

2022


Caprionline

VERSIONE ITALIANA
ebook pdf

Capri & Amalfi Coast

100 EXPERIENCE
DA VIVERE QUI!
Dagli autori di
Capri.com e Positano.com



Indice

Come muoversi	10	Praiano	91
In quale zona dormire?	12	Il Fiordo di Furore	92
Quante notti fermarsi.....	13	Conca dei Marini	93
Dove scegliere l'hotel?	14	Ravello	94
Quando venire?.....	16	Amalfi	97
		Atrani	99
Capri	18	Minori, Maiori, e Tramonti	100
Dove dormire?	19	Cetara, Erchie e Vietri sul Mare	102
Come arrivare a Capri	21	Sant'Agata e Nerano	104
Come muoversi a Capri	23	Escursioni in mare e noleggio barche	106
Cosa vedere in un giorno a Capri	27	Le spiagge della Costiera Amalfitana	108
Itinerario di tre giorni a Capri	29	Le spiagge di Positano	110
La Grotta Azzurra	32	Le spiagge di Nerano	111
Il giro dell'isola in barca	36	Le spiagge di Amalfi	112
Noleggiare una barca	39	Le spiagge di Atrani	113
Le spiagge di Capri	42	Le spiagge di Cetara	114
La Certosa di San Giacomo	44	Le spiagge di Maiori e Minori	115
Il sentiero del Pizzolungo	45	Le spiagge di Vietri sul Mare	116
Giardini di Augusto - Via Krupp	47	Sorrento	117
Villa Jovis	48	Dove soggiornare a Sorrento	119
Parco Astarita e Villa Lysis	49	Come arrivare a Sorrento	120
Visitare Anacapri	50	Come muoversi a Sorrento	124
Villa San Michele di Axel Munthe	52	Itinerario di un giorno a Sorrento	126
Monte Solaro e Cetrella	54	I ristoranti di Sorrento	128
Belvedere la Migliara	56	Shopping a Sorrento	130
Il Sentiero dei Fortini	58	Le spiagge della Penisola Sorrentina	132
La Piazzetta	60	La Baia di Ieranto	135
L'aperitivo	61	Il Monte Faito	137
Ristoranti sull'isola di Capri	62	Punta Campanella	139
Shopping	66	Escursioni di un giorno	141
Costiera Amalfitana	67	Visitare Pompei o Ercolano?	142
Come arrivare in Costiera Amalfitana	70	Visitare gli Scavi di Pompei	144
Come muoversi in Costiera	72	Cantina del Vesuvio	151
Cosa vedere in un giorno	73	Il cratere del Vesuvio	152
Itinerario di tre giorni in Costiera	74	Visitare gli Scavi di Ercolano	154
Passeggiate e trekking	75	Come arrivare agli scavi e al Vesuvio	161
Il Sentiero degli Dei	76	FAQ: scavi di Pompei, Ercolano e visita al Vesuvio	164
Il vallone delle Ferriere	78	Escursione a Capri da Sorrento	166
La Torre dello Ziro	80	Escursione in Costiera Amalfitana da Sorrento	167
Ristoranti in Costiera Amalfitana	82	Una giornata a Napoli	169
Shopping in Costiera	84	La Reggia di Caserta	173
Le cantine vinicole della Costiera	86	Paestum	174
Positano	88	Escursione a Ischia e Procida	175
I dintorni di Positano	90	Procida, Capitale Italiana della Cultura 2022!	176

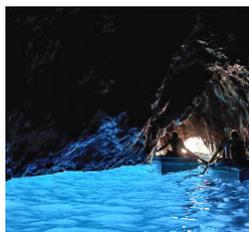
Capronline e i suoi autori fanno il loro meglio per fornire informazioni accurate e attendibili. Prezzi, orari e quanto altro riportato in questa guida sono aggiornati al momento della stampa e quindi possono subire variazioni. Inoltre molti servizi cambiano prezzi e orari a seconda della stagione. Capronline declina ogni responsabilità per qualsiasi danno, pregiudizio o inconveniente che dovesse derivare dall'utilizzo di questa guida.

Le 100 esperienze da vivere tra Capri, la Costiera e Sorrento

Non è una classifica, scegliete quello che più vi ispira e lasciatevi guidare dall'istinto.

Isola di Capri

EXPERIENCE



Visitare la Grotta Azzurra



Salire in seggiovia sul Monte Solaro



Fare un giro in barca intorno all'isola di Capri



Una passeggiata fino a Punta Tragara



Scoprire la pace della Migliara



Visitare l'Eremo di Cetrella



Affacciarsi dalle terrazze di Parco Astarita



Fotografare i Faraglioni dai Giardini di Augusto



Percorrere il sentiero del Pizzolungo



Percorrere il Sentiero dei Fortini



Salire (o scendere) i 900 gradini della Scala Fenicia tra Marina Grande e Anacapri



Provare il brivido di una corsa in autobus tra Capri e Anacapri



Guardare il tramonto al Faro di Punta Carena



Un gelato da Buonocore a Capri centro o da Capri Crema Caffè ad Anacapri



Prendere un aperitivo in Piazzetta



Un drink sulla terrazza dell'Hotel Quisisana



Andare a ballare in taverna

La Costiera Amalfitana

EXPERIENCE



Fermarsi ad ammirare la piramide di case colorate sulla spiaggia grande di Positano



