino di Bruto. Utsikten är här, liksom från de andra topparna vi bestigit under veckan, av det slag som kallas hänförande.

Återsamling vid Capodimonte, buss till Marina Piccola och därifrån båt tillbaka till Ischia.

**ca 16:00** Ankomst hotellet San Francesco

20:00 Middag på hotellet.

## Söndag 28 april:

07:30-09:00 Frukost.

Den här sista dagen kan disponeras efter eget gottfinnande. Jag föreslår en tur till fots från hotellet till botaniska trädgården la Mortella, av kännare ansedd vara Italiens vackraste. Inträde 12 Euro. Från la Mortella kan man fortsätta vägen runt Punta Cornaccia ner till vattnet på öns ostsida vid Lido di San Montano. Avståndet från hotellet är cirka fem kilometer. Ischia har sedan antiken varit känt för sina heta termalbad. Kuranläggningen Negombo erbjuder en stor variation av hälsobad eller hydromassage med ett tiotal olika bassänger inomhus eller i en tropisk, terraserad trädgårdsmiljö utomhus.

Man kan ta sig ett gym-pass och gå runt en halv dag utan att stiga ned i samma vatten.

20:00 Middag på hotellet.

## Måndag 29 april

07:00-09:00 Frukost

**ca 11:30** Buss till hamnen i Casamicciola.

12:30 Avresa 50 minuter med traghetto till Napoli.

Tidig eftermiddag, bussen lämnar hamnen för flygplatsen, Aeroporto Internazionale di Napoli. Ankomst dit senast 15:30.

17:30 Avgång med Lufthansa, mellanlandning München, två timmars uppehåll.

21:00 Avgång München.

22:55 Ankomst Arlanda.

