

3-8 MAJ 2025
6 DAGAR (5 NÄTTER)
6 RESENÄRER

KLÄTTRINGSÄVENTYR I KAMPANIENS VILDMARK

ÄVENTYR - NATUR - KULTUR





Resedatum

Denna resa kan genomföras under maj, juni, september och oktober. De specifika resedatumen beror på tillgängligheten hos våra guider.

Nästa resa är planerad till 3–8 maj 2025. [Kontakta oss](#) för mer information.

Skräddarsydd resa

Alla våra resor och turer kan anpassas efter dina specifika önskemål. Kontakta oss för att diskutera personliga alternativ och skapa en resa som passar just dina behov.

Resegaranti

Alla våra paketresor erbjuds uteslutande genom våra pålitliga samarbetspartners inom resebranschen. Dessa partners säkerställer full efterlevnad av Paketresedirektivet och ger de lagstadgade resegarantierna för din trygghet. Genom att boka via dem får du en säker och pålitlig reseupplevelse.

Mer information om [Paketresedirektivet](#).



EN EXTRAORDINÄR RESA FRÅN BERGEN TILL KUSTEN

Detta oförglömlig äventyr från Caposele i Seledalens vildmark till Amalfi- och Cilentokustens förtrollande skönhet, tar dig med på en resa genom majestätiska berg, enastående klippformationer, pittoreska byar och vacker natur i hjärtat av södra Italien. Denna klättringsresa är speciellt utformad för nybörjare som vill uppleva spännande klättring i natursköna miljöer, upptäcka fascinerande historiska platser och ta del av den autentiska italienska kulturen. Vi kommer att ta dig till klippor med en gradvis ökande svårighetsgrad. En erfaren instruktör kommer att vara med dig varje steg under klättringen, för att säkerställa en trygg och givande upplevelse. Under resan har man även möjligheten att njuta av egentid. En grundläggande nivå av fysisk kondition krävs för att genomföra resan.





HÖJDPUNKTER

- ✓ En resa rik på såväl fysisk som mental aktivitet
- ✓ Liten grupp och en välkomnande atmosfär
- ✓ Både bergs- och kustlandskap med enastående natur och panoramautsikt
- ✓ Spännande klättring med en erfaren certifierad instruktör
- ✓ Lokal mat och autentisk kultur
- ✓ Avkopplande boende med panoramautsikt
- ✓ UNESCOs världsarv





MÅLGRUPPEN

- ✓ Nybörjare som inte har någon tidigare erfarenhet av klättring
- ✓ Nybörjare som har endast topprepsklättrat på låg nivå
- ✓ Nybörjare som har bouldrat inomhus
- ✓ Grundläggande nivå av fysisk kondition krävs för att genomföra resan