Fare su e giù tra le scalette di Positano



Visitare il piccolo borgo di Nocelle



Percorrere il sentiero degli Innamorati dalla Spiaggia Grande a Fornillo, a Positano



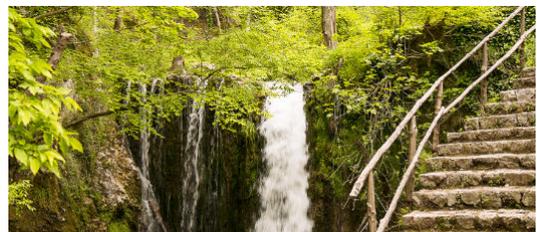
Ammirare il tramonto, a Praiano



Scoprire che anche in Italia c'è un fiordo, a Furore



Perdersi nel dedalo di passaggi coperti alle spalle del Duomo di Amalfi



Fare un'escursione al Valle delle Ferriere, tra i vecchi mulini usati per fabbricare la carta



Come muoversi

Principali collegamenti tra la Costiera Amalfitana, la Penisola Sorrentina e Capri

Penisola Sorrentina: da Vico Equense a Massa Lubrense, attraversata dalla linea ferroviaria Napoli-Sorrento e dalla strada statale 145.

Costiera Amalfitana: da Nerano a Vietri sul Mare, attraversata dalla strada statale 163, percorribile in autobus. In estate i vari paesi sono collegati anche da traghetti e aliscafi.

Isola di Capri: tutto l'anno ci sono aliscafi e traghetti da e per Napoli e Sorrento. Da aprile a ottobre anche da e per Salerno, Amalfi, Positano e Ischia.

Auto (o non auto?)

L'auto è sicuramente utile in **Costiera Amalfitana** per muoversi in libertà e raggiungere comodamente anche le località meno servite dai mezzi pubblici, ma ci sono alcune variabili da considerare:

Parcheggio: in Costiera lo spazio è poco, per questo **i parcheggi sono pochi e costosi**. Da **Positano** ad **Amalfi** la media è di 4€ l'ora. A **Sorrento** invece troverete molti parcheggi e più economici (intorno ai 2€ l'ora).

Traffico: durante l'alta stagione turistica spesso il traffico può rimanere bloccato per ore. Vi consigliamo di pianificare con attenzione gli spostamenti.

Strade: le strade della Costiera sono strette e piene di curve. Se non siete abituati la guida potrebbe rivelarsi come minimo stressante!

Moto e scooter

Lo scooter e la moto sono sicuramente i mezzi più piacevoli per girare in Costiera in totale libertà, senza preoccuparsi del traffico e del parcheggio.

Potete noleggiare uno scooter nei maggiori paesi della Costiera, ma lo consigliamo **solo se già avete una discreta esperienza sulle due ruote**.



La strada Statale 163

Tutti i paesi della Costiera sono collegati tra loro dalla Strada Statale 163 detta **"l'Amalfitana"**, sicuramente una delle strade più belle del mondo. 50 chilometri di curve a gomito a picco sul mare, intervallate dai vari paesini della **Costiera Amalfitana**, arrampicati sulla roccia come presepi. **Attenzione al traffico:** durante l'estate e i week-end spesso si blocca a causa della grossa mole di auto e autobus turistici che arrivano in Costiera.

Mezzi pubblici

I paesi della Costiera Amalfitana sono collegati tra loro dagli autobus della Sita. Le corse sono abbastanza frequenti anche se spesso gli orari di partenza e di arrivo non sono rispettati per via del traffico. **Attenzione al sovraffollamento:** in estate, durante gli orari di punta, può capitare di non trovare posto sull'autobus.

Aliscafi e traghetti

Sono il modo più comodo di muoversi tra i vari paesi. La maggior parte delle linee sono attive dai primi di **aprile** a fine **ottobre**.

Raggiungere Capri

Gli aliscafi per **Capri** partono tutto l'anno da **Napoli** e **Sorrento**. In estate si parte anche da **Salerno**, **Amalfi** e **Positano**. Per buona parte dell'anno **non è possibile portare l'auto o la moto a Capri**: lo sbarco di mezzi a motore dei non residenti è permesso solo dai primi di **novembre** a **Pasqua**.

Ma in ogni caso l'automobile a Capri serve ben poco.

Orari aliscafi e traghetti www.capri.it

Treno Circumvesuviana Napoli - Sorrento

La **Circumvesuviana** collega Napoli con Sorrento e gli altri paesi della provincia. Sui treni non ci sono servizi, non c'è molto spazio per i bagagli, spesso bisogna viaggiare in piedi e nella **stazione Napoli Centrale** non ci sono scale mobili per arrivare ai binari. **Il tragitto Napoli-Sorrento dura circa un'ora.**

Orari treno Napoli - Sorrento www.sorrentoinsider.com

Biglietti

Non esiste un biglietto unico che permetta di usare tutti i mezzi pubblici della zona, ogni azienda ha i propri biglietti aziendali ed è necessario procurarselo prima di salire a bordo. **Oltre che nelle stazioni, si possono comprare anche in molti bar, tabaccai ed edicole.**

[Arrivare a Capri](#)

[Arrivare in Costiera Amalfitana](#)

[Arrivare a Sorrento](#)

In quale zona dormire?

Scegliere la zona dove fare base è una delle decisioni più importanti. Ecco le varie alternative.

