

## ***SABATO***

Arrivo entro le ore 10.00 presso il B&B martin pescatore

Saluti di benvenuto e sistemazione nelle camere

Ore 11.00: Giro in pullman lungo la costa del Cilento con descrizione del sistema geologico campano

Ore 13.00: Colazione a sacco

Ore 15.00: Visita alle grotte marine di Capo Palinuro

Ore 18.00: Rientro in B&B e riposo

Ore 20.00: Cena presso ristorante pizzeria

Ore 21.30: Eventuale passeggiata in località di mare a discrezione dei partecipanti

## ***DOMENICA***

Sveglia ore 8.00 e prima colazione con prodotti locali

Ore 9.00: Partenza per il Monte Bulgheria (1225m) accompagnati da guida naturalistica, percorso a piedi: 4 ore

Ore 13.00: Pranzo a sacco

Ore 15.30: Rientro a Foria e visita ad un laboratorio di ceramiche

Ore 18.30: Riposo

Ore 20.00: Cena

## ***LUNEDI***

Sveglia ore 8.00 e prima colazione con prodotti locali

Ore 9.00: Partenza per Padula

Ore 10.00: Visita alla Certosa di San Lorenzo in Padula e alla Casa-Museo di Joe Petrosino

Ore 13.30: Pranzo a sacco

Ore 15.30: Visita all'oasi naturale di Morigerati

Ore 18.00: Rientro in B&B e riposo

Ore 20.00: Cena

Ore 21.30: Eventuale passeggiata

## ***MARTEDI***

Sveglia ore 8.30 e prima colazione

Ore 9.30: Partenza per il Monte Gelbison (1705m) accompagnati da guida naturalistica, percorso a piedi: 3 ore

Ore 13.00: Pranzo a sacco

Ore 15.00: Visita ad un allevamento di Asini utilizzati per la produzione del pregiato latte

Ore 18.00 Rientro in B&B e riposo

Ore 20.00 Cena

Ore 21.30 Visione di un film

### ***MERCOLEDI***

Sveglia ore 8.30 e prima colazione

Ore 9.30: Partenza per Paestum

Ore 10.30: Visita agli scavi di Paestum e al museo

Ore 13.00: Pranzo a sacco

Ore 15.30: Visita alla città antica di Velia

Ore 18.30: Rientro in B&B

Ore 20.30: Cena.

### ***GIOVEDI***

Sveglia ore 8.00 e prima colazione

Ore 9.00: Partenza per Marina di Camerota

Ore 9.30: Escursione verso la spettacolare “riserva marina” degli infreschi e bagno, percorso a piedi: 4 ore

Ore 13.30: Pranzo a sacco

Ore 16.00: Rientro con sosta al borgo medioevale di San Severino

Ore 18.30: Riposo

Ore 20.00: Cena

### ***VENERDI***

Sveglia ore 8.00 e prima colazione

Ore 9.00: Partenza per il Cilento interno

Ore 10.30: Visita a Teggiano e Roscigno vecchio

Ore 13.00: Pranzo a sacco

Ore 15.00: Visita alle grotte di Castelcivita

Ore 19.00: Rientro in B&B

Ore 20.30: Cena

Ore 21.30: Torneo di carte.

### ***SABATO***

Sveglia ore 9.00 e prima colazione

Ore 10.00 Saluti e alla prossima!!

per maggiori informazioni: [info@bbmartinpescatorepalinuro.it](mailto:info@bbmartinpescatorepalinuro.it)