

Inhalt

Der Mezzogiorno	8
Reisen in Süditalien	10
Planungshilfe für Ihre Reise	14
Vorschläge für Rundreisen	18

Wissenswertes über Süditalien

Steckbrief Süditalien	22
Natur und Umwelt	24
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik	32
Geschichte	39
Zeittafel	48
Gesellschaft und Alltagskultur	50
Architektur und Kunst	56

Wissenswertes für die Reise

Anreise und Verkehr	66
Übernachten	71
Essen und Trinken	74
Outdoor	80
Feste und Veranstaltungen	83
Reiseinfos von A bis Z	84

Unterwegs in Süditalien

Kapitel 1 – Kampanien

Auf einen Blick: Kampanien	100
Neapel	102
Vomero	103
Centro Storico	106
Um die Piazza del Plebiscito	112
Via Toledo und Quartieri Spagnoli	116
Nördlich des Centro Storico	117
Santa Lucia und Chiaia	122
Westlich der Rada Caracciola	124

Das Hinterland von Neapel	131
Caserta und Umgebung.....	131
Santa Maria Capua Vetere	133
Capua	136
Benevento.....	136

Der Golf von Neapel	137
Golf von Pozzuoli und Campi Flegrei.....	137
Vesuv.....	143
Ercolano.....	147
Villa Oplontis	151
Pompeji	151

Die Inseln im Golf von Neapel	159
Procida	159
Ischia	166
Capri	174
Aktiv: Auf dem Sentiero dei Fortini zu Capris Blauer Grotte	183

Sorrentina und Amalfitana	185
Castellammare di Stabia.....	185
Sorrento	186
Südliche Sorrentina	188
Aktiv: Wanderung von Nerano um die Punta Penna	189
Amalfitana.....	191
Aktiv: Sentiero degli Dei – wo einst die Götter wandelten	194

Salerno und Cilento	200
Salerno	200
Paestum	204
Die Küste des Cilento.....	207
Monte Alburni	213
Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano.....	215
Aktiv: Kurze Wanderung zu den Grotte di Morigerati	218
Certosa di Padula	219

Kapitel 2 – Basilikata

Auf einen Blick: Basilikata	222
Maratea und der Süden der Basilikata	224
Maratea	224
Das Hinterland von Maratea	227
Parco Nazionale del Pollino.....	229

Aktiv: Wanderung im Bosco Magnano	232
Valle dell'Agri	233

Dolomiti Lucane.....	237
Castelmezzano.....	237
Pietrapertosa	240
Aktiv: Il Volo dell'Angelo – der Flug des Engels	241

Potenza und der Norden der Basilikata.....	243
Potenza.....	243
In der Umgebung von Potenza	247
Castello Lagopesole.....	250
Acerenza	251
Um den Monte Vulture	254
Aktiv: Radtour durch die Hügel am Monte Vulture.....	256
Venosa	258
Melfi.....	262

Matera und Murgia Materana.....	266
Matera.....	266
Aktiv: Wandern im Parco della Murgia Materana	276
Murgia Materana.....	278

Ionische Küste und Hinterland.....	281
Metaponto	281
Policoro	284
Tursi.....	286
Calanchi.....	287

Kapitel 3 – Apulien

Auf einen Blick: Apulien.....	292
Bari und Costa di Bari	294
Bari.....	294
Die südliche Costa di Bari.....	303
Die nördliche Costa di Bari	305

Gargano, Tavoliere und Subappennino Dauno.....	313
Die Küste des Gargano	313
Aktiv: Entlang der Küste des Gargano.....	314
Isole Tremiti.....	318
Aktiv: Wanderung um San Domino	320
Foresta Umbra/Monte Sant'Angelo	322
San Giovanni Rotondo und Umgebung	325
Tavoliere.....	326
Subappennino Dauno.....	331

Murgia	335
Canosa di Puglia	335
Castel del Monte	338
Ruvo di Puglia	339
Altamura	342
Gravina in Puglia	344
Gioia del Colle	345
Grotten von Putignano und Castellana/Valle d'Itria	346
Aktiv: Mit dem Rad nach Locorotondo	350
 Brindisi, Salento und Taranto	 353
Brindisi	353
Ostuni	358
Aktiv: Wanderung in der Riserva Naturale Torre Guaceto	359
Lecce	360
Maglie	366
Otranto	367
Zum Capo Santa Maria di Leuca	368
Gallipoli und Umgebung	371
Galatina	374
Taranto	375
Aktiv: Zu Fuß durch die schönste Gravina Apuliens	379
Massafra	380

Kapitel 4 – Kalabrien

Auf einen Blick: Kalabrien	384
Costa dei Cedri und Hinterland	386
Costa dei Cedri	386
Im Hinterland der Küste	393
Aktiv: Wanderung Zum Belvedere Gole del Raganello	397
 Über die n Costa degli Dei nach Reggio di Calabria	 399
Lamezia Terme	399
Pizzo und Umgebung	400
Vibo Valentia und Umgebung	402
Tropea	403
Zungri und Umgebung	407
Palmi und Umgebung	408
Scilla	409
Reggio di Calabria	411
 Um die Stiefelspitze nach Catanzaro	 416
Aspromonte	416
Aktiv: Spaziergang zur Cascada Amendolea	418
Locri und Gerace	421

Stilo	425
Aktiv: Auf dem Sentiero Frassati nach Mongiana	428
Squillace	430
Catanzaro	431
Sila-Gebirge und Cosenza	433
Tiriolo	433
Parco Nazionale della Sila	435
Aktiv: Rundwanderung in den Wäldern der Fossia	436
Cosenza	439
Ionische Küste zwischen Catanzaro und der Basilikata	443
Capo Rizzuto	443
Crotone	445
Cirò/Rossano	448
Sibari	451
Kulinarisches Lexikon	454
Sprachführer	456
Register	458
Abbildungsnachweis/Impressum	464