Capri

Se volete “veramente” visitare **Capri**, beh, allora dovrete passare **almeno due notti qui**. L'isola infatti sprigiona tutta la sua bellezza alla sera, quando le frotte di visitatori giornalieri vanno via e l'ultimo traghetto leva l'ancora. E quest'isola è troppo bella per non essere ammirata in tutta calma.

Positano

Insieme a Capri è una delle località più esclusive, la quintessenza dell'atmosfera della Costiera Amalfitana. Offre un panorama mozzafiato, scorci pittoreschi e belle spiagge. Attenzione però, è una città verticale, fatta tutta di scalini, poco adatta quindi ai bambini piccoli e a chi ha difficoltà di movimento.

Costiera Amalfitana

Se volete soggiornare in Costiera ma cercate un'opzione meno costosa e con meno turisti rispetto alle rinomate **Positano** e **Amalfi**, potreste prendere in considerazione **Praiano, Furore, Minori** o gli altri piccoli villaggi lungo la costa (da Positano a Vietri sul Mare).

Sorrento

È la località scelta dalla maggior parte delle persone che visitano l'area. Il suo punto forte sono gli ottimi collegamenti con Capri, Positano, Amalfi e Pompei oltre che lo splendido panorama e l'atmosfera vivace. **Sorrento offre una vastissima scelta di hotel, appartamenti e B&B, per tutte le tasche.**

Attenzione agli scalini

Prima di prenotare un qualsiasi alloggio in **Costiera Amalfitana** controllare bene la posizione non solo in termini di vicinanza col mare e col centro del paese, **ma anche di “altezza”**.

Alcune sistemazioni sulla mappa potrebbero sembrare vicine al mare, ma in realtà sono raggiungibili solo con **lunghe scalinate**.

Quante notti fermarsi

Ecco alcune idee su come organizzarsi a seconda del tempo a disposizione.

Un weekend lungo

Se avete solo pochi giorni evitate di condensare tutto quello che c'è "da vedere" in poco tempo: il fascino della **Costiera Amalfitana** si coglie appieno solo abbandonandosi al relax.

Per soggiorni brevi consigliamo sempre di scegliere come base **Capri** o **Positano**, le due località più suggestive e iconiche della zona, e di passare almeno mezza giornata in barca per ammirare la costa. Da inizio **novembre** a fine **marzo** invece vi consigliamo di scegliere **Sorrento**, visto che durante l'inverno a **Capri** e **Positano** la maggior parte degli hotel e dei ristoranti sono chiusi.

[Tre giorni a Capri](#)

[Tre giorni in Costiera Amalfitana](#)

Una settimana

Una settimana di permanenza vi darà modo di visitare i diversi paesi e di dedicare il giusto tempo alla "dolce vita". Con **7 notti** a disposizione e un budget alto l'opzione migliore è **dividere il soggiorno tra Capri e Positano**. Tre o quattro giorni pieni vi daranno la possibilità di visitare (e godervi!) con calma **l'isola di Capri** mentre con tre notti a **Positano** potete rilassarvi in spiaggia, fare una gita in barca e visitare **Amalfi** e **Ravello**.

Se i prezzi degli hotel a Capri e Positano sono troppo alti per il vostro budget di viaggio, potete optare per **Sorrento** organizzando poi delle **escursioni giornaliere** verso le varie località. Questa è una delle opzioni più gettonate dai viaggiatori per la comodità dei collegamenti di Sorrento e la vastissima scelta di hotel e b&b per tutti i gusti o tasche.

Sorrento è sempre un posto molto piacevole con tantissimi ristoranti e bar tra cui scegliere dove trascorrere la serata.

Ecco un'idea di un itinerario di una settimana

- 1 giorno dedicato a **Sorrento**
- 1 giorno a **Capri**
- 1 giorno a **Positano** e **Amalfi**
- 1 giorno di relax in spiaggia a **Nerano**
- 1 giorno a **Pompeii** e sul **Vesuvius**
- 1 giorno di shopping e relax a **Sorrento**



Gli scavi di Pompei

Se avete intenzione di visitare gli **scavi archeologici** soggiornando in Costiera, una delle opzioni più comode per ottimizzare i tempi è prenotare un transfer da **Napoli** o **Roma** e **fare qualche ora di sosta a Pompei** per la visita agli scavi, prima di farvi trasferire in hotel.

Info www.visitpompeiiivesuvius.com

Dove scegliere l'hotel?

Non c'è un luogo dove scegliere la base di viaggio che sia ideale per tutti: ecco una rapida carrellata dei pro e dei contro di ogni località.



Capri

- ☺ Per visitare veramente Capri bisogna dormire qui! (sembra ovvio, ma molti dormono a Sorrento per visitare Capri)
- ☺ Per amanti del glamour e della mondanità
- ☹ Prezzi alti tra giugno e agosto



Anacapri

- ☺ Perfetta per visitare le bellezze naturali dell'Isola di Capri
- ☺ Per amanti delle passeggiate, della tranquillità e del buon cibo
- ☹ È un po' più complicato muoversi per escursioni al di fuori dell'isola



Sorrento

- ☺ Ottima base per escursioni nei dintorni
- ☺ Atmosfera vivace e animata
- ☹ È un luogo molto turistico



Positano

- ☺ È il paese simbolo della Costiera Amalfitana
- ☺ Perfetto per coppie giovani e romantiche
- ☹ Per via delle scale non è adatto a chi viaggia con bambini piccoli o ha problemi di mobilità



Amalfi e Atrani

- ☺ Al centro della Costiera Amalfitana
- ☺ Un paese ricco di testimonianze storiche e architettoniche
- ☹ Folla e traffico in alta stagione