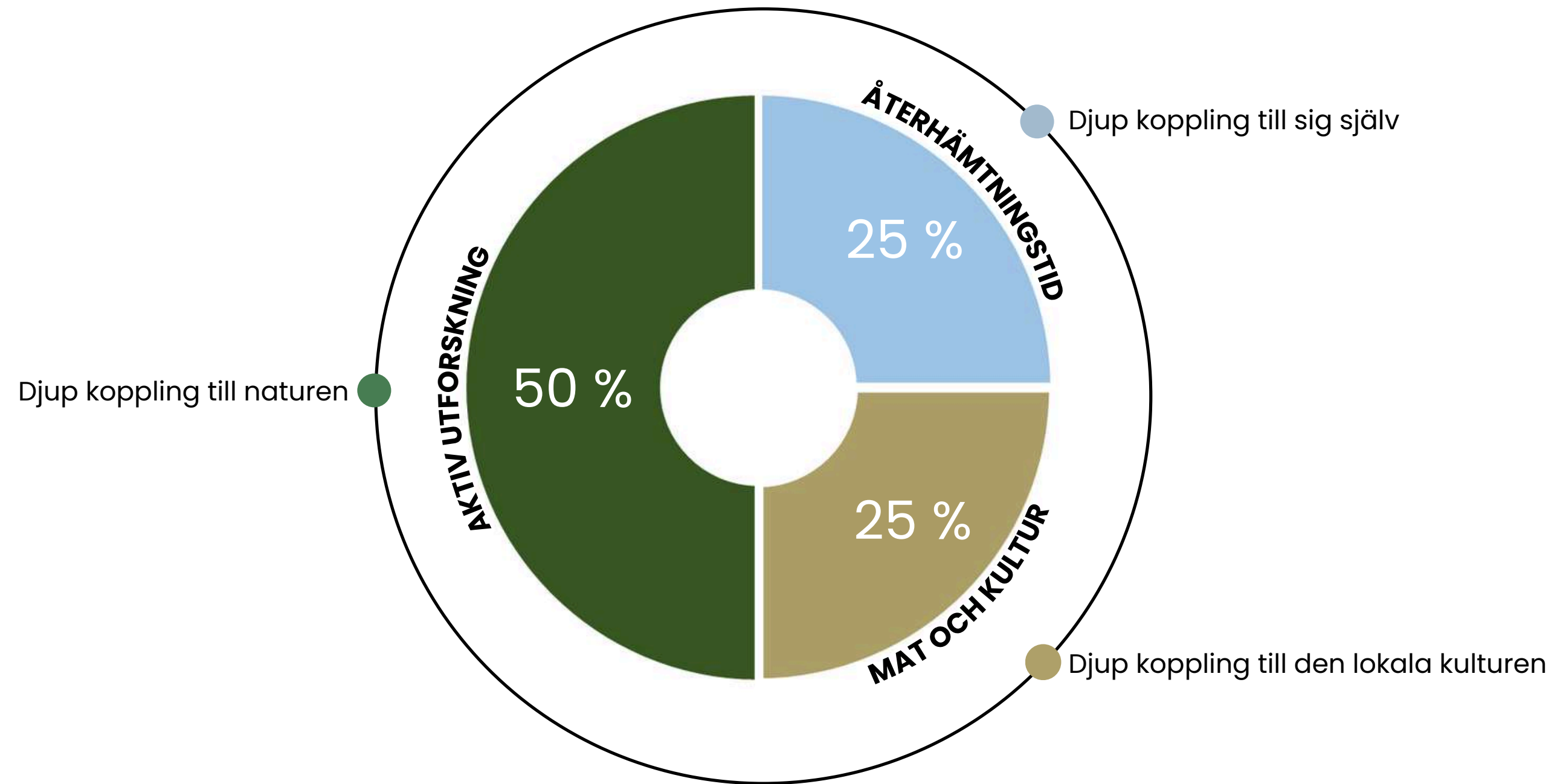
KLÄTTRINGSINSTRUKTÖR

- ✓ Sergio Morra - Certifierad klättringsinstruktör IAMAS (Associazione Italiana Maestri di Arrampicata Sportiva)





RESANS STRUKTUR





RESEKARTA



Neapel

Amalfi

Salerno

Agropoli

Caposele

Seledalen

Trentinara



OM CAPOSELE

Baslägret för resan är den charmig byn Caposele som ligger i den oupptäckta delen av Kampanien (södra Italien), precis i början av Seledalen. Caposele är omgiven av majestätiska berg, vattenkällor, vingårdar och olivlundar, vilket ger en pittoresk samt fridfull atmosfär. I Caposele kan man njuta av den autentiska italienska landsbygden och uppleva den genuina syditalienska gästfriheten. Området är känt för sin vilda samt vackra natur och för floden Sele som

från Caposele korsar dalen upp till den antika grekiska staden Paestum på Cilentokusten. Källorna i floden Sele matar världens längsta akvedukt: Pugliese-akvedukten, som är ett av de mest extraordinära hydrauliska verk som någonsin byggts för hand. För att skydda akvedukten hölls platsen Caposele hemlig under andra världskriget. Fram till 1970 fanns denna plats inte på kartor.





BOENDE I CAPOSELE

CASA ELISABETTA

Känn dig som hemma i våra mysiga och välkomnande semesterlägenheter på vårt basläger, Casa Elisabetta. Denna charmiga tvåvåningsvilla ligger i ett lugnt område inom gångavstånd från byn Caposele. Unikt placerad ovanpå en gigantisk klippa erbjuder Casa Elisabetta en **enastående panoramautsikt** över Sele-dalen, byn och de omgivande bergen.

Omgiven av en frodig, 3 000 kvadratmeter stor **ekologisk gård**, är villan hem åt fruktträd, olivlundar och säsongens grönsaker – allt tillgängligt för våra gäster att njuta av.

