



**GENIUS LOCI TRAVEL**  
Walking and Cycling Holidays

*Weekend alla scoperta del Sud*

wmof1

# La 'Terra di Mefitis'

*Passeggiando nella Valle del Sele, tra Borghi, Castelli e 'Mofete'*



## PROGRAMMA DI VIAGGIO

© *Genius Loci Travel. Diritti Riservati.*



[booking@genius-loci.it](mailto:booking@genius-loci.it) | [www.trekking-italia.it](http://www.trekking-italia.it)

\*\*\*GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy\*\*\*



## INTRODUZIONE

*L'Alta e Media valle del fiume Sele è tra le aree più interessanti d'Europa dal punto di vista del paesaggio. Le bellezze che contraddistinguono spaziano dalla semplice osservazione del paesaggio agli aspetti archeologici - storici e culturali, passando anche per quelli enogastronomici.*

*La ricchezza della Valle del Sele risiede infatti nella bellezza dei patrimoni, naturali e culturali, racchiusi in modo inscindibile nel paesaggio. Lo scenario che osserviamo è il capolavoro dell'interazione tra l'ambiente, la bellezza delle città, dei monumenti, delle tradizioni, del tessuto produttivo e la creatività dell'uomo.*

*Il tour è stato concepito per farvi scoprire in pochi giorni il meglio della 'Terra di Mefitis', tra emissioni di gas naturali chiamate "Mofete", 'Sink Hole' (doline), borghi medievali e castelli, attraverso alcune delle passeggiate più belle e suggestive che la Campania offre. I percorsi si snodano lungo sentieri ben mantenuti e stradine di campagna che vi porteranno a contatto con una Natura dominata dall'acqua!*

*Potrete godere di fantastici panorami, e scoprire come questa terra sia un inedito e straordinario circuito turistico, oltre che un formidabile laboratorio di educazione ambientale, che, a partire dalla semplice osservazione del paesaggio, permette di ragionare sulle forze che lo hanno modellato nel tempo e, in più, di comprendere come i culti antichi sono inscindibilmente legati alla fenomenologia del territorio.*

*Il termine "Mofeta" deriva dalla dea Mefite, divinità italica legata al culto delle acque. Nell'immaginario religioso degli Hirpini rappresentava la potenza divina preposta ai campi coltivati e alla loro prosperità. Una dea che probabilmente incarnava l'aspetto più magico ed imperscrutabile della Grande Madre Mediterranea, la personificazione di forze sismiche e/o vulcaniche.*

*Nel solo comprensorio di Oliveto Citra sono state riscontrate ben dieci emissioni di gas che abbracciano tutti i casi esistenti sul Pianeta. Spettacolari saranno poi i Sink Hole utilizzati da sempre dall'uomo come grandiosi anfiteatri naturali.*

*Naturalmente ci sono anche i borghi e i castelli! Per chi volesse c'è la possibilità di prolungare il soggiorno per visitare uno dei borghi medioevali più belli della zona, Il Borgo medioevale di Quaglietta, oggi adibito ad "albergo diffuso". Infine potrete dedicare qualche giornata al 'wellness' nelle rinomate Terme di Contursi, che con i suoi stabilimenti termali e con acque a diverse temperature sarà un perfetto finale per la vostra vacanza alternativa.*



*Nota Bene: questo tour ha un livello di difficoltà da facile a medio-facile, adatto a chi ha già avuto esperienze di trekking ed è in buone condizioni fisiche. La maggior parte delle passeggiate prevede sentieri in buone condizioni, alcuni con relative segnalazioni. In altri tratti, dovrete seguire le indicazioni che vi forniremo insieme alle mappe. Durata indicativa delle passeggiate: da 5 a 6 ore al giorno.*



#GeniusItaly

[booking@genius-loci.it](mailto:booking@genius-loci.it) | [www.trekking-italia.it](http://www.trekking-italia.it)

\*\*\*GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy\*\*\*



## ITINERARIO

### Giorno 1 – Arrivo

Se avete prenotato il servizio di transfer privato, (opzionale – da Napoli o Salerno) il nostro autista vi porterà al vostro tranquillo B&B, sito nel paese di Oliveto Citra (Sa). La nostra guida vi accoglierà e vi spiegherà il tour durante un aperitivo. Se arrivate presto, potrete già fare una breve passeggiata percorrendo le stradine del centro storico ed affacciarvi sulla bellissima alta e media valle del Sele per godere dei primi spettacolari panorami.