Praiano e Conca dei Marini

- ☺ Sole fino a tardi e tramonto sul mare
- ☺ Possibilità di imboccare direttamente da qui il Sentiero degli Dei
- ☹ Non ha collegamenti via mare con gli altri paesi della costa



Sant'Agata e Nerano

- ☺ Spiaggia grande e attrezzata, con mare cristallino
- ☺ Ottimi ristoranti
- ☹ È piuttosto distante dagli altri paesi della Costiera Amalfitana



Ravello

- ☺ Un panorama imbattibile
- ☺ Un ricco calendario di concerti, ogni estate
- ☹ Lontano dal mare



Minori e Maiori

- ☺ Spiagge comode e nessuna lunga scalinata: l'ideale se viaggiate con i bambini
- ☺ Prezzi più economici che nel resto della Costiera Amalfitana
- ☹ Atmosfera poco glamour



Cetara e Vietri sul Mare

- ☺ Ottimi ristoranti
- ☺ Luoghi poco turistici
- ☹ Un po' distanti da altri luoghi caratteristici della Costiera

L'Isola di Capri

10 chilometri quadrati divisi in due comuni Capri e Anacapri.

Il Comune di Capri

Comprende la zona di **Marina Grande** (dove si trova il porto) e il centro che si sviluppa intorno alla **Piazzetta**. Ad est c'è la zona di Tiberio, a sud quella di **Marina Piccola**.

Il Comune di Anacapri

Si trova in una posizione più elevata rispetto a Capri, alle falde del **Monte Solaro**. Per arrivarci dal centro di Capri di vogliono 10 minuti in autobus. Il centro storico si sviluppa tra il quartiere delle **Boffe** e **Via Giuseppe Orlandi**, ci sono poi le zone della **Migliara**, del **Faro** e della **Grotta Azzurra**, più periferiche.

Localizzazione: Mar Tirreno, Arcipelago Campano
Superficie: 10,5 km²
Abitanti: 14,200 circa

Capri

Altitudine: 142 m s.l.m.
Superficie: 3,97 km²
Abitanti: 7,400 about
Densità: 1,814 ab/km²

Anacapri

Altitudine: 275 m s.l.m.
Superficie: 6,47 km²
Abitanti: 6,700 about
Densità: 1,035 ab/km²



Dove dormire?



Capri

Gli hotel nei dintorni della **Piazzetta** sono perfetti se amate la vita notturna e prevedete di tirar tardi la sera. Se preferite una posizione un po' più defilata ma comunque centrale, cercate nei dintorni di **Via Tragara** e **Via Occhio Marino**. Quando controllate la distanza di un hotel dalla **Piazzetta** valutate anche il dislivello da affrontare: le zone di **Tiberio**, **Via Sopramonte** e **Via Croce** sono in salita.



Anacapri

È la location perfetta se amate la tranquillità e cercate un'atmosfera autentica. Se avete in programma di girare tutta l'isola vi consigliamo di cercare un hotel che si trovi **vicino alla fermata degli autobus Capri - Anacapri**.

La sera è comunque molto piacevole passeggiare per il centro di Anacapri dove troverete ristoranti, bar, gelaterie ed enoteche in un'atmosfera dal sapore un po' vintage.

Se scegliete uno dei b&b nella zona della **Grotta Azzurra** o del **Faro** potreste invece valutare l'affitto di un motorino per muoversi in tutta libertà. Molti degli hotel di Anacapri offrono un servizio navetta dal porto all'hotel veramente comodo. Ad Anacapri non ci sono spiagge ma solo stabilimenti balneari sugli scogli.



Marina Grande

Di giorno è un luogo abbastanza caotico, visto il via vai di aliscafi e traghetti. Di sera ritrova la sua tranquillità. È indicato se viaggiate in famiglia, visto che qui si trovano **le spiagge più adatte ai bambini**. Basta poi prendere la funicolare per essere in Piazzetta in meno di 5 minuti.



Marina Piccola

Su questo versante dell'isola ci sono le spiagge più belle e il panorama sui **Faraglioni**, ma la sera non c'è granché da fare. Ci sentiamo di consigliarvela solo se l'hotel scelto ha un servizio navetta per il centro.

Come muoversi a Capri

Come ci si sposta da un punto all'altro dell'Isola? I mezzi di trasporto più usati sono: autobus, funicolare e... a piedi! Portatevi un paio di scarpe comode: al centro di Capri si gira esclusivamente a piedi ed è spesso il modo più veloce per spostarsi.



La Funicolare

Per raggiungere il **centro di Capri** dal porto di **Marina Grande** il mezzo più veloce è la funicolare, un trenino che si inerpica tra le limonaie e che vi porterà direttamente in Piazzetta.

Partenze ogni 15 minuti (più spesso in caso di folla), tempo di percorrenza 5 minuti, prezzo del biglietto 2€. È possibile portare un solo un bagaglio a mano, per bagagli più grandi è necessario un biglietto aggiuntivo. È possibile portare animali. **La biglietteria a Marina Grande** non si trova all'ingresso della funicolare, bensì vicino alle biglietterie degli aliscafi. La funicolare chiude da gennaio a marzo. In questi mesi c'è un servizio di autobus sostitutivo.

