

6<sup>a</sup> EDIZIONE

# Andar per sentieri

Dal 25 al 30 aprile **2018**  
Isola d'Ischia



Proloco Panza  
ENTE TURISMO E INFO POINT  
ISOLA D'ISCHIA



Comune di  
**Forio**



Comune di  
**Serrara Fontana**



**Nemo**  
mare - cultura - territorio



Club Alpino Italiano  
**Ischia**



Pro Loco  
**Succhivo**  
ASSOCIAZIONE LOCALITÀ



Istituto di Istruzione Superiore  
**CRISTOFORO COLOMBO**


PRO LOCO  
**SERRARA  
FONTANA**

25

## SERRARA - SANT'ANGELO: Il Sentiero dei Pirati/ Der Piratenweg aprile dalle ore 10:00 - alle ore 14:00



Partenza dal belvedere di Serrara, da dove è possibile godere della splendida vista su Sant'Angelo, la piana di Succivo e, più in là, sul Golfo di Napoli e l'isola di Capri. La discesa su una comoda scalinata in pietra taglia letteralmente la roccia ed è immersa nella vegetazione a macchia mediterranea della zona. Il percorso prosegue per la parte alta del borgo di Sant'Angelo, in una località un tempo chiamata Mer' Sarak in ricordo di una leggenda legata alle incursioni dei pirati moreschi. Si arriva al borgo di pescatori di Sant'Angelo. Qui, tolte le scarpe e arrotolati i pantaloni, si sale sui caratteristici "Taxi Boat" che effettueranno il trasferimento presso la baia di Sorgeto. Si ritorna in prossimità della spiaggia dei Maronti, nella zona delle "fumarole", dove la sabbia arriva a sfiorare temperature di circa 100°C, dove si effettuerà la degustazione di prodotti tipici cotti a vapore sotto la sabbia bollente.

 *Wegbeschreibung: Abmarsch vom Belvedere in Serrara, von wo aus man einen wunderbaren Ausblick nach Sant'Angelo, auf die Hochebene von Succivo und in der Weite auf den Golf von Neapel und die Insel Capri hat. Der Abstieg erfolgt über eine bequeme, in den Fels gehauene Treppe, die von der typischen Mittelmeermacchia umgeben ist. Weiter geht es durch den höher gelegenen Ortsteil von Sant'Angelo, der seinerzeit „Mer' Sarak“ genannt wurde, in Erinnerung an die Einfälle der maurischen Piraten. So gelangen wir ins Fischerdorf Sant'Angelo. Hier ziehen wir die Schuhe aus und krempeln die Hosen hoch und steigen in ein charakteristisches „Taxi Boat“, das uns in die Bucht von Sorgeto bringt. Dann fahren wir zurück zu den Fumarolen am Marontistrand, wo der Sand Temperaturen bis zu 100° erreicht und wo wir typische lokale Produkte verkosten werden, die im heißen Sand gekocht wurden.*



DEGUSTAZIONE DI PRODOTTI TIPICI COTTI  
A VAPORE SOTTO LA SABBIA BOLLENTE.

Durata: 4 h circa  
Difficoltà: T/E  
Sviluppo del percorso: 4 km  
Dislivello in discesa: 350m  
Dislivello in salita: 100m  
Quota massima: 400m  
Partenza: Belvedere di Serrara  
(PiazzaPietro Paolo Iacono)  
Arrivo: Sant'Angelo

Percorso: Piazza di Serrara  
Fontana, scale di via  
Sant'Angelo, Sorgeto,  
Fumarole, Sant'Angelo  
Equipaggiamento: scarpe ed  
abbigliamento da trekking,  
acqua.

Dauer: 4 Stunden  
Schwierigkeitsgrad: T/E  
Weglänge: 4 km  
Höhenunterschied bergab:  
350 m  
Höhenunterschied bergauf:  
100 m  
Höchster Punkt: 400 m  
Ausgangspunkt: Belvedere von


Serrara (Piazza Pietro Paolo  
Iacono) um 10 Uhr  
Ankunft: Sant'Angelo  
Wegverlauf: Piazza di Serrara,  
Treppen nach Sant'Angelo,  
Sant'Angelo, Sorgeto, Fumarole  
Ausrüstung: Wanderschuhe  
und -kleidung, Wasser