**Pernottamento: Oliveto Citra – B&B – Cena con prodotti tipici**

### Giorno 2 – Il Borgo di Oliveto, il Castello, la Donna di Oliveto & il suo museo, il ‘Sink-Hole’

La giornata inizia con una passeggiata nel centro storico di Oliveto Citra e la visita all’Antiquarium nel castello di Oliveto, che ospita tombe e corredi funerari che coprono un arco cronologico compreso tra l’VIII e il IV sec. a.C.; almeno per le fasi più antiche rappresentano la chiara espressione della cultura cosiddetta di “Oliveto-Cairano” che, nell’ambito della ‘cultura delle tombe a fossa’ si caratterizza per la ricchezza degli ornamenti che adornavano il costume funerario del defunto. Estremamente esplicativo è la ricostruzione del tipico abito funerario femminile di una signora appartenente alla cultura di Oliveto-Cairano. Infine vedremo oggetti provenienti dalle sepolture del IV sec. a.C.; di particolare interesse sono i diversi cinturoni in bronzo, elemento distintivo delle genti di origine Sannita-Lucana. La visuale dal castello offre uno scenario senza eguali su tutta la valle del Sele. Si passerà poi a percorrere il “BORGO DEI RACCONTI” che ha come scenario il centro storico di Oliveto Citra e rappresenta un itinerario narrativo che utilizza le moderne tecnologie digitali. Un progetto innovativo, che ha raccolto le storie della Comunità, raccontate in prima persona, rendendo i video-racconti fruibili attraverso pannelli in Realtà Aumentata, posizionati dentro la parte storica del paese. In questo modo chi visita il paese può ascoltare, muovendosi fra vicoli e piazze, dalla stessa voce degli Olivetani, pezzi significativi della tradizione orale della Comunità. Faremo poi un bel pranzo ‘bucolico’, all’aperto con prodotti tipici locali, dopodiché ci si sposterà alla località Civita dove sorgeva il Convento dei Frati Osservanti, eretto intorno al 1500, le cui rovine raccontano di un luogo che per 300 anni è stato sede di corsi di Filosofia e Teologia; da lì, lungo un sentiero, si giunge all’Anfiteatro, così denominato dagli Olivetani luogo secolare di mercati e scambi, il cui nome deriva dalla sua forma che sfrutta una depressione naturale sub circolare chiamata ‘sink-hole’ dai geologi. A fine pomeriggio si torna ad Oliveto, dove avrete la possibilità di rilassarvi o eventualmente di visitare le terme. La sera siete liberi di scegliere il ristorante di vostra preferenza, oppure potete usufruire del ‘home restaurant’ del vostro oste.

**Pernottamento: Oliveto Citra – B&B. Pranzo con prodotti tipici. Cena libera**

*Distanza: 9 km. Durata approssimativa: 5-6 ore. (sono possibili diverse variazioni)*

### Giorno 3 – Il ‘Sentiero delle Mofete’ – da Oliveto a Quaglietta

La passeggiata di oggi vi porterà a scoprire e conoscere alcune meraviglie della Natura. Affacciandosi dalla piazza, ai piedi del Castello sarà possibile osservare una spettacolare vista della Valle del Sele verso Nord e scendendo per il sentiero, l’avventura ha inizio! Passeggiando tra olivi secolari e coloratissimi campi sarete guidati in una piacevole passeggiata, in cui la Natura e l’Archeologia si intrecciano e potrete osservare e comprendere cosa sono le “Mofete”, emissioni di gas naturali dal suolo che creano scenari di suggestiva bellezza e capire il legame profondo che esiste tra uomo e fenomeni naturali. Vi condurremo nei luoghi dove anticamente venivano fatti sacrifici per ingraziarsi la dea Mefitis e dove sono stati rinvenuti oggetti votivi ed amuleti.

Dopo un lauto pranzo, preparato con sapiente maestria con prodotti enogastronomici locali e servito sotto querce secolari immersi in un paesaggio che offre una visuale senza eguali sugli Alburni e sui Picentini, ci si incammina verso Quaglietta, un borgo medioevale ben conservato ed ora trasformato in ‘albergo diffuso’. Qui potrete godere di un bel



[booking@genius-loci.it](mailto:booking@genius-loci.it) | [www.trekking-italia.it](http://www.trekking-italia.it)

\*\*\*GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy\*\*\*



aperitivo in un ambiente unico, prima di essere riportati a Oliveto per riprendere le macchine, oppure alla stazione di Contursi per prendere il treno verso casa.

Nel caso che prenotiate una notte extra potrete optare per Oliveto Citra oppure per una notte a Quaglietta, dove quindi potrete direttamente sistemarvi nel vostro appartamento. La cena 'd'obbligo' a questo punto sarà a base di pizza 'gourmet' servito nei tanti locali sparsi per il centro storico. (I vostri bagagli saranno recapitati presso la struttura).