Gli autobus

Non immaginatevi i grossi autobus urbani: gli autobus a Capri sono **minibus** con una decina di posti a sedere. Un autobus di grosse dimensioni non riuscirebbe a passare per le strette stradine dell'isola! In estate sono quasi sempre affollati e a volte vi toccherà fare lunghe file, ma le corse sono abbastanza frequenti. Al mattino l'attesa dell'autobus da Marina Grande ad Anacapri può essere molto lunga! **In genere i bus partono ogni 15/20 minuti, più spesso in alta stagione.** Biglietto singolo: 2€. Il **capolinea** degli autobus a Capri si trova a **Piazza Martiri d'Ungheria** (lungo Via Roma, nei pressi della Piazzetta). Il terminal degli autobus ad **Anacapri** (per la Grotta Azzurra e il Faro) è a **Piazza della Pace** (meglio nota come "Piazzale Cimitero"), mentre per i bus verso **Capri, Marina Grande e Marina piccola** si trova **nei pressi di Piazza Caprile**.



Noleggare una barca

Un'escursione in barca è sicuramente uno dei "must do" di una vacanza a Capri, soprattutto in estate, per sfuggire al caldo e alla folla delle ore centrali della giornata.

Da dove partono i tour in barca?

La maggior parte dei tour in barca partono da Marina Grande, il porto commerciale e turistico di Capri. Troverete qui anche le varie compagnie che noleggiano gommoni e barche da guidare da soli. C'è una sola società che fa base a Marina Piccola, sul versante sud dell'Isola.

È necessaria la patente nautica per noleggiare una barca senza marinaio?

Non necessariamente: ci sono barche piccole e gommoni che possono essere guidati senza patente nautica. **Consigliamo, comunque, un minimo di esperienza di mare per noleggiare una barca senza skipper.**

Esiste un'alternativa più economica al noleggio di una barca privata?

Sì, è possibile unirsi a un **tour organizzato** che fa il giro dell'isola in barca con sosta alla **Grotta Azzurra**. Il costo è di circa 20€ a persona, dura 2 ore e si parte da **Marina Grande**, le compagnie che organizzano questo tour sono **Laser Capri** e **Motoscafisti Capri**.

È possibile noleggiare una barca per muovermi tra Capri e la Costiera Amalfitana?

Certo, esistono diverse compagnie che offrono tour di Capri e della **Costiera** con partenza da **Capri** e arrivo a **Positano** o viceversa. Per questo tipo di tour è sempre usato un **gozzo grande** o un **motoscafo**.

Ci sono tour in barca a Capri che partono da Sorrento?

Sì, da **Sorrento**, **Amalfi** e **Positano** diverse compagnie organizzano tour per piccoli gruppi (una decina di persone) con giro dell'isola in barca e tempo libero da passare a terra.

Consigliamo di prenotare online la barca con un po' di anticipo, soprattutto se arrivate a Capri a luglio e agosto quando la richiesta di barche è altissima!
Tutto sul noleggio di una barca a Capri: www.capri.it



GOZZI CAPRESI

La tradizionale barca in legno usata da secoli dai pescatori

- La tipica imbarcazione caprese
- Perfetta per una coppia
- Ideale per il giro dell'isola



GOZZI E LANCE GRANDI

Un tour in mare in allegra compagnia e massimo relax

- Per gruppi fino a 12 persone
- Spazio interno per i bagagli
- Stile, comodità e divertimento



LANCE PICCOLE

Una piccola barca in legno da noleggiare senza marinaio

- Da guidare da soli
- Noleggio da Marina Piccola
- Privacy e comodità



GOMMONI E PICCOLE BARCHE FUORIBORDO

La barca più facile da guidare da soli per il giro dell'isola

- Facile da guidare
- Per divertirsi in mare
- Fino a 6-7 persone



MOTOSCAFI

Per muoversi velocemente intorno Capri e verso la Costiera

- Transfer privati da e verso Capri
- Mini-Crociere in Costiera Amalfitana
- Il top per le gite di una giornata



YACHT

Per un'indimenticabile vacanza sul mare

- Per crociere di più giorni
- Servizio concierge a bordo
- Lusso e privacy



Faraglioni



La Grotta Bianca



Belvedere Migliera



Cala di Limmo



Isole de Li Galli



Una piccola lancia di legno



Gozzo tradizionale



Positano





Il sentiero del Pizzolungo

Un percorso da fare a piedi che si snoda lungo il versante sud-orientale dell'Isola

Il punto di partenza è La Piazzetta di Capri: da qui si possono prendere due strade, **Via Longano** o **Via Le Botteghe**, entrambe caratteristiche stradine che passano sotto archi imbiancati a calce, costeggiate da negozi e boutique. Una volta arrivati all'incrocio con **Via Tiberio** si prosegue **Via Matermania** fino ad arrivare alla piazzetta dell'**Arco Naturale**.

Appena prima del ristorante **Le Grottele** €€/€€€ troverete una ripida rampa di scale che scende alla **Grotta di Matermania**, un antro dove venivano celebrati i riti misterici al **Dio Mitra**. La passeggiata prosegue poi tra la vegetazione, qualche solitaria villa e piccoli terrazzi da cui cogliere un nuovo punto di vista su Capri.



Villa Malaparte

Tra le ville che si toccano lungo il percorso c'è anche la "**Casa come me**" che lo scrittore **Curzio Malaparte** fece costruire sul costone di **Capo Massullo**. La villa è considerata uno dei capolavori dell'architettura moderna, è dipinta in rosso pompeiano con una grande scala centrale sulle cui pareti si aprono 4 grandi finestre progettate in modo da offrire ognuno una vista diversa sul mare.

