

Address: Friedleina 17/11
30-009 Kraków, Polska
tel./fax: +48 12 633 65 56
tel.mob: +48 502 53 54 58
e-mail: ernesto@ernesto-travel.pl
www: www.ernesto-travel.pl
skype: ernesto-travel



LE MONTAGNE POLACCHE E IL SUD DELLA POLONIA

Trekking in Tatra e in Pieniny

Viaggio di trekking attraverso il sud della Polonia in 14 giorni. Il programma include: Cracovia, Kazimierz – il quartiere ebraico di Cracovia, Wieliczka – la miniera di sale, Auschwitz-Birkenau, Kalwaria Zebrzydowska, Wadowice – il luogo di nascita del Papa Giovanni Paolo II, Zakopane, Dolina Chochołowska nei Tatra Occidentali, i Tatra, Spiz polacco e slovacco, i Pieniny – discesa sulle zattere sul fiume Dunajec, Debno Podhalanskie, Cracovia, Czestochowa, Varsavia.

1 giorno Arrivo a Krakow (Cracovia)

x Arrivo a Cracovia alle ore *x*, volo *y*. Incontro con l'accompagnatore di Ernesto Travel e trasferimento in albergo di Cracovia in pullman riservato. Arrivo e sistemazione in albergo/ostello. Cena in albergo o in un ristorante (dipende dall'orario dell'arrivo). Notte a Cracovia. [Il programma può cominciare anche a Varsavia, a Katowice o in un'altra città, secondo i voli aerei o pullman].

2 giorno Cracovia – il cuore di Polonia – e Wieliczka

8.00 La prima colazione in albergo.

9.00 Dopo la prima colazione: visita di Cracovia che è una delle più antiche e più belle città della Polonia. La collina di Wawel con il Castello di Wawel (senza entrata) con il cortile rinascimentale, la cattedrale (entrata), l'architettura gotica, rinascimentale e barocca della Città Vecchia di Cracovia (Stare Miasto), la più grande Piazza del Mercato in Europa (Rynek Główny), la Torre del Municipio, il grande Mercato dei Tessuti (Sukiennice), la chiesa di Santa Maria – Mariacki (entrata) con l'altare ligneo di Vito Stoss, un breve tratto della cinta muraria vicino alla porta di San Floriano e alla Barbacana. Passeggiate per le viuzze della città vecchia di Cracovia e visita d'Università Jagiellonski. Durante la visita: presentazione multimediale della storia dell'ambra – oro della Polonia. Nel 1978 l'UNESCO ha inserito la Città Vecchia di Cracovia nella sua prima lista dei siti Patrimonio dell'Umanità.

13.30 Pranzo in un ristorante del centro storico di Cracovia.

14.30 Visita del quartiere di Kazimierz, ex-quartiere ebraico di Cracovia, il centro della vita religiosa e sociale della Cracovia ebraica fino alla deportazione di massa della comunità ebraica locale avvenuta durante l'occupazione nazista (secondo il tempo disponibile, visita di una o due sinagoghe più importanti)

16.00 Partenza per Wieliczka, 10 km da Cracovia.

16.30 Visita nella miniera di sale di Wieliczka – una delle più antiche miniere di sale operanti al mondo, funzionante dall'età medioevale, famosa anche per una lunga tradizione turistica: il sito, molto salutare, è stato visitato nei secoli precedenti da Mikolaj Kopernik (Copernico), Johann Wolfgang von Goethe, Dmitrij Mendeleev, Boleslaw

Prus, Ignacy Paderewski, Karol Wojtyła, etc. Nel 1978 la miniera di sale di Wieliczka entrò nella lista dell'UNESCO come Patrimonio dell'Umanità. La miniera di Wieliczka forma una città sotterranea, con la più grande cappella sotterranea al mondo (di s. Kinga), con laghi e tunnel. Dopo la visita ritorno a Cracovia.