**Pernottamento (su richiesta): Quaglietta – Paese Albergo – Pranzo con prodotti tipici. Cena libera.**

*Distanza: 11,5km. Durata approssimativa: 5-6 h. (sono possibili diverse variazioni)*

#### Giorno 4 – Continuazione del tour – tra Valva e la Riserva della Caccia

Su richiesta, saremo lieti di prenotare una notte extra ad Oliveto oppure a Quaglietta, per darvi il tempo di esplorare anche le altre attrattive della Valle del Sele, come la stupenda riserva naturale della Valle della Caccia, le sorgenti di Caposele, dalle quali sgorgano le acque che dissetano tutta la Puglia dando vita all'omonimo acquedotto, oppure la vicina Campagna con il Monte Polveracchio. Si consiglia una visita al bellissimo Castello Ayala di Valva e al Museo delle macchine di Leonardo Da Vinci, fortemente voluto dai Cavalieri di Malta.

Se si sceglie un prosieguo tutto all'insegna della natura incontaminata, non si può tralasciare Colliano e la bellissima Riserva Naturale di Monte Eremita, un paesaggio fuori dal tempo.

Per chi invece ama il 'wellness' si consiglia una visita alle terme, eventualmente con un pernottamento a Contursi Terme.

## INFORMAZIONI PRATICHE

### ARRIVO & PARTENZA

**Come arrivare:** mezzi propri o pubblici. Il tour inizia e finisce ad Oliveto Citra collegato a Salerno con un servizio di autobus con corse frequenti. È possibile prenotare un trasferimento privato da Contursi (stazione) oppure da Salerno o da Napoli (aeroporto o stazione ferroviaria).

### PERNOTTAMENTI & PASTI

Per i primi due giorni del tour pernosterete in un bellissimo 'B&B' a conduzione familiare, il titolare è anche un bravissimo 'chef', e proprietario di un ottimo 'home restaurant'. Tutte le camere hanno i servizi privati.

È inclusa una cena il giorno di arrivo. I due pranzi descritti nel programma sono inclusi nel prezzo. I 'picnic' sono a base degli ottimi prodotti locali.



### LA QUOTA COMPRENDE:

- 2 notti in 'B&B di Charme' ad Oliveto Citra
- Pasti: 1 cena & 2 pranzi
- Guida escursionistica (storica/geologica)
- Transfer Quaglietta - Oliveto
- Assistenza 7/7

### NON INCLUSO:

- Tasse di soggiorno
- Assicurazione di viaggio
- Cibi e bevande non menzionate nell'itinerario
- Tour o attività opzionali aggiuntive
- Mance
- Articoli di natura personale

### LIVELLO DI DIFFICOLTA'

**Da Facile a Medio-facile (2-3):** Per lo più passeggiate semplici, anche se alcune includono salite o sentieri con superfici ruvide. In alcuni giorni sono possibili estensioni dell'itinerario o scorciatoie.

**Fitness:** Non è necessario un alto livello di preparazione fisica ma dovrete essere in grado di camminare per circa 5 ore sotto il sole o su tratti polverosi e rocciosi.

**Cosa portare:** Abbigliamento comodo, **scarpe da trekking**, zaino per escursioni giornaliere, borraccia, cappellino e occhiali da sole, mantella antipioggia o giacca impermeabile, copri zaino; macchina fotografica e binocolo.

### Guide

Sarete accompagnati per due giorni da una guida, che con professionalità e competenza vi darà tutte le spiegazioni per farvi godere al massimo la zona.



## PERNOTTAMENTI EXTRA ED ESTENSIONI

*Per quelli che vogliono immergersi in un vero scenario montano, dominato dall'acqua consigliamo di combinare questo breve tour con il tour "Tutte le forme dell'acqua nella valle del Sele", soggiornando per più giorni nei comuni della valle del Sele (vedere dettagli del tour).*

È inoltre possibile includere notti extra in tutte le località incluse nel tour, per rendere la vacanza più rilassante oppure per fare altre passeggiate. *Vi forniremo anche itinerari aggiuntivi per i giorni che vorrete aggiungere al tour standard!*

Il tour può essere facilmente prolungato aggiungendo soggiorni a **Paestum o nel Cilento**. Vi offriremo diverse buone opportunità di pernottamento. Dettagli e prezzi su richiesta.



© Genius Loci Travel. Diritti riservati.



[booking@genius-loci.it](mailto:booking@genius-loci.it) | [www.trekking-italia.it](http://www.trekking-italia.it)

\*\*\*GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy\*\*\*