Punta Tragara

Dalla terrazza di Punta Tragara si torna indietro verso il centro passando per **Via Tragara**, romantica strada costeggiata da ville e hotel di lusso e per **Via Camerelle**, la strada dello shopping di lusso. **Durata del sentiero del Pizzolungo:** circa 2 ore partendo dalla Piazzetta

Volete proseguire verso il mare?

Il sentiero termina sul belvedere di **Punta Tragara**, da cui parte anche un sentiero che arriva fino ai piedi dei Faraglioni dove si trovano anche due stabilimenti balneari con ristorante: **Da Luigi** €€/€€€ e **La Fontelina** €€€.

Si tratta di 2 stabilimenti balneari piuttosto esclusivi e costosi, **è fortemente consigliata la prenotazione visti i posti limitati**. In questa zona **non c'è libero accesso al mare**. Entrambi gli stabilimenti il pomeriggio offrono un servizio navetta **fino Marina Piccola**, da dove poi risalire con l'autobus o il taxi fino alla Piazzetta.

Visite agli angoli meno noti di Capri.
[Nesea tour guidati](#)

Il modo più economico e veloce per visitare Capri dal mare.
[Giro dell'isola low cost](#)

Il modo più bello e suggestivo di godersi Capri.
[Giro dell'isola con barca privata](#)



Arco Naturale



Sentiero del Pizzolungo



Villa Malaparte



Grotta di Matermania



Sentiero del Pizzolungo



Belvedere Tragara



La Costiera Amalfitana

55 chilometri di costa, 13 comuni a picco sul mare, ecco la Costiera Amalfitana. Tutto il territorio si snoda lungo la statale che comincia nella zona Colli di San Pietro (sulle colline della Penisola Sorrentina) per finire a Vietri sul Mare.

La Costiera Amalfitana si snoda lungo tutto il lato sud della Penisola Sorrentina e comprende i comuni di **Positano, Praiano, Furore, Conca dei Marini, Amalfi, Atrani, Ravello, Scala, Tramonti, Minori, Maiori, Cetara e Vietri sul Mare.**

La scelta del paese in cui fare base dipende molto dal tipo di vacanza che volete fare.

Positano e Amalfi

Sono i due luoghi più famosi (e più belli) della Costiera e per questo anche i più affollati. Oltre ad essere i più animati con ristoranti, bar, gelaterie e beach-club sono quelli con i migliori collegamenti: da aprile e ottobre ci sono traghetti verso le altre località della costiera e le isole. **Amalfi è più pianeggiante, mentre Positano è una città verticale fatta tutta di scale.**

Se siete una coppia giovane Positano è sicuramente la scelta migliore, mentre se viaggiate con i bambini o non ve la sentite di affrontare tante scale, è meglio Amalfi. **Atrani** è praticamente attaccata ad Amalfi, quindi è anche questa un'ottima scelta se volete essere al centro della Costiera.

Sentiero degli Dei





Praiano, Conca dei Marini e Furore

Sono i borghi più piccoli e tranquilli, sono un'ottima opzione se desiderate una vacanza fuori dalle rotte turistiche più battute: sono tutti paesi che si **sviluppano in verticale**, arrampicandosi lungo la roccia. È possibile raggiungere gli altri paesi della Costiera con l'autobus o noleggiando una barca privata.

Maiori e Minori

Rispetto agli altri paesi della Costiera questi due paesi **sono più pianeggianti**, moderni, con un piacevole lungomare: questa differenza è dovuta a una catastrofica alluvione del 1954 che distrusse il centro storico di **Maiori**. Al suo posto vennero costruiti edifici moderni, molti dei quali oggi trasformati in hotel. Ci sono delle comode spiagge di sabbia che rendono **questi due paesi molto adatti a chi viaggia con bambini**. Sono un'ottima opzione se volete risparmiare sull'hotel.

Ravello

È un paese incantevole, ma distante dal mare. È perfetto per concedersi un weekend romantico nei suoi lussuosi hotel e ammirando i panorami a strapiombo sul mare, meno se avete intenzione di girare tra i vari paesi della costa.

In quale località scegliere l'hotel

Transfer privati

Un transfer privato è la migliore soluzione se arrivi **all'aeroporto di Capodichino** la sera tardi (o devi ripartire al mattino presto) oppure se arrivi alla **stazione Napoli Centrale** con molti bagagli (sul treno Circumvesuviana non c'è spazio per i bagagli).

Il costo per un transfer privato da Napoli a Positano si aggira sui 150€.

Info e prezzi: www.positano.com/transfer





Sentiero degli Dei

Passeggiate e trekking

Tutta la Costiera Amalfitana è attraversata da una fitta rete di sentieri di montagna. Oggi sono percorsi dagli appassionati di trekking, un tempo erano l'unica via di collegamento tra i vari paesi e il "resto del mondo".

Il più famoso è sicuramente il **Sentiero degli Dei** che si sviluppa tra **Agerola** e **Positano** con diverse varianti e deviazioni. Per tutti consigliamo di percorrerli con la massima prudenza, indossando scarpe da trekking, studiando in anticipo il percorso e portando con sé una scorta d'acqua.

D'estate evitate di mettervi in cammino nelle ore più calde della giornata.

L'ideale sarebbe affidarsi a una guida esperta in grado di accompagnarvi in sicurezza.