Casa Elisabetta är engagerad i **hållbarhet** och minimerar sitt ekologiska fotavtryck genom att använda solenergi, noggrant sortera avfall för återvinning och kompostera organiskt material. Vi strävar ständigt efter att förbättra våra hållbarhetsinsatser för en grönare framtid.

Mer information om Casa Elisabetta hittar du [här](#).





RESEPROGRAM

Dag 1: Ankomst till Neapel och transfer till Caposele

Dag 2: Klättring i Caposele: grundtekniker och topprepsklättring

Dag 3: Klättring i Caposele: klättrings- och beläggningsteknik

Dag 4: Utflykt till Amalfi

Dag 5: Klättring i Trentinara och utflykt till Cilentokusten

Dag 6: Hemresa

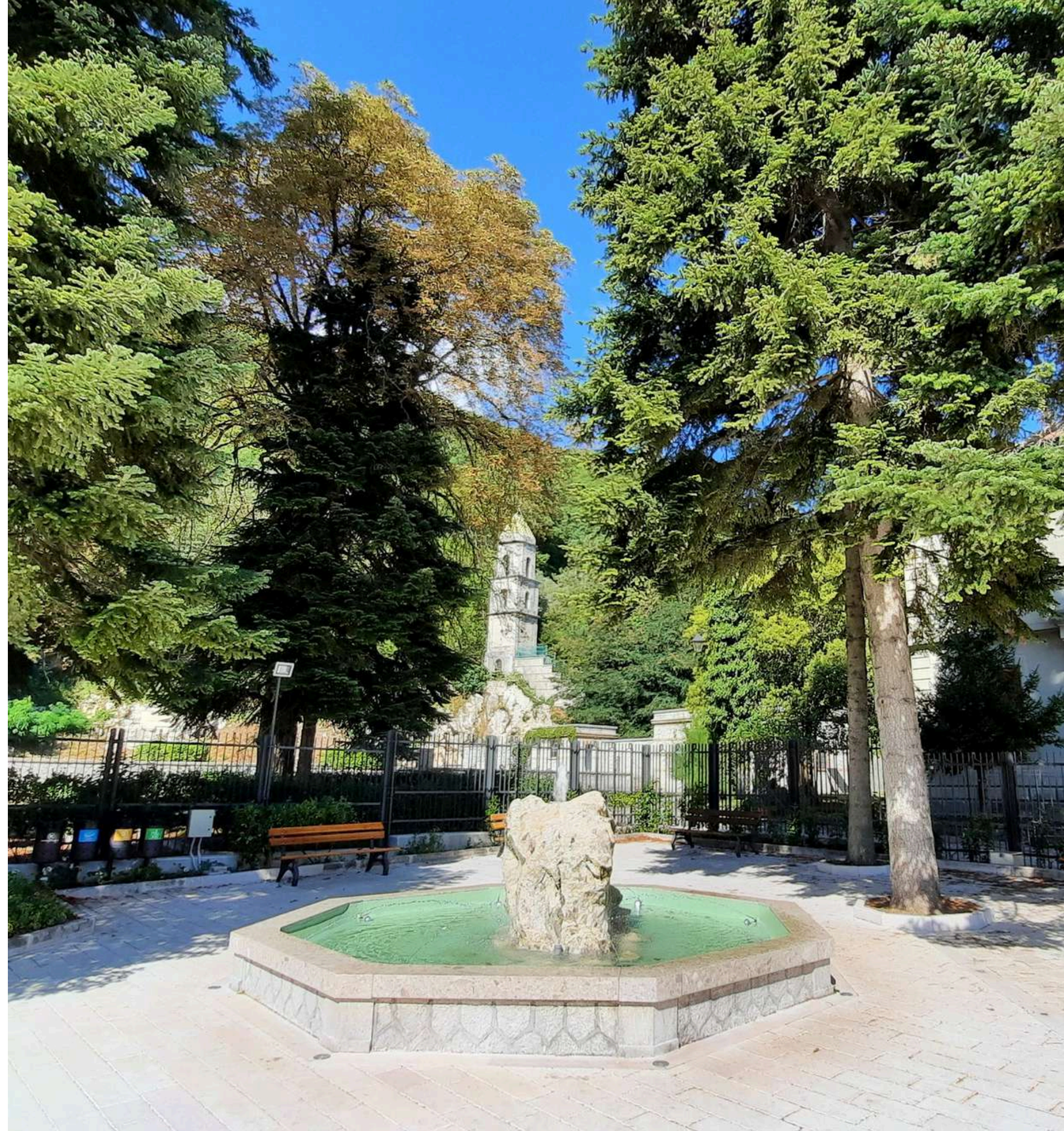


DAG 1

NEAPEL-CAPOSELE

Ankomst till Neapel och transfer till Caposele

- Ankomst till flygplatsen i Neapel och transfer med privat bus (cirka 80 min restid) till Casa Elisabetta i Caposele
- Välkomstmöte med den lokala guiden
- Middag



DAG 2

CAPOSELE

Grundtekniker och topprepsklättring

- Efter frukost blir du transporterad till klätterområdet San Vito i Caposele, en karakteristisk kalkstensmonolit med en liten kyrka från 1600-talet, tillägnad San Vito. Detta klätterområde erbjuder flera leder med varierande svårighetsgrad och en fantastisk utsikt över Sele-dalen.
- Under dagens pass kommer du att klättra på enkla leder som är perfekta för att lära dig grundläggande tekniker och bli bekant med klättring. Instruktören kommer att gå igenom utrustning, säkringstekniker, grundläggande klättertekniker och allt annat du behöver veta för att säkert kunna klättra utomhus på egen hand.
- Picknick lunch
