

Soggiorno Termale a Ischia

Escursioni all'Isola di Procida e alla scoperta delle meraviglie dell'isola

Dal 11 al 18 novembre

1° giorno 11 novembre : Ritrovo dei partecipanti nel luogo stabilito, sistemazione in pullman e partenza per il porto di Cagliari , imbarco, sistemazione nelle cabine di 1 classe, ore 19.00 partenza per Napoli. Cena libera, notte in navigazione .

2° giorno 12 novembre Arrivo al porto di Napoli alle ore 10.00 , sbarco, incontro con la guida e mattinata dedicata alla visita della città e del suo centro storico: Duomo di San Gennaro, San Gregorio Armeno, Spaccanapoli . Pranzo in ristorante, nel pomeriggio imbarco sul traghetto per Ischia , trasferimento in hotel, cena e pernottamento.



3° giorno 13 novembre – Pensione completa in hotel. Mattinata dedicata alle cure termali e relax . Nel pomeriggio **Escursione ai Giardini La Mortella**, splendido giardino Mediterraneo e Subtropicale creata a partire dal 1956 da Susanna Waltor, la moglie argentina del compositore inglese Sir Wiliam Walton. Oggi La Mortella è uno dei più bei giardini privati in Europa. Nel 2004 ha ricevuto il primo Premio come "il più bel parco d'Italia" dalla ditta americana Briggs & Stratton, mentre nel 2012 si è aggiudicata il premio per la manutenzione da parte dei Grandi Giardini Italiani. Questo giardino incantevole è stato creato in 50 anni con senso artistico, amore e determinazione da Lady Walton, che lo ha iniziato per offrire al compositore un rifugio nel quale lavorare in serenità ed isolamento. Mentre William componeva, Susana creava un proprio capolavoro, unico, fatto di fiori e piante; piantando instancabilmente, dando forma e struttura ad un terreno impervio e poco promettente, propagando ed irrigando, e credendo nella forza dei sogni man mano ha creato un giardino che oggi ospita migliaia di piante rare ed esotiche. Per Susana Walton, la Mortella è stata la missione di una vita, un monumento alla vita e alle opere di William, e un toccante ricordo del grande amore che hanno vissuto. La proprietà, che nei primi anni '50 era un terreno assolato e brullo costellato di pietre vulcaniche, oggi è un giardino in più livelli, che varia da un ambiente tipicamente subtropicale nella valle, con un suo proprio microclima umido ed ombroso, alle zone più esposte al sole in alto sulla collina.



Guida

4° giorno 14 novembre – Pensione completa in hotel. Mattinata dedicata alle cure termali e relax. Nel pomeriggio escursione guidata al **Castello Aragonese** che sorge su un isolotto di roccia trachitica collegato al versante orientale dell'isola d'Ischia da un ponte in muratura lungo 220 mt. Alla parte alta del Castello si può accedere in ascensore oppure seguendo l'antica strada Aragonese, che sale alla cittadella in un'altra galleria scavata nella roccia a colpi di piccone. Alla fine della galleria il museo delle armi antiche induce la mente a viaggiare nel tempo, quando sui bastioni si succedevano i turni di guardia e dalle aperture spuntavano minacciosi i cannoni. All'uscita vi è la loggetta della cattedrale dell'Assunta, dove il panorama è il premio della salita. Nella cattedrale si sposarono la poetessa Vittoria Colonna e il valoroso Ferrante d'Avalos, nobili rampolli di famiglie potenti del 500. **Guida**



5° 15 novembre Pensione completa in hotel. Mattinata dedicata alle cure termali e relax. Nel pomeriggio escursione al **Porto di Ischia**, passeggiata per la **Riva Destra**, fin su **Via Roma** e il **Corso Vittoria Colonna** arrivando al caratteristico borgo di **Ischia Ponte**. La passeggiata è particolarmente piacevole per l'alternanza di ambienti e situazioni proposte. La Riva Destra, o "rive droite" è una stradina, frequentatissima soprattutto d'estate, con tantissimi ristoranti, pub ed american bar, mentre per Via Roma e Corso Vittoria Colonna, vale senz'altro la definizione di "centro commerciale naturale". Un unico ambiente integrato armonicamente. Resto della serata dedicata allo shopping