Ci sono diverse associazioni e guide esperte che offrono questo servizio, **occupandosi anche dei transfer all'inizio e alla fine del sentiero.**

Info: [I sentieri della Costiera Amalfitana](#)

Explore the walking and hiking trails along the Amalfi Coast led by an expert local guide.

[I sentieri da percorrere in Costiera Amalfitana](#)

Un'esperienza di trekking con la guida esperta di un team di insider

[Cartotrekking](#)



Positano



3 cose da fare a Positano

- Percorrere il Sentiero degli Innamorati che dalla Spiaggia Grande conduce alle calette di Fornillo
- Regalarsi un paio di sandali fatti su misura
- Arrampicarsi fino al borgo segreto di Nocelle per scoprire il Panorama degli Dei

Positano è forse la città più iconica della Costiera: la sua piramide di case colorate che si staglia sul mare è raffigurata in infinite cartoline. È un luogo da vivere più che da visitare, dove passeggiare lentamente tra le scalette, sedersi sulla **Spiaggia Grande** e restare col naso all'insù ad ammirare la sua architettura verticale.

Un po' di storia

Sul litorale di Positano sorgevano splendide ville durante il periodo romano, come testimoniano alcuni resti sotto la **Chiesa dell'Assunta**. Si ritiene che il paese sia stato fondato nel IX secolo attorno a un'abbazia benedettina e poi ingrandito con l'arrivo degli abitanti di **Paestum**, terrorizzati dalle incursioni dei **Saraceni**.

Quando nel 1268 fu saccheggiata dai **Pisani** cambiò il proprio assetto urbanistico a fine difensivo, diventando simile ad **Amalfi** con strade strette, case arrampicate sulla roccia, fortificazioni e torri di avvistamento. Da ogni punto del paese si può ammirare la cupola in maiolica multicolore della **Collegiata di Santa Maria Assunta** che al suo interno custodisce l'icona della Madonna Nera di ispirazione bizantina e risalente al XIII sec.

Il nome di **Positano** dovrebbe nascere proprio da una leggenda attorno a questa icona. Si racconta che il **quadro della Madonna** fosse a bordo di una nave turca che rimase bloccata al largo finché il capitano non sentì una voce sussurrare "posa, posa". Il dipinto fu gettato in mare e i



Amalfi



3 cose da fare ad Amalfi

- **Perdersi nel dedalo di vicoletti alle spalle del Duomo**
- **Concludere un luculliano pranzo a base di pesce con un bicchierino di limoncello**
- **Visitare gli antichi mulini utilizzati per fabbricare la carta**

“Per gli amalfitani il giorno in cui andranno in Paradiso sarà un giorno come tutti gli altri: perché il paradiso ce l’hanno già qui, a casa loro”

(Incisione sulla porta della città)

Poco più di tre chilometri quadrati di bellezza struggente allo sbocco della **Valle dei Mulini**: questa è **Amalfi** che ha le spalle coperte dalle rocce dei **Monti Lattari** e si apre a ventaglio verso il mare. La sua origine romana è testimoniata da alcuni resti archeologici del periodo imperiale come il ninfeo di una villa risalente al periodo dell'**imperatore Tiberio**.

Un po' di storia

La storia di Amalfi è fatta di rapporti commerciali in tutto il Mediterraneo, progressi tecnici nel campo navale e scientifico tanto che all'amalfitano **Flavio Gioia** fu attribuita l'invenzione della bussola nautica.

Fondamentali anche le Tavole Amalfitane che rappresentarono per secoli la base del diritto marittimo nel Mediterraneo.

La dolcezza del clima e le bellezze architettoniche resero Amalfi una delle tappe preferite del **Grand Tour in Costiera** quando, nella seconda metà del 1800, **Ferdinando II di Borbone** fece realizzare la strada litoranea da **Vietri sul Mare a Positano**. Ancora oggi arrivare ad Amalfi da terra o da mare è un'emozione intensa.

Il senso profondo dell'architettura mediterranea si rivela nelle sue case bianche abbracciate le une alle altre, nei vicoli che si immergono nell'ombra fresca dei sottoportici, nelle torri di guardia come la **Torre Saracena** vicino al **Convento di San Francesco**.



Duomo di Amalfi



Cripta di Sant'Andrea

Il duomo e gli antichi arsenali

Il monumento simbolo della città è il **Duomo**, iniziato nel IX sec e più volte rimaneggiato, che si eleva maestoso sulla piazza a cui è collegato da una ripida scalinata.

La facciata policroma è stata completamente ricostruita nel 1800 a seguito di un rovinoso crollo, mentre il campanile rivestito di maioliche multicolori fu ultimato nel 1276.

L'interno è un trionfo barocco di argenti e tele dipinte e sull'altare troneggia la statua bronzea di **Sant'Andrea** che protegge l'urna con le reliquie a cui è legato l'evento miracoloso della fuoriuscita della "manna" che tutti gli amalfitani celebrano il 27 luglio e il 30 novembre.

Dall'interno del Duomo si accede al primo duomo di Amalfi, oggi chiamato **Basilica del Crocifisso**, e allo splendido **Chiostro del Paradiso**, che fu costruito nel 1200 come cimitero per i cittadini illustri. Continuando si accede alla cripta, il cuore di Amalfi.

Attenzione: se siete scaramantici non salite le scale del Duomo mano nella mano, secondo la leggenda popolare la coppia che sale insieme questi gradini non si sposerà mai.