- På eftermiddagen fortsätter du att utforska klipporna med topprepsklättring.
- Stretchingpass
- Stadspromenad och besök vid San Gerardo-basilikan, en pilgrimsplats tillägnad den helige Gerardo Maiella, mödrars och barns skyddshelgon. Torget vid basilikan erbjuder en fantastisk utsikt över Sele-dalen.
- Middag på egen hand





KLÄTTRINGSOMRÅDET SAN VITO I CAPOSELE





SAN GERARDO BASILIKA (CAPOSELE)



DAG 3

CAPOSELE

Klättrings- och beläggnings teknik

- Efter frukost blir du transporterad till klätterområdet San Vito i Caposele.
- Dagens pass fokuserar lite extra på klätter- och säkringsteknik.
- Picknick lunch
- På eftermiddagen fortsätter du att utforska klipporna med topprepsklättring.
- Stretchingpass
- Stadspromenad i Caposele, besök på Vattenmuseet och de källor som förser världens längsta akvedukt, Pugliese-akvedukten – ett av de mest extraordinära hydrauliska ingenjörsverken som någonsin byggts för hand.
- Vinprovning och middag i gamla vinkällare uthuggna i bergssluttningarna.





VINPROVNING PÅ CANTINAS



DAG 4

AMALFIKUSTEN

Utflykt till Amalfikusten

- Frukost
- Transfer till Salerno med privat buss och båtturen till Amalfi. Amalfikusten, ett UNESCO-världsarv, är känd för sina färgglada byar på klipporna, hisnande vyer och kristallklart vatten.
- Utforska denna magnifika kust i din egen takt. Du kan också fortsätta båtturen till det berömda Positano eller ta en lokalbuss (eller taxi) till Ravello för att njuta av den spektakulära utsikten över kusten.
- Lunch på egen hand
- Båtturen tillbaka till Salerno.
- Middag på egen hand i Salerno och transfer till boendet i Caposele.