20.00 Cena e concerto di musica ebraica tradizionale in un ristorante di Kazimierz – quartiere ebraico di Cracovia.

22.00 Rientro in albergo. Notte a Cracovia.

3 giorno Cracovia – Oswiecim-Brzezinka (Auschwitz-Birkenau) – Cracovia

7.30 La prima colazione in albergo/ostello.

8.30 Dopo la prima colazione: partenza da Cracovia per il museo Auschwitz – Birkenau (Oswiecim-Brzezinka).

10.00 Visita del territorio dell'ex campo di concentramento e di sterminio nazista ad Auschwitz-Birkenau, costruito dai tedeschi durante l'occupazione nazista della Polonia. In questo campo, durante la seconda guerra mondiale, i nazisti hanno ucciso più di un milione di persone di diverse nazionalità, in maggioranza ebrei. Oggi quel che resta di questo luogo è Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO.

13.00 Pranzo in un ristorante ad Oswiecim.

14.00 Partenza da Oswiecim per Cracovia.

15.00 Tempo libero a Cracovia.

20.00 Cena in un ristorante di Cracovia.

22.00 Trasferimento in albergo/ostello. Notte a Cracovia.

4 giorno Cracovia – Kalwaria Zebrzydowska – Wadowice – Zakopane – Dolina Chocholowska nei Tatra Occidentali

7.00 La prima colazione in albergo/ostello. Check-out dall'albergo di Cracovia.

8.00 Dopo la prima colazione: partenza per Kalwaria Zebrzydowska.

9.00 Visita del santuario di Kalwaria Zebrzydowska: dopo Jasna Góra a Czestochowa e Lagiewniki a Cracovia è il santuario più visitato in Polonia. L'architettura manierista e tutto il paesaggio del parco attorno al santuario di Kalwaria Zebrzydowska entrarono nel 1999 nel patrimonio dell'UNESCO come Patrimonio dell'Umanità.

9.30 Partenza da Kalwaria per Wadowice, città natale del Papa Giovanni Paolo II (Jan Pawel II).

10.00 Visita della casa dove il 18 maggio 1920 è nato Karol Wojtyła e della chiesa parrocchiale dove è stato battezzato il 20 giugno 1920. Partenza per Kalwaria Zebrzydowska.

11.00 Continuazione del viaggio verso Zakopane. Durante il viaggio il pranzo a sacco.

14.00 Arrivo a Zakopane, incontro con la guida di montagne. Visita di Zakopane: Jaszczurówka, Peksowy Brzyzek, Villa Atma, Krzeptowki – il santuario mariano, Krupowki.

17.00 Trasferimento a Dolina Chocholowska.

18.00 Uscita a piedi verso il rifugio di Dolina Chocholowska.

21.00 Arrivo e sistemazione in rifugio di Dolina Chocholowska. Cena nel rifugio. Notte nel rifugio di Dolina Chocholowska.

5 giorno I Tatra: Dolina Chocholowska e dintori

tutto il giorno La prima colazione in rifugio. Escursione di tutto il giorno in montagne di Tatra Zachodnie. Pranzo a sacco.

sera Ritorno e cena nello stesso rifugio di Dolina Chocholowska. Notte nel rifugio.

6 giorno I Tatra: Dolina Chocholowska – Zakopane – Spiz polacco e slovacco – Zakopane

tutto il giorno La prima colazione in rifugio. Check-out del rifugio. Partenza con il pullman de escursione di un giorno alla regione di Spiz in Slovacchia. Nel programma: visita delle bellissime città come Kismark, Spiska Sobota, Levoca, Stara Lubojna. Pranzo a

sacco.

sera Arrivo e sistemazione in un rifugio/ostello di Zakopane.

7 giorno Zakopane – i Tatra – Zakopane

tutto il giorno La prima colazione in rifugio. Escursione alle montagne. Pranzo a sacco.

sera Ritorno al rifugio di Zakopane. Cena in rifugio.

8 giorno Zakopane – i Tatra – Zakopane

tutto il giorno La prima colazione in rifugio. Escursione alle montagne. Pranzo a sacco.

sera Ritorno al rifugio di Zakopane. Cena in rifugio.

