

Cilento für Genießer (auch für Südtiroler in der Welt)

Der Cilento liegt im äußersten Süden Kampaniens. Hier hat die Dieta Mediterranea, die „Mittelmeerküche“ ihren Ursprung. In unserem Hotel direkt am Meer legt man auf diese kulinarische Tradition großen Wert. Bei unseren Ausflügen werden wir zudem mit dem Anbau und der Verarbeitung typischer Produkte vertraut gemacht, die wir natürlich auch verkosten. Auch Kultur- und Naturfreund:innen kommen nicht zu kurz: Unsere Tour führt uns zu Kulturstätten von Weltrang, aber auch zu den Schönheiten des Nationalparks „Cilento e Vallo di Diano“. Nicht zuletzt aber ist diese Reise eine Begegnung mit herzlichen und fleißigen Menschen, die uns tiefe Einblicke in das Leben im italienischen Süden vermitteln.

1. Tag: **Anreise**

Individuelle Anreise bis zum Bahnhof Bozen. Gemeinsame Zugfahrt mit der Freccia über Salerno direkt ins Herz des Cilento. Von dort fährt der Bus zu unserem Hotel im Fischerstädtchen Marina di Camerota. Abendessen.

2. Tag: **Bootsfahrt, Wandern und Sardellen**

Vom Hotel aus schlendern wir durch das Ortszentrum zum Hafen. Hier fahren wir mit einem Boot, das uns, an vielen Grotten vorbei, bis zur bekannten „Baia degli Infreschi“ bringt. An einer anderen kleinen Bucht gehen wir an Land (Bademöglichkeit!) und nehmen ein kleines Mittagessen ein. Zurück nach Marina di Camerota geht's zu Fuß. Am späteren Nachmittag lernen wir in unserer Hotelküche alles über die Zubereitung von Sardellen (Alici), einem typisch cilentanischen Gericht. Abendessen. ↑↓ 130 Hm, 4 km, ca. 1,5 Std.

3. Tag: **Kartause von Padula und WWF Oase**

Der Bus fährt uns ins Landesinnere zum Kartäuserkloster Padula mit dem größten Kreuzgang der Welt (UNESCO Weltkulturstätte). Nach der geführten Besichtigung fahren wir weiter zur Oasi Morigerati, einem Naturschutzgebiet des WWF. Auf einem Rundgang erschließen sich Grotten, die Schlucht des Flusses Bussento und eindrucksvolle Lebensräume mit seltenen Pflanzen und Tieren. Hier nehmen wir auch ein Picknick ein. Zurück im Hotel und nach dem Abendessen sehen wir den Kultfilm „Willkommen im Süden“ (Benvenuti al Sud) der in Castellabate spielt, das wir am nächsten Tag besuchen.

4. Tag: **Kultort Castellabate**

Heute fahren wir nach Castellabate und erfahren bei der Führung mehr über dieses mittelalterlich geprägte Dorf auf einem Hügel hoch über dem Meer. Wer will, hält Ausschau nach Orten, die wir gestern im Film gesehen haben. Anschließend entspannen wir uns in einem Agriturismo bei einem leichten Mittagessen mit Weinverkostung. Rückfahrt zum Hotel und Abendessen.

5. Tag: **Griechische Tempel und weiße Feigen**

Wir fahren nach Paestum (UNESCO-Weltkulturstätte) im Norden des Cilento. Hauptsehenswürdigkeit sind drei griechische Tempel, angeblich die am besten erhaltenen weltweit. Nach der geführten Besichtigung besuchen wir einen Agriturismo, der für seine Feigenproduktion bekannt ist. Gestärkt geht's zurück ins Hotel und zum Abendessen.

6. Tag: **Auf den Spuren der Mittelmeerdiet**

Heute besuchen wir das Museum der mediterranen Diät im Fischerort Pioppi. Hier lebte einst der Amerikaner Ancel Keys, der den Zusammenhang zwischen Ernährung und Herz-Kreislauf-Erkrankungen erforschte. Er stellte fest, dass die Menschen im Cilento kaum unter diesen Krankheiten litten. Weiter geht's nach Ascea zum Besuch einer Käserei mit Workshop und anschließender Verkostung. Danach Weiterfahrt zu einem Olivenanbauer mit Besuch des Olivenhains und einer Ölverkostung. Rückfahrt zum Hotel und zum Abendessen.

