

3. Itinerario da Marina di Stabia

Ischia, Procida e le Isole Pontine



1 settimana



circa 160 miglia

Marina di Stabia - Procida	20 miglia
Procida - Ischia	5 miglia
Ischia - Ventotene	23 miglia
Ventotene – Ponza	23 miglia
Ponza - Palmarola	10 miglia
Palmarola - Ischia	55 miglia
Ischia – Marina di Stabia	24 miglia





GIORNO 1 • MARINA DI STABIA – PROCIDA

Procida vi stupirà per la sua bellezza paesaggistica. È un'isola lontana dal turismo di massa, caratterizzata da villaggi di pescatori con case color pastello (il più suggestivo è la Corricella). Le ampie spiagge, le numerose baie e insenature disseminate lungo la costa offrono riparo da tutti i venti. L'isola ha un perimetro di soli 16 km, quindi le spiagge non sono molte, ma sono considerate tra le più belle dell'intera regione. La spiaggia di Chiaia è la più caratteristica, ed essendo incastonata tra pareti di tufo a picco sul mare blu, è sempre riparata dal vento.

Ormeggi: • Marina di Procida • Marina Chiaiolella • Marina Corricella



GIORNO 2 • PROCIDA – ISCHIA

Spiagge e borghi medievali, mare cristallino e sorgenti termali vi aspettano sull'**isola d'Ischia**. L'isola più grande del Golfo di Napoli mostra tutta la sua bellezza circondata dalla natura e dal mare. Resti romani ed edifici storici completano il ricco patrimonio dell'isola.

Vi consigliamo di visitare il Castello Aragonese, l'antico borgo di Ischia Ponte e Ischia porto con le sue stradine piene di negozi e ristoranti. Un altro luogo di particolare interesse è il Torrione di Forio, essendo posizionato più in alto di tutte le altre torri distribuite sul territorio, aveva il compito di avvistare i nemici e attuare per primo una linea difensiva. Infine, non si può lasciare Ischia senza visitare il caratteristico Borgo di Sant'Angelo, con le sue case colorate, i tavolini all'aperto e i negozi di souvenir. Le spiagge sono tante e belle, ma non perdetevi un bagno alla spiaggia di Cartaromana o alla Baia di Sorgeto, dove potrete fare un bagno termale in acqua di mare (35/37°C).

Porti: • Porto di Ischia • Casamicciola • Lacco Ameno • Forio • Sant'Angelo

GIORNO 3 • ISCHIA – VENTOTENE

Questa piccola isola, con i suoi 3 km di costa, offre la possibilità di rilassarsi su splendide spiagge e di tuffarsi in un mare meraviglioso.

L'economia dell'isola -che conta poco più di 700 abitanti -si basa sulla pesca, sull'agricoltura e, in misura minore, sul contributo dei turisti.

L'isola divenne una colonia romana, dove la famiglia imperiale trascorreva le vacanze.

A **Ventotene** rimangono diversi resti di ville e acquedotti di epoca romana, oltre all'antico porto e alle peschiere modellate nel tufo vulcanico.

Ventotene ha un proprio porto fin dall'epoca fenicia, rinnovato dai Romani che fecero dell'isola una loro colonia e tuttora in uso. Al porto si trovano oggi diversi ristoranti dove si possono gustare le specialità locali. L'imboccatura del porto, rivolta verso est, consente l'accesso anche in caso di maltempo con venti di maestrale e sud-ovest, e il bacino protegge praticamente da tutti i venti.

Se desiderate visitare l'isola, le maggiori attrazioni sono: Villa Giulia, che si trova sul promontorio di Punta Eolo ed è uno scavo impressionante, in quanto è possibile, dalle rovine delle mura rimaste, immaginare la bellezza di questa villa romana, costruita come residenza estiva imperiale; le cisterne romane, il Castello e Museo Archeologico di Ventotene e il carcere di Santo Stefano.



GIORNO 4 • VENTOTENE – PONZA

Ponza con le sue insenature, l'acqua cristallina e la forma a mezzaluna l'ha resa famosa in tutto il Mediterraneo. Inoltre, la presenza di siti archeologici risalenti all'epoca romana la rendono una meta alternativa non solo per gli amanti della spiaggia. L'isola è divisa in tre località principali: Ponza (zona Porto), Campo Inglese e Le Forna.

Il porto semicircolare dell'isola di Ponza è costituito da ormeggi esterni e a terra. Da non perdere una passeggiata nel piccolo centro tra ristoranti e case tipiche mediterranee. Punta Papa ospita una delle principali attrazioni per tutti gli appassionati di immersioni. Qui si trova la "Landing ShipTank", una nave utilizzata nella Seconda Guerra Mondiale per il trasporto di truppe e attrezzature pesanti, affondata nel febbraio 1943.





GIORNO 5 • PONZA – PALMAROLA

Palmarola è la più selvaggia delle Isole Pontine: non ci sono case, non ci sono porti, c'è solo un ristorante dalla storia curiosa. L'isola deve probabilmente il suo nome alla presenza della palma nana, l'unica palma che cresce spontaneamente in Italia. Le coste di Palmarola sono meravigliose, grotte, anfratti e insenature danno fantasia alle bianche scogliere. La Cattedrale è così chiamata perché è una zona di Palmarola dove una serie di strette e alte grotte di basalto scolpiscono la scogliera come una cattedrale con le sue volte e i suoi pilastri. Le grotte della cattedrale possono essere esplorate con maschera e boccaglio. Si nuota nell'oscurità in un'acqua resa blu dalla luce che filtra dalla caverna. Un'esperienza da non perdere.

La Grotta del gatto ha al suo interno una sorgente d'acqua dolce. Vi si accede con una piccola imbarcazione. Cala del Porto o Spiaggia della Maga Circe è chiamata anche spiaggia di O' Francese perché qui si trova l'unico ristorante dell'isola: O' Francese. Oltre a questo edificio spartano, sull'isola c'è solo la villa delle sorelle Fendi. Cala Brigantina è così chiamata perché nel XVIII secolo offriva ancora riparo alle imbarcazioni dei pirati. A Palmarola non ci sono spiagge sabbiose.



GIORNO 6 • PALMAROLA – ISCHIA

Spiagge e borghi medievali, mare cristallino e sorgenti termali vi aspettano sull'**isola d'Ischia**. L'isola più grande del Golfo di Napoli mostra tutta la sua bellezza circondata dalla natura e dal mare. Resti romani ed edifici storici completano il ricco patrimonio turistico dell'isola.

Vi consigliamo di visitare il Castello Aragonese, l'antico borgo di Ischia Ponte e Ischia porto con le sue stradine piene di negozi e ristoranti.

GIORNO 7 • ISCHIA – MARINA DI STABIA

Ritorno a Marina di Stabia passando per Bacoli e attraversando il Golfo di Napoli con una possibile sosta a Ercolano o Pompei per visitare i siti archeologici.

Rientro in porto.