9 giorno I Tatra – Pienines

8.00 La prima colazione in rifugio. Check-out del rifugio di Zakopane.

8.30 Dopo la prima colazione: partenza da Zakopane per Sromowce Wyzne.

10.00 La gita in zattere sul fiume Dunajec, che scorre fra le pittoresche gole dei Pieniny. La navigazione attraverso la gola su queste zattere tradizionali (ronchi di legno uniti a formare una zattera), guidate dai traghettatori, è un'attrazione piena di emozioni, veramente indimenticabile, considerata una di più grandi attrazioni turistiche di Europa.

13.00 Pranzo in ristorante a Szczawnica, a fine del percorso con le zattere.

pomeriggio Arrivo e sistemazione in una pensione/ostello di Szczawnica. Tempo libero in Szczawnica.

20.00 Cena e la notte in pensione/ostello di Szczawnica.

10 giorno I Pieniny

mattina La prima colazione in ostello. Tutto il giorno per l'escursione nei Pieniny. Pranzo a sacco.

sera Cena in ostello di Szczawnica e tempo libero.

11 giorno I Pieniny – Cracovia

8.00 La prima colazione in ostello. Check-out da Szczawnica.

9.00 Partenza per Cracovia. Durante il viage visita del castello di Czorstyn. Sosta a Debno e visita della chiesa gotica del XV secolo fatta di legno colorato sui soffitti secondo la tradizione gotica e un polittico raffigurante tra gli altri la Madonna e San Michele Arcangelo (Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO). Pranzo a sacco. Viaggio verso Cracovia.

pomeriggio Arrivo a Cracovia e sistemazione in albergo/ostello di Cracovia. Tempo libero a Cracovia.

20.00 Cena a Cracovia.

12 giorno Cracovia – Czestochowa – Varsavia

8.00 La prima colazione in albergo/ostello. Check-out dall'albergo di Cracovia.

9.00 Partenza per Czestochowa.

12.00 Visita del monastero dei Padri Paolini dove si trova il miracoloso quadro della Vergine Maria di Czestochowa chiamata anche la Madonna Nera di Czestochowa – il più importante posto di pellegrinaggi in questa parte di Europa.

13.30 Pranzo in un ristorante rustico di Czestochowa.

14.30 Partenza da Czestochowa per Varsavia.

19.30 Arrivo a Varsavia. Sistemazione in un albergo/ostello di Varsavia.

20.00 Cena a Varsavia.

13 giorno Varsavia – la capitale di Polonia

8.00 La prima colazione in albergo.

- 9.00 Visita di Varsavia: il Parco Lazienkowski dove si trova il monumento a Chopin, il ghetto di Varsavia, il Monumento del Soldato Ignoto, Umschlagplatz – luogo di deportazione degli Ebrei di Varsavia ai campi di concentramento durante l'occupazione tedesca, il Palazzo di Cultura e Scienza, Via Krakowskie Przedmiescie, la città vecchia con il Castello (senza entrata) e la Cattedrale di san Giovanni, la Piazza del Mercato. La città vecchia di Varsavia, totalmente distrutta durante la seconda guerra mondiale e ricostruita con uno sforzo impressionante del popolo polacco negli anni dopo guerra, si trova in elenco del Patrimonio dell'Umanità dell'UNESCO.
- 13.00 Pranzo in un ristorante del centro storico di Varsavia.
- 14.30 Visita del Museo di Insurrezione di Varsavia (entrata) nel quale si trovano le testimonianze degli avvenimenti del periodo della guerra – l'occupazione nazista e l'Insurrezione del 1 Agosto 1944; o visita facoltativa al Castello di Varsavia (entrata).
- 16.30 Tempo libero nella città antica di Varsavia.
- 20.00 Cena in un ristorante antico del centro storico di Varsavia con il concerto di musica.
- 22.00 Rientro in albergo e l'ultima notte a Varsavia.

14 giorno Partenza da Varsavia e dalla Polonia

- x La prima colazione in albergo. Check-out dall'albergo di Varsavia.
- y Trasferimento all'aeroporto e partenza da Varsavia e dalla Polonia.