7. Tag: **Süße Köstlichkeiten zum Abschluss**

Heute machen wir einen Ausflug auf der Suche nach Kaktusfeigen und Erdbeerbäumen. Anschließend verarbeiten wir die geernteten Produkte und stellen Marmelade her in einem dafür spezialisierten Betrieb. Leichtes Mittagessen mit lokalen Köstlichkeiten. Anschließend Rückkehr zum Hotel, wo wir gemeinsam eine typische Nachspeise herstellen. Abendessen im Hotel.

8. Tag: **Addio Cilento**

Nun heißt es leider Abschied nehmen. Mit dem Zug geht es wieder in Richtung Heimat. Was uns bleibt sind unsere Mitbringsel aus dem Süden, neue Erfahrungen und viele schöne Erinnerungen.

Reiseleiter: Franco Bernard

Franco ist geprüfter Reiseleiter, Fremdenführer und Natur- und Landschaftsführer. Er liebt die Landschaft, die Menschen und die gute Küche des Südens und war schon mehrmals im Cilento unterwegs.

Kurzfristige Programmänderungen vorbehalten.

Preis: Euro 1.520/Euro 1.510 für KVV Mitglieder

Einzelzimmerzuschlag: Euro 140

Anzahlung: Euro 370

Restzahlung: 30 Tage vor Reisebeginn

Teilnehmer: min. 14 - max. 20 Teilnehmer

Unsere Bankverbindung:

Südtiroler Volksbank, IBAN Kodex IT 65 T 05856 11601 05057 1103497

Kennwort: Rechnungsnummer + Cilento Genuss

Im Preis inbegriffen:

- ❖ Zugfahrt von Bozen bis Cilento und retour
- ❖ Transfer vom Bahnhof zum Hotel und retour
- ❖ Bustransfers vor Ort
- ❖ 7 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel***
- ❖ Wein und Wasser bei den Abendessen
- ❖ 2 Kochkurse
- ❖ Besichtigungen, Verkostungen, Mittagessen laut Programm
- ❖ Bootsfahrt
- ❖ Aufenthaltssteuer
- ❖ Reiseleitung

Im Preis nicht inbegriffen:

- ❖ restliche Mittagessen und Getränke, Trinkgelder
- ❖ Einzelzimmerzuschlag
- ❖ Reiseversicherung

Anmeldung: KVW Reisen GmbH

Pfarrplatz 31, Bozen, Tel. 0471 309 919, E-Mail: reisen@kvw.org

Evtl. Anmeldung auch in allen KVW Bezirksbüros

Anmeldeschluss: 12. September 2023

Bei zu geringer Teilnehmerzahl wird die Reise bis zum 28. September 2023 abgesagt. Nachträgliche Anmeldungen auf Anfrage.

Stornobedingungen:

- ❖ bis 30 Kalendertage vor Reisebeginn 25%
- ❖ vom 29. bis zum 15. Tag vor Reisebeginn 60%
- ❖ vom 14. bis zum 8. Tag vor Reisebeginn 80%
- ❖ ab dem 7. Tag vor Reisebeginn 100%

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiseversicherung inkl. Stornoversicherung.

Veranstalter: KVW Reisen GmbH

Lizenz Prot. Nr. 551857 (16.07.2021)

Insolvenzabsicherung Fondo Vacanze Felici S.c.a.r.l. Nr. 2308

Haftpflichtversicherung TUA Assicurazioni S.p.A. 40324512000111

Die allgemeinen Reisebedingungen der KVW Reisen GmbH und das Standardinformationsblatt für Pauschalreiseverträge finden Sie unter reisen.kvw.org. Diese Reise eignet sich nicht für Personen mit eingeschränkter Mobilität.

Verpflichtende Mitteilung im Sinne des Art. 17 Gesetz Nr. 38/2006: Die Verbrechen der Prostitution und der Minderjährigenpornografie werden vom italienischen Gesetz mit der Gefängnisstrafe geahndet, auch wenn dieselben im Ausland verübt werden.

Lust auf **Reisen**



AKTIV reise



Cilento für Genießer (auch Südtiroler in der Welt)

Franco Bernard

14. – 21.10.2023

KVW