26



## PANZA TRA STORIA E NATURA / Geschichte und natur aprile dalle ore 10:00 - alle ore 14:00

Partenza dalla sede della Pro Loco di Panza, dove attraverso una strada, che percorre il centro della frazione ci si avvia, attraverso un sentiero che passa per un fitto boschetto di lecci ed eriche, alla sommità della baia della Pelara, pregevole geosito, da dove si gode di una vista mozzafiato. La discesa è introdotta da una ripida gradinata con scalini in legno intagliati nel tufo che portano ad una parete stratificata di pomice, cenere e lapilli. Da qui il sentiero si snoda attraverso un rigoglioso boschetto di querce e lecci, ma ritroviamo anche specie tipiche della macchia mediterranea: l'erica, il corbezzolo ed il lentisco. Oltre la radura, una scala rustica, realizzata dai volontari della Pro Loco di Panza, consente di superare il dislivello in modo agevole, per arrivare alla costa e al mare. La risalita sarà accompagnata dalle essenze e dai colori delle piante che crescono nella baia e ci porterà verso la punta del Monte di Panza, da dove l'occhio si perde nell'immensità del mare. Un belvedere che invita alla meditazione finalizzata al riequilibrio psico-fisco. Oltre alla tipica vegetazione costiera è di particolare interesse naturalistico la presenza dell'orchidea serapide. Ritornando indietro fino ad un certo punto attraverso una stradina arriviamo ad un belvedere che da sulla baia di Sorgeto, luogo in cui sgorga acqua termale dalle viscere della terra. Dopo una serie di osservazioni geologico/naturalistiche sulla zona si scenderà in fondo per parlare del fenomeno dell'acqua calda tipica della zona ed assaporare gli effetti benefici. Escursione interessante dal punto di vista storico-naturalistico, ma soprattutto da quello emozionale. È prevista una degustazione di prodotti tipici presso l'Antica Fattoria Greca a Punta Chiarito.

 *Wegbeschreibung: Aufbruch beim Sitz der Pro Loco, weiter durch den Ortskern von Panza. Durch einen dichten Wald aus Steineichen und Erika-Büschen geht es dann zur Anhöhe über der Pelara-Bucht, eines wertvollen Geotops, mit einer atemberaubenden Aussicht. Der Abstieg beginnt über eine steile Treppe mit Holzstufen, die in den Tuffstein geschlagen sind, die zu einer Wand aus Schichten mit Bimsstein, Aschen und Lapill führt. Der Weg geht durch einen dichten Eichen- und Steineichenwald, wo wir auch andere charakteristische Pflanzen der Macchia wie Erika, Erdbeerbaum und Mastixstrauch vorfinden. Nach der Lichtung gelangen wir über eine rustikale Treppe, die von Freiwilligen der Pro Loco Panza verwirklicht wurde, bequem bis zur Küste. Auf dem Rückweg begleiten uns die Düfte und die Farben der Bucht. Weiter geht es zum Monte di Panza, wo sich der Blick im endlosen Meer verliert, an einem Ort, der Körper und Seele in Einklang bringt. Neben der typischen Küstenvegetation finden wir den Zungenstendel, eine wildwachsende Orchidee. Wir kehren um und kommen zu einem Panoramapunkt mit Blick auf die Sorgeto-Bucht, zu der wir nach einigen geologischen und naturalistischen Beobachtungen der Gegend absteigen, um Punta Chiarito zu erreichen, wo bei archäologischen Grabungen die erste griechische Ansiedlung auf der Insel Ischia entdeckt wurde, nach Meinung der Experten auch die älteste im westlichen Mittelmeerraum. Eine Wanderung, die aus naturgeschichtlicher und archäologischer, aber vor allem aus emotionaler Sicht her interessant ist. Am Ende der Wanderung Verkostung typischer lokaler Produkte im Landwirtschaftsbetrieb "Antica Fattoria Greca" auf Punta Chiarito.*



SOSTA PRESSO L'AZIENDA AGRICOLA RUFFANO A PUNTA CHIARITO.

Durata totale: 4 h  
Difficoltà: T/E  
Dislivello in salita: 100 m  
Dislivello in discesa: 100 m  
Quota massima: circa 200 m  
Sviluppo del percorso: circa 4 km  
Partenza: Panza (Panza sede della

Pro Loco) ore 10:00  
Arrivo: Panza  
Percorso: centro di Panza, Baia della Pelara, Monte di Panza, Panza  
Equip.: scarpe ed abbigliamento da trekking, acqua.

Dauer: etwa 4 Stunden  
Schwierigkeitsgrad: T/E  
Höhenunterschied bergauf: 100 m. Höhenunterschied bergab: 100 m  
Höchster Punkt: zirka 200 m  
Weglänge: zirka 4 km  
Ausgangspunkt: Panza (Pro


Loco) um 10.00 Uhr  
Ankunft: Panza (Pro Loco)  
Verlauf: Panza, Pelara-Bucht, Monte di Panza, Punta Chiarito (Sorgeto), Panza  
Ausrüstung: Wanderschuhe und Wanderkleidung, Wasser.