Oltre la **Piazza del Duomo** con al centro la settecentesca **Fontana del Popolo** o di **Sant'Andrea**, attraverso un porticato, si arriva a ciò che rimane degli **Antichi Arsenali** dove venivano costruite le navi da guerra della repubblica marinara. A pochi passi c'è la raccolta e pittoresca **Piazzetta dei Dogi** su cui si affacciano botteghe tipiche. Nei pressi di quella che era detta la "**Vallenula**", l'antica porta occidentale della città, si trova la **Chiesa di S. Biagio** risalente al X sec. con un prezioso pavimento di maiolica della fine del '700.

Le cartiere

La scoperta di Amalfi non può dirsi completa senza le passeggiate nel labirinto dei suoi vicoli e la visita al **Museo della Carta** presso la storica **Cartiera Milano**, in via delle Cartiere 24.

La lavorazione della carta a mano, detta "bambagina", fu una delle più antiche attività degli amalfitani e, ancora oggi, questa tradizione rimane come segno di identità e cultura. Un indirizzo di riferimento dove trovare ancora oggi la carta di **Amalfi** è la **Cartiera Amatruda**, da 500 anni in un suggestivo edificio presso il fiume **Canneto** nella **Valle dei Mulini**.



Passaggiata alle cascate

Alle spalle di Amalfi si trova il **vallone delle Ferriere** (o **Valle dei Mulini**), un'area verde costellata da corsi d'acqua, cascate e ruderi degli antichi mulini usati per la fabbricazione della carta. Per il percorso completo si parte dalle zone alte di **Amalfi (Pontone)** ma basta anche una breve passeggiata all'inverso, dal centro di Amalfi, per visitare le vecchie cartiere.



Positano

Escursioni in mare e noleggio barche

Non si può dire di aver visitato la Costiera se non la si è vista dal mare!

Con un'escursione in mare in **Costiera Amalfitana** si osservano da vicino le mille sfumature del mare della Costiera e ci si può concedere un memorabile tuffo lontano da tutto e da tutti, magari arrivando fino a Capri. In tutti i paesi della Costiera troverete dei punti di noleggio barche.

Avete 3 opzioni

- **Unirvi a un tour organizzato**
- **Noleggiare una barca privata con marinaio**
- **Noleggiare un gommone o una barca da guidare da soli**
Non serve la patente nautica ma è necessario avere un po' di esperienza

Gli itinerari classici sono 2

- **Navigazione lungo la Costa di Amalfi**
- **Giro a Capri passando per le isole dei Galli**

Tutte le compagnie offrono poi anche il servizio di **"taxi del mare"** verso le spiagge e i ristoranti raggiungibili solo via mare.

I migliori ristoranti sul mare

- **Da Adolfo** €€, servizio barca da Positano
- **La Conca del Sogno** a Nerano €/€€, servizio tender e navetta dalla spiaggia di Marina del Cantone (Nerano)
- **La Gavitella** €/€/€€ a Praiano, si arriva a piedi o con servizio barca da Positano



Tour in barca a partire da €65

Tour condivisi tra Sorrento, Capri e la Costiera Amalfitana. La formula ideale se volete un servizio di qualità e non di massa.

www.positano.com/tours

Escursioni di un giorno

Sorrento è spesso scelta come base per organizzare escursioni nei dintorni. La città e l'area intorno sono servite dal treno Circumvesuviana, dagli autobus EAV, dagli autobus Sita, dai minibus della Cooperativa Tasso e da diverse compagnie di aliscafi e traghetti. La stazione e il porto sono in centro.

Come arrivare da Sorrento a:

- **Scavi di Pompei:** Treno Circumvesuviana (20 minuti)
- **Scavi di Ercolano:** Treno Circumvesuviana (40 minuti)
- **Costiera Amalfitana:** bus Sita (40 minuti per Positano) o aliscafo (40 minuti)
- **Capri:** aliscafo (20 minutes)
- **Napoli:** treno Circumvesuviana o aliscafo (1 ora)



Ercolano e Pompei



Monte Vesuvio



Escursione a Capri da Sorrento



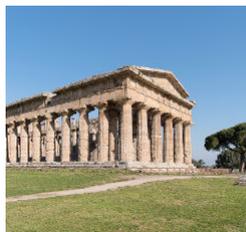
Escursione in Costiera Amalfitana



Escursione a Napoli



Escursione alla Reggia di Caserta



Paestum



Ischia e Procida



Comparazione tra gli scavi di Pompei e quelli di Ercolano



Visita Pompei perché

- È un esempio unico al mondo di città romana perfettamente conservata con templi, teatri, case, ristoranti, palestre...
- Ha più edifici aperti al pubblico e una maggiore varietà di strutture.
- Permette di percepire la maestosità del Foro Romano, del teatro e dell'anfiteatro.

Non te lo consigliamo se

- Avete meno di due ore da dedicare alla sua visita: Pompei richiede tempo ed energie.
- È una giornata molto torrida: c'è pochissimo riparo dal sole.

Visita Ercolano perché

- È una piccola città, all'epoca dedicata alla villeggiatura, può essere visitata interamente in due ore.
- A Ercolano si possono ammirare i legni, i piani superiori delle case, alcuni pezzi di arredo e splendidi mosaici perfettamente conservati.

Non te lo consigliamo se

- Devi scegliere se visitare solo uno dei due siti o pensi di visitarli nella stessa giornata.
- Vuoi vederla tutta: molti edifici e case sono chiusi.