6° giorno 16 novembre Pensione completa in hotel, mattinata cura termale e relax, nel pomeriggio partenza per escursione **Isola di Procida**. Arrivo in traghetto dopo 15 minuti di navigazione e pomeriggio dedicato alla visita del centro storico di Terra Murata, uno dei luoghi più antichi e affascinanti dell'isola, sia perché è la zona più antica e sia perché è situato sul punto più alto dell'isola. Terra Murata è il vero centro storico e culturale di Procida con l'incantevole Palazzo d'Avalos ex carcere e l'Abbazia di San Michele. Esplorare l'intero borgo è una delle tante cose da non perdere durante la visita dell'isola, qui vi è racchiusa tutta l'anima e la storia dell'antica Procida con i sotterranei, le antiche abitazioni in tufo e una vista spettacolare su tutto il golfo di Napoli. **Guida**



7° giorno 17 novembre Prima colazione in hotel mattinata dedicata alle cure termali. Pranzo, nel pomeriggio trasferimento al porto per la partenza in traghetto per Napoli Ore 19.00 partenza per Cagliari, cena libera, notte in navigazione.

8° giorno 18 novembre : Arrivo a Cagliari alle ore 10.00 circa, rientro in bus alle sedi stabilite.

La Quota Comprende:

- Pullman G.T. al seguito del gruppo per tutta la durata del viaggio con itinerario come da programma
- Traversata in Traghetto Cagliari Napoli Cagliari, con sistemazione in cabine doppie interne dotate di servizi interni
- Traghetto da Napoli a Ischia e viceversa;
- Sistemazione in hotel 4 stelle “Albergo Terme San Lorenzo ” con centro termale interno;
- Pensione completa dal pranzo del 2° giorno al pranzo del 7° giorno ;
- Prima colazione a buffet, dolce e salato; Pranzo e cena con Menu a scelta con buffet di insalate
- Bevande durante i pasti nella misura di ¼ di vino e ½ minerale a pasto per persona;
- Accesso all’area Terme e SPA Stufe San Lorenzo dalle ore 7.00 alle ore 19.00
- Area wellness termale con piscina termale 38°C
- Piscina Whirlpool ,con acqua marina, con panca idromassaggi e cromo terapia 38°C
- Balze area relax, giardino Termale con aromaterapia piscina idromassaggio termale 38°C
- Piscina Kneipp Total body (18°C – 40°C)
- Piscina su balza esterna attrezzata con cascate cervicali 25°
- Piscina d’acqua marina esterna riscaldata con possibilità di nuoto (31° - 32° C)
- Ingressi alle Stufe San Lorenzo (bagno di vapore termale, naturale, purissimo)
- Drink Energetico di benvenuto
- 1 Sere danzante con musica live
- Sere d’Autore : Monologo “Passeggiata Napoletana “ con lo scrittore Angelo Conte
- Incontro – Rubrica Educazione alimentare con la nostra Dott.ssa nutrizionista e biologa Noemi Migliaccio
- Internet Wi-Fi gratis per tutta la struttura
- Polizza assicurativa Europ-Assistance Medico + bagaglio per tutta la durata del viaggio;
- Traghetto per escursione all’Isola di Procida microtaxi inclusi
- Guida per le visite e escursioni come da programma
- Accompagnatore dalla Sardegna

La Quota Non Comprende:

- Escursioni oltre a quelle specificate , camere e cabine singole , ingressi ai luoghi di visita, tassa di soggiorno da pagare in hotel, €. 1.50 a persona a notte, polizza annullamento viaggio e tutto quanto non chiaramente indicato e specificato nella voce “La Quota Comprende”.
- **Quota individuale di partecipazione base 30 partecipanti €. 890.00**
- Supplemento camera singola in hotel €. 100.00
- Noleggio 1 accappatoio +1 telo piscina per coloro che effettuano ciclo di cure termali di fango e bagno € 20,00 da pagare sul posto
- Supplemento polizza annullamento viaggio, da stipulare all’atto della conferma del viaggio €. 40.00