26

## MONTE CORVO: nella bocca di Tifeo aprile dalle ore 15:30 - alle ore 19:30



Partenza dalla sede della Pro Loco di Panza, dove attraverso una strada, che percorre il centro della frazione ci si avvia verso la parte alta: Monte Corvo. Il tratto è ricco di segni che testimoniano le tradizioni contadine del luogo: case di pietra, parracine, antiche cisterne di acqua scavata nella tenera roccia tufacea, vigneti. La roccia è sicuramente l'elemento che più caratterizza questo luogo: essa testimonia un passato tumultuoso. I grandi massi tufacei rotolati dal monte Epomeo sono stati ribattezzati dai contadini: Pietra Brox, Pizzo del Merlo, Pietra Martone. Continuando l'ascesa la strada lascia il posto ad un sentiero immerso completamente della selvaggia macchia Mediterranea (lecci, lentischi, eriche, mirti ed erbe aromatiche. Dopo un po' la salita si fa più ripida e il suolo più caldo: il sottobosco mediterraneo si congeda, lasciando il passo ad una vegetazione più esotica (fichi d'India, agavi), fino ad incontrare il mito dell'isola d'Ischia "Tifeo", che giace nelle viscere dell'isola e le cui lacrime fluiscono nelle acque termali. A Monte Corvo queste hanno preso la forma di vapori acquosi. La strada del ritorno si snoda attraverso il borgo di Monte Corvo, dove ancora è possibile trovare le tracce del vecchio insediamento ricavato dai grossi massi tufacei in una perfetta sinergia tra elementi naturale ed antropici.

 *Wegbeschreibung: Vom Sitz der Pro Loco von Panza geht es weg durch den Ortskern zum höher gelegenen Ortsteil Monte Corvo. Hier können wir Zeugnisse der lokalen bäuerlichen Tradition erkennen: Häuser im Fels, Trockenmauern, alte Wasserzisternen, die in den zarten Tuff gegraben sind, Weinberge. Die Gegend ist von Felsen charakterisiert, sie bezeugen die „bewegte“ Vergangenheit, denn die Felsbrocken sind in Urzeiten vom Monte Epomeo gekollert und wurden später von den Bauern mit Namen bedacht (Pietra Brox, Pizzo del Merlo, Pietra Martone). Es geht bergauf, die Straße verwandelt sich in einen Pfad inmitten der Macchia (Steineichen, Mastixsträucher, Erika, Myrte und Gewürzkräuter). Der Aufstieg wird nun steil und die Macchia weicht einer exotischen Vegetation mit Kakteen und Agaven. Hier begegnen wir dem Mythos der Insel Ischia, Tifeo, der im Herzen der Insel daniederliegt und dessen Tränen als Thermalwasser fließen. In Monte Corvo nehmen sie die Gestalt von Wasserdampf an. Der Rückweg verläuft durch die Ortschaft Monte Corvo, wo man noch Spuren einer alten Ansiedlung in Felshäusern in perfekter Synergie von Natur und Mensch erkennen kann. Vorgesehen ist ein Imbiss im landwirtschaftlichen Betrieb "La Pergola".*



SOSTA PRESSO L'AGRITURISMO LA PERGOLA

Durata: 4 h  
Difficoltà: T/E  
Dislivello: 200m  
Quota massima: 400m  
Partenza: Panza (c/o Pro Loco)  
ore 15.30  
Arrivo: Panza (c/o Pro Loco)

Percorso: Panza, Giardini  
Arimei, Monte Corvo,  
Fumarole di Monte  
Corvo, Panza (c/o Pro Loco)  
Equipaggiamento: scarpe ed  
abbigl. da trekking, acqua.

Dauer: 4 Stunden  
Schwierigkeitsgrad: T/E  
Höhenunterschied: 200 m  
Höchster Punkt: 400 m  
Weglänge: 3 km  
Ausgangspunkt: Panza (Pro  
Loco)

Ankunft: Panza (Pro Loco)  
Verlauf: Panza (Pro Loco),  
Giardini Arimei, Monte Corvo,  
Fumarole von Monte Corvo,  
Panza (Pro Loco)  
Ausrüstung: Wanderschuhe  
und Wanderkleidung, Wasser.