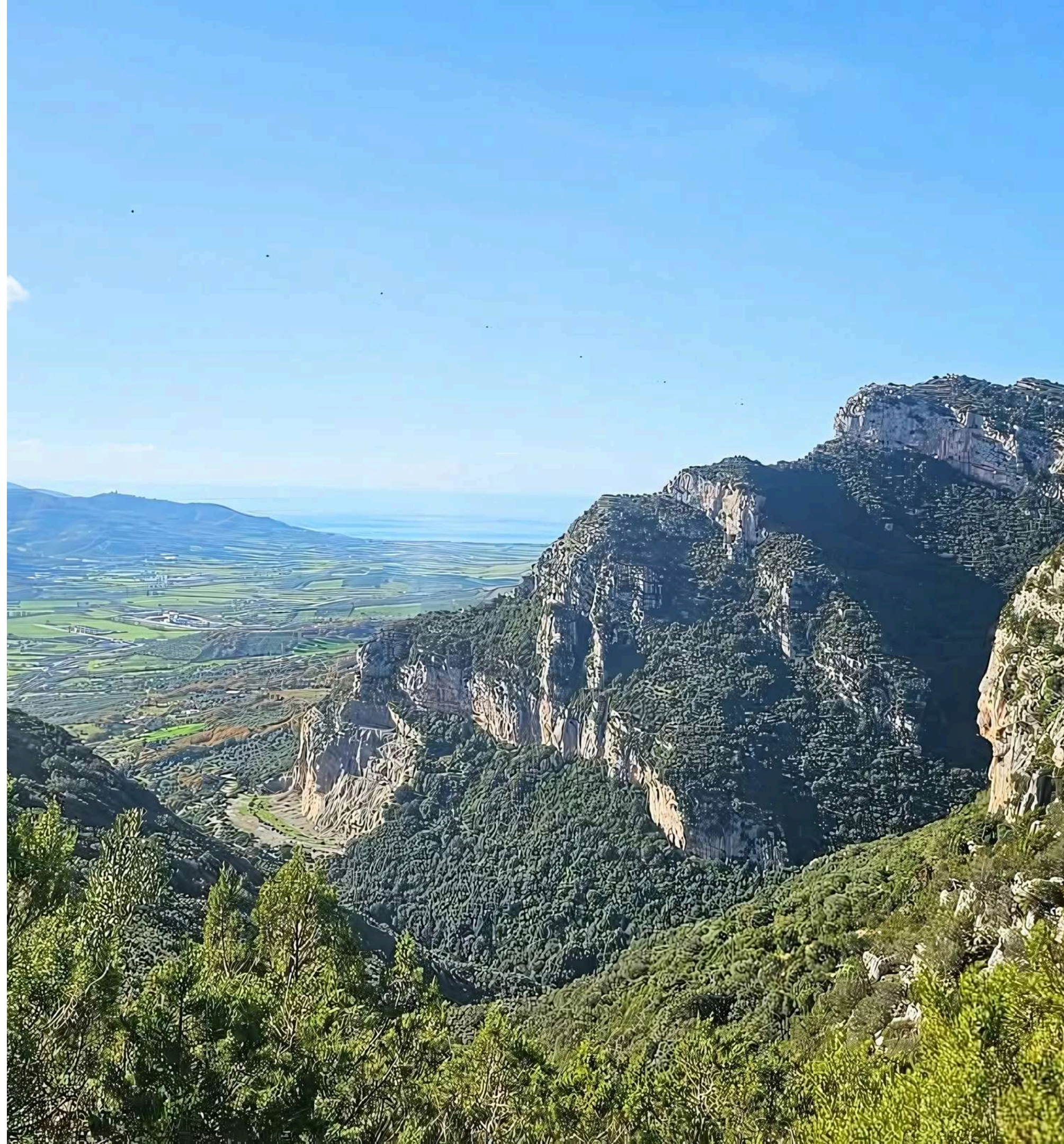


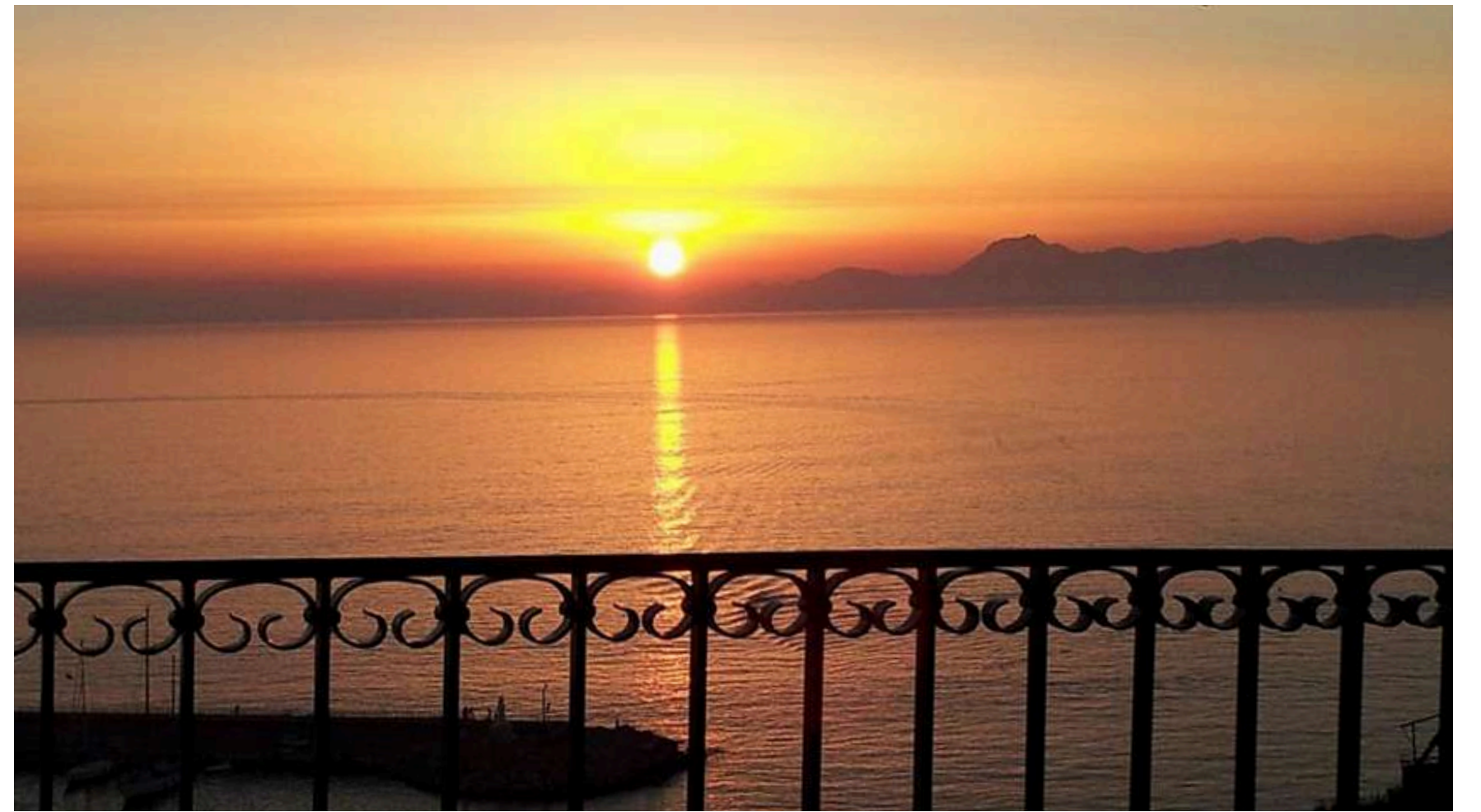
DAG 5

TRENTINARA-AGROPOLI

Klättring i Trentinara och utflykt till Cilentokusten

- Efter frukost transfer med privat buss till Trentinara i den fantastiska Cilento Nationalpark.
- Under dagens pass får du testa allt du har lärt dig under de tidigare dagarna. Du kommer att klättra på enkla leder och så småningom utmana dig själv med mer krävande leder som bjuder på en hisnande utsikt över Cilentos kustlandskap.
- Picknick lunch
- Strandtid
- Avslutningsmiddag på en restaurang med havsutsikt i den pittoreska gamla stadsdelen i Agropoli på Cilentokusten.





DAG 6

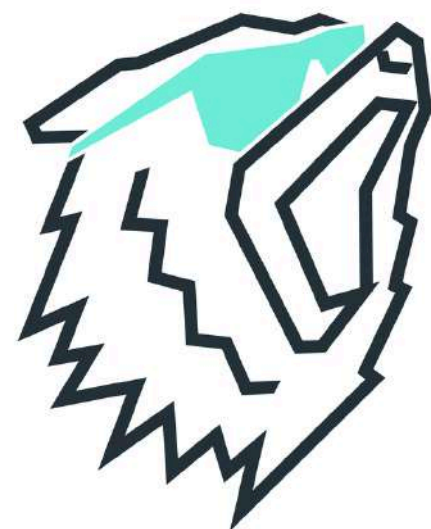
CAPOSELE - NEAPEL

Hemresa

- Transfer till flygplatsen i Neapel
- Hemresa

Arrivederci!





MOUNTAIN SURFERS TRAVEL

PASQUALE RUSSOMANNO
info@mountainsurferstravel.com
+46 736829807