27


**SERRARA - CRATECA: attraverso le case di pietra**

aprile dalle ore 10:00 - alle ore 15:00



Si parte dal comune di Serrara (all'altezza del ristorante Bracconiere) e si prosegue per inoltrarsi in un paesaggio selvaggio ed affascinante sul versante ovest dell'isola (Forio), fino ad arrivare al bosco dei Frassitelli, un terrazzo di acacie fittissime. Nel bosco le robinie fanno ombra a rocce ricoperte di muschio, licheni, e finocchi selvatici. Proseguendo lungo il sentiero ci si immerge nel bosco della Falanga; qui la realtà incontra la fantasia. Infatti in questo bosco di castagni è possibile ritrovare le tipiche buche (le fosse della neve) ed i rifugi scavati nei massi di tufo precipitati dall'Epomeo, come conseguenza di assestamenti tettonici (le cosiddette Case di Pietra). La traversata nel bosco continua fino alla località Pizzone, dove l'improvvisa mancanza di vegetazione ci annuncia la presenza di fumarole, fenomeni vulcanici secondari, rintracciabili in diverse zone dell'isola e testimonianza di una attività vulcanica ancora attiva sulla nostra isola. La discesa a valle è di nuovo immersa in un bosco, stavolta di lecci ed eriche in perfetto stile Macchia Mediterranea, e conduce fino a Via Crateca in località Fango, detta anche via dei Carri che ha rivestito un ruolo importante nella produzione e commercio dell'allume isolano nel passato.



 *Wegbeschreibung: Weg geht es von der Gemeinde Serrara (Restaurant Bracconiere) durch eine wilde und faszinierende Landschaft an der Westseite der Insel bis zum Frassitelli-Wald, einem Akazienhain, der sich auf einer großen Terrasse ausdehnt. Im Schatten von Robinien finden wir mit Moos bedeckte Felsen, Flechten und wilden Fenchel. Im Falanga-Wald begegnen sich Wirklichkeit und Fantasie: in diesem Kastanienwald stoßen wir auf charakteristische Löcher (die Schneegruben) und Unterschlüpfle (die sogenannten Häuser im Fels), die in Felsblöcke gehauen sind, die infolge tektonischer Bewegungen vom Monte Epomeo herab gestürzt sind. Durch den Wald geht es weiter bis nach Pizzone, wo die plötzlich karg werdende Vegetation auf die hier gelegenen Fumarolen hinweist. Hierbei handelt es sich um sekundäre vulkanische Phänomene, die vielerorts auf der Insel anzutreffen sind und die die sich immer noch im Gange befindliche vulkanische Aktivität unserer Insel bezeugen. Der Abstieg geht durch einen Wald aus Steineichen und Erikabüschen und führt zur Via Crateca (im Ortsteil Fango), dem sogenannten „Karrenweg“, der in Vergangenheit auf der Insel, für die Produktion und den Handel von Alaun, eine wichtige Rolle spielte. Zum Abschluss kehren wir im Weingut Crateca ein.*

**SOSTA PRESSO LA TENUTA CRATECA**

Durata: 5 h circa  
 Difficoltà: E /EE  
 Dislivello in salita: 100 m  
 Dislivello in discesa: 500m  
 Quota massima: 600 m  
 Sviluppo del percorso: 7 km  
 Partenza: Serrara ( nei pressi del ristorante Bracconiere)  
 Arrivo: Fango (c/o Chiesa di

San Giuseppe )  
 Percorso: Serrara, Bosco dei Frassitelli, Bosco della Falanga (Case di Pietra), Pizzone, Via Crateca, sosta in agriturismo, Fango.  
 Equipaggiamento: scarpe ed abbigl. da trekking, acqua  
 Dauer: etwa 5 Stunden

Schwierigkeitsgrad: E /EE  
 Höhenunterschied bergauf: 100 m  
 Höhenunterschied bergab: 500 m  
 Höchster Punkt: 600 m  
 Weglänge: 7 km  
 Ausgangspunkt: Serrara ( beim Reataurant Bracconiere)  
 Ankunft: Fango (bei der Kirche von San Giuseppe )

Verlauf: Serrara, Frassitelli-Wald, Falanga-Wald (Häuser im Fels), Pizzone, Via Crateca, Rast in einem Agriturismo, Fango.  
 Ausrüstung: obligatorisch sind Wanderschuhe und mehrschichtige Wanderbekleidung, Wasser.


28

## IL SENTIERO DELL'EREMO/ Der Weg zur Einsiedelei

aprile dalle ore 10:00 - alle ore 14:00



Il percorso parte nei pressi del ristorante Braconiere a Serrara dove, attraverso un paesaggio selvaggio ed affascinante sul versante ovest dell'isola, si arriva fino al bosco dei Frassitelli, un terrazzo di acacie fittissime. Nel bosco le robinie fanno ombra a rocce ricoperte di muschio, licheni, e finocchi selvatici. Il sottobosco, è il regno del coniglio selvatico che ha rivestito e riveste un ruolo fondamentale nella tradizione culinaria locale. Arrivati all'altezza di un arco in pietra, che da modo alla fantasia di viaggiare nello spazio e nel tempo, il percorso prosegue ripidamente in salita fino ad arrivare ad uno sterrato che porta a Pietra dell'Acqua (enorme masso di tufo che funge da cisterna, da cui il nome). Si è ormai giunti sulla cresta del Monte Epomeo, ed il percorso prosegue fino ad arrivare alla cima più alta dell'isola, Punta San Nicola, dove è presente un eremo scavato nell'enorme masso di tufo verde che costituisce la cima stessa. Qui il percorso si concluderà con l'incontro con l'artista Luciana De Falco e la degustazione di prodotti tipici presso il Ristorante La Grotta di Fiore.

 *Wegbeschreibung: Die Wanderung beginnt beim Restaurant Braconiere an der faszinierenden Westküste der Insel und führt uns zum Frassitelli-Wald, einem dichten Akazienwald. Im Schatten der Robinien finden wir moosbedeckte Felsen, Flechten und wilden Fenchel. Das Unterholz ist das Reich des wilden Kaninchens, das seit jeher eine wichtige Rolle in der lokalen Kochtradition spielt. Durch einen steinernen Torbogen geht der Weg steil bergan bis zu einer Schotterstraße, die zur Pietra dell'Acqua (ein enormer Tuffsteinfelsen, der als Wasserzisterne dient) führt. Über den Bergkamm des Monte Epomeo gelangen wir bis zu dessen Gipfel (Punta San Nicola), der aus einem riesigen grünen Tuffblock besteht, in den eine Einsiedelei gehauen ist. Unsere Wanderung endet hier mit der Begegnung mit der Künstlerin Luciana De Falco. Danach gibt es im Restaurant „Grotta da Fiore“ einen kleinen Imbiss.*



SOSTA PRESSO RISTORANTE LA GROTTA DA FIORE

Durata: 4 h  
Difficoltà: E  
Dislivello in salita: 400 m  
Quota massima: 789 m  
Sviluppo del percorso: 7 Km  
Partenza: Serrara (nei pressi del Ristorante Braconiere) ore 10.00

Arrivo: Fontana (piazza)  
Percorso: Serrara, Bosco dei Frassitelli, Pietra dell'Acqua, Monte Epomeo (Punta San Nicola), Fontana  
Equipaggiamento: scarpe ed abbigliamento da trekking, acqua.

Dauer: 4 Stunden  
Schwierigkeitsgrad: E  
Weglänge: 7 km  
Höhenunterschied bergab: 200 m  
Höhenunterschied bergauf: 400 m  
Höchster Punkt: 789 m  
Ausgangspunkt: Restaurant „Braconiere“ um 10 Uhr

Ankunft: Fontana, Hauptplatz  
Wegverlauf: Serrara, Frassitelli-Wald, Pietra dell'Acqua, Monte Epomeo, Fontana  
Ausrüstung: Wanderschuhe und -kleidung, Wasser

29

## IL BOSCO DELLA FALANGA: un viaggio musicale nello spazio e nel tempo / Falanga-wald: eine musikalische zeitreise aprire dalle ore 10:00 - alle ore 14:00



Si parte da Serrara (nei pressi del ristorante Bracconiere) e si prosegue per inoltrarsi in un paesaggio selvaggio ed affascinante sul versante ovest dell'isola (Forio), fino ad arrivare al bosco dei Frassitielli, un terrazzo di acacie fittissime. Nel bosco le robinie fanno ombra a rocce ricoperte di muschio, licheni, e finocchi selvatici. Il sottobosco, è il regno del coniglio selvatico che ha rivestito e riveste un ruolo fondamentale nella tradizione culinaria locale. Proseguendo lungo il sentiero ci si immerge nel bosco della Falanga; qui la realtà incontra la fantasia. Infatti in questo bosco di castagni è possibile ritrovare le tipiche buche (le fosse della neve) ed i rifugi scavati nei massi di tufo rotolati dall'Epomeo, come conseguenza di assestamenti tettonici (le cosiddette Stone house), massi che sono rotolati fino al mare. I canti popolari e le magiche atmosfere di questi luoghi renderanno di certo il cammino unico. Usciti dal bosco, si riprende il sentiero che ci riporta al punto di partenza dove si conclude con una suggestiva degustazione presso la Tenuta Frassitelli delle Cantine d'Ambrà.



*Wegbeschreibung: Wir gehen vom Restaurant Bracconiere weg, weiter durch eine wilde und faszinierende Landschaft bis zum Frassitelli-Wald, einem Akazienhain, der sich auf einer großen Terrasse ausdehnt. Der Unterwald ist reich an moosbedeckten Felsen, hier wachsen Flechten und wilder Fenchel. So erreichen wir den Falanga-Wald, wo Realität und Fantasie aufeinander treffen. Inmitten der Kastanienbäume finden wir die typischen Schneeegruben und die Felshäuser (sogenannte Stone House) vor, die in die riesigen Felsblöcke geschlagen sind, die während tektonischer Erdbewegungen vom Epomeo gestürzt sind. Volkslieder und die bezaubernde Stimmung dieser Plätze machen diese Wanderung zu einem einzigartigen Erlebnis. Dann geht es Richtung Ausgangspunkt zurück, unterwegs gibt es eine Verkostung auf dem Weingut Frassitelli der Familie D'Ambrà.*



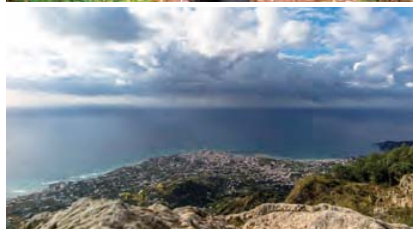
DEGUSTAZIONE PRESSO LA TENUTA  
FRASSITELLI DELLE CANTINE D'AMBRA

Durata: 4 h  
Difficoltà: E  
Dislivello: 100 m  
Quota massima: 600 m circa  
Sviluppo del percorso: 4 Km  
Partenza: Serrara (nei pressi del Cimitero) ore 10.00  
Arrivo: Ristorante Bracconiere

Percorso: Serrara, Bosco dei Frassitelli (parte alta), Bosco della Falanga, Bosco dei Frassitelli (parte bassa), Serrara  
Equipaggiamento: scarpe ed abbigliamento da trekking, acqua.  
Dauer: 4 Stunden

Schwierigkeitsgrad: E  
Weglänge: 4 km  
Höhenunterschied: 100 m  
Höchster Punkt: ca. 600 m  
Ausgangspunkt: Restaurant „Bracconiere“ um 10 Uhr  
Ankunft: Restaurant „Bracconiere“  
Wegverlauf: Serrara, Frassitelli-

Wald (oberer Weg), Falanga-Wald, Frassitelli-Wald (unterer Weg)  
Serrara  
Ausrüstung: Wanderschuhe und -kleidung, Wasser



30

## FAIANO - EPOMEO: Un viaggio nello spazio e nel tempo/ Eine Reise durch Raum und Zeit aprile dalle ore 09:30 - alle ore 15:30

Si parte da Faiano nei pressi del supermercato ed, attraverso una strada sterrata si intercettano le scale scavate nella montagna, avvolte dai colori e dalle fragranze della macchia mediterranea che portano fino alla "Cava Bianca", cosiddetta per la forte presenza di pomici e lapilli e da lì, continuando la risalita, ci si immette quindi in un bosco di castagni alle falde del Monte Trippodi, fino ad arrivare a Piano San Paolo, vecchia spiaggia fossile, testimonianza del passato sommerso di una parte dell'isola. Il sentiero prosegue fino alla sorgente militare di Buceto e comincia l'ascensione, attraverso le esplosioni floreali, che condurrà sino alla cresta del Monte Epomeo, per arrivare alla cima più alta dell'isola, Punta San Nicola, dove è presente un eremo scavato nell'enorme masso di tufo verde che costituisce la cima stessa. Una volta raggiunta, si procederà in direzione del suggestivo negozio di souvenirs "Miscillo sapori e...", dove ci attende la Festa ed il meritato pranzo, nell'apposita area attrezzata.

**Wegbeschreibung:** Abmarsch ist beim Supermarkt Deco in Faiano. Der Weg führt zuerst über eine Straße, dann geht es weiter über einen Saumpfad bis zur Cava Bianca, die ihren Namen dem dortigen Bimsstein und Lapill verdankt. Durch einen Kastanienwald am Fuß des Monte Trippodi erreichen wir Piano San Paolo, einen fossilen Strand, Zeugnis der „versunkenen“ Vergangenheit der Insel. Vorbei an der Quelle von Buceto geht es bergauf durch ein Blumenmeer bis zum Rücken des Monte Epomeo und weiter zur Einsiedelei, die in den riesigen Felsblock des Gipfels gehauen ist. Die Krönung des Tages ist das Abschlussfest bei Miscillo.

**Durata:** 6 h  
**Difficoltà:** E  
**Dislivello in salita:** 600 m  
**Quota massima:** 789 m  
**Sviluppo del percorso:** 8 km  
**Partenza:** Faiano (nei pressi del supermercato DECO) ore 09.30  
**Arrivo:** Miscillo Souvenir

**Percorso:** Faiano, Cava Bianca, Piano San Paolo, Toccaneto, Punta San Nicola, Miscillo  
**Equipaggiamento:** scarpe ed abbigliamento da trekking, acqua.

**Dauer:** 6 Stunden  
**Schwierigkeitsgrad:** E  
**Weglänge:** 8 km  
**Höhenunterschied bergauf:** 600 m  
**Höchster Punkt:** ca. 789 m  
**Ausgangspunkt:** Faiano beim Supermarkt „Deco“ um 9.30 Uhr  
**Ankunft:** Miscillo Souvenir,

**Abschlussfest**  
**Wegverlauf:** Faiano, Cava Bianca, Piano San Paolo, Toccaneto, Punta San Nicola, Miscillo  
**Ausrüstung:** Wanderschuhe und -kleidung, Wasser



30

## DA SERRARA ALL'EPOMEO/ Von Serrara zum Gipfel des Monte Epomeo aprile dalle ore 10:00 - alle ore 15:00

Si parte dal comune di Serrara (all'altezza del ristorante Bracconiere) e si prosegue per inoltrarsi in un paesaggio selvaggio ed affascinante sul versante ovest dell'isola (Forio), fino ad arrivare al bosco dei Frassitelli, un terrazzo di acacie fittissime. Nel bosco le robinie fanno ombra a rocce ricoperte di muschio, licheni, e finocchi selvatici. Proseguendo lungo il sentiero ci si immerge nel bosco della Falanga; qui la realtà incontra la fantasia. Infatti in questo bosco di castagni è possibile ritrovare le tipiche buche (le fosse della neve) ed i rifugi scavati nei massi di tufo precipitati dall'Epomeo, come conseguenza di assestamenti tettonici (le cosiddette Case di Pietra). Arrivati presso questa zona (la Falanga), si comincia la scalata verso la vetta del Monte Epomeo. Una volta raggiunta, si procederà in direzione del suggestivo negozio di souvenirs "Miscillo sapori e...", dove ci attende la Festa ed il meritato pranzo nell'apposita area attrezzata.

**Wegbeschreibung:** Wir gehen beim Restaurant „Bracconiere“ in Serrara weg, weiter durch eine wilde und faszinierende Landschaft bis zum Frassitelli-Wald, einem Akazienhain, der sich auf einer großen Terrasse ausdehnt. Danach erreichen wir den Falanga-Wald, wo wir unter Kastanienbäumen die typischen Schneegruben und die sogenannten Häuser im Fels vorfinden. Über einen steilen Weg gelangen wir zum Gipfel des Monte Epomeo. Danach geht es bergab zu „Miscillo Souvenir“, wo wir beim Abschlussfest unser wohlverdientes Mittagessen genießen werden.

**Durata:** 5 h circa  
**Difficoltà:** E/EE  
**Dislivello in salita:** 300m  
**Dislivello in discesa:** 260 m  
**Quota massima:** 789 m  
**Sviluppo del percorso:** 6 km  
**Partenza:** Serrara (nei pressi del Ristorante Bracconiere) ore 10.00

**Arrivo:** Fontana  
**Percorso:** Serrara, Bosco dei Frassitelli, Bosco della Falanga (Case di Pietra), Punta San Nicola (Monte Epomeo), Fontana.  
**Equipaggiamento:** scarpe da trekking obbligatorie ed abbigliamento a strati, acqua

**Dauer:** 5 Stunden  
**Schwierigkeitsgrad:** E/EE  
**Weglänge:** 6 km  
**Höhenunterschied bergauf:** 300 m  
**Höhenunterschied bergab:** 260 m  
**Höchster Punkt:** ca. 789 m  
**Ausgangspunkt:** Restaurant „Bracconiere“ um 10 Uhr

**Ankunft:** Fontana  
**Wegverlauf:** Serrara, Frassitelli-Wald, Falanga-Wald, Epomeo-Gipfel, Miscillo, Fontana  
**Ausrüstung:** Wanderschuhe und -kleidung, Wasser



30

## EPOMEO IN FESTA Lun 30 Aprile alle Ore 13:00

Si conclude in festa la sesta edizione di "ANDAR PER SENTIERI 2018"

Dopo entrambi i percorsi disponibili per la giornata del 30 aprile, ci si ritrova a festeggiare tutti insieme presso la suggestiva area attrezzata del negozio "Miscillo sapori e..."



**RIFUGIO**  
**Miscillo**  
sapori e...



#### IL BIGLIETTO COMPRENDE:

GUIDA ESCURSIONISTICA - ASSICURAZIONE - BRUSCHETTA - DEGUSTAZIONE - NAVETTA BUS

NAVETTA BUS PER I SENTIERI - FERMATE:

PARCHEGGIO GUERRA (ISCHIA) - PIAZZALE DELL'ANCORA (CASAMICCIOLA TERME) - CAPITELLO (INGRESSO LACCO AMENO) - FORIO PORTO - PRO LOCO PANZA (FORIO).

*IM PREIS SIND INBEGRIFFEN: WANDERFÜHRER - VERSICHERUNG - BRUSCHETTA - VERKOSTUNG - SHUTTLEBUS SHUTTLEBUS ZUM AUSGANGSPUNKT DER WANDERUNGEN - HALTESTELLEN: PARKING GUERRA (ISCHIA) - PIAZZALE DELL'ANCORA (CASAMICCIOLA TERME) - CAPITELLO (LACCO AMENO ORTSEINGANG) - FORIO HARBOUR - PRO LOCO PANZA (FORIO).*

#### Descrizione delle tipologie di escursione

**T = Turistica:** facile, poco impegnativa, alla portata di tutti. E' un itinerario non lungo su stradine o larghi sentieri sempre evidenti e segnalati che non necessita di capacità di orientamento. Non tocca mai quote elevate e i dislivelli sono di solito inferiori ai 500 metri. Richiede una normale preparazione fisica alla camminata.

**E = Escursionistica:** richiede un certo allenamento per la lunghezza del percorso e/o dei dislivelli da superare che normalmente è compreso tra i 500 e 1000 metri. E' un itinerario che si snoda su sentieri di ogni genere quasi sempre segnalati, su tracce evidenti, ma anche su pascoli e non presenta di norma tratti esposti o, nel caso di brevi passaggi o traversate su ripidi pendii con protezioni come barriere o cavi. Può richiedere un certo senso di orientamento e conoscenza del terreno montagnoso e necessita di un allenamento alla camminata e di calzature ed equipaggiamento adeguato.

**EE = Escursionistico per esperti:** Sono itinerari che richiedono lunga esperienza, allenamento e forza fisica da parte di chi li percorre. È necessario sapersi muovere con perizia anche nei terreni pericolosi: ghiaioni, ripidi pendii o tratti scoscesi, macchia fitta, assenza di sorgenti. La difficoltà del terreno e la distanza dai punti d'appoggio richiedono una totale autonomia.

#### Schwierigkeitsgrade der Wanderungen

**T = einfacher Wanderweg:** Der Weg verläuft über Forststraßen, Schotterstraßen oder einfache Saumwege, ist gut ausgeschildert bietet bei Nebel oder Schlechtwetter keine Orientierungsprobleme. Der Höhenunterschied liegt zwischen 250 und 300 m, die Gehzeit beträgt rund drei Stunden. Es handelt sich im Grunde um längere Spaziergänge, die man auch in Turnschuhen machen kann, Berg- oder Kletterschuhe sind nicht nötig.

**E = Bergwanderweg:** Die Gehzeit beträgt deutlich mehr als drei Stunden, der Weg selbst schwierig, kann querfeldein gehen oder geschottert sein, oft ist er nicht beschildert. Der Höhenunterschied ist mehr als 500 m, manchmal bis zu 1000 m. Wegen der Abgeschiedenheit und der Distanz zu Stützpunkten sind ein gutes Orientierungsvermögen, der Umgang mit Landkarten und Kompass, eine gewisse Bergerfahrung, die Kenntnis der möglichen Gefahren, eine gute körperliche Kondition und eine gute Bergausrüstung notwendig.

**EE = Weg für erfahrene Bergwanderer:** Hier handelt es sich um Wege, die eine lange Wandererfahrung sowie eine ausgezeichnete körperliche Kondition des Wanderers voraussetzen. Geröllhalden, steile Abhänge oder schotterige Wegstücke, dichtes Gestrüpp und der Mangel an Wasserquellen verlangen eine große Geschicklichkeit und viel Erfahrung. Das schwierige Gelände und die Entfernung zu Stützpunkten setzen die totale Autonomie des Wanderers voraus.

**INFORMAZIONI: PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA PER TUTTI I PERCORSI**

**FÜR ALLE WANDERUNGEN IST DIE RESERVIERUNG NOTWENDIG**

Info: +39 3347995571 +39 081908436 +39 3496125250 - [info@prolocopanaischia.it](mailto:info@prolocopanaischia.it)  
[www.prolocopanaischia.it](http://www.prolocopanaischia.it) | #andarpersentieri2018

