



# Trekking in Polonia

Cammino Częstokowa - Cracovia EN PLAISIR

30 giugno – 05 luglio 2026



Un viaggio che unisce spiritualità, natura e storia nel cuore autentico della **Polonia**: questo itinerario tra **Częstochowa** e **Cracovia** è un'esperienza intensa, capace di coinvolgere mente e cuore passo dopo passo. Dalle atmosfere solenni del Santuario di **Jasna Góra** ai paesaggi suggestivi del **Parco Nazionale di Ojcowski**, fino all'eleganza senza tempo di Cracovia, ogni giornata regala emozioni diverse e complementari. Il cammino si snoda lungo tratti panoramici accessibili e ricchi di fascino, tra castelli medievali, formazioni rocciose spettacolari e borghi dal sapore antico. Le tappe a **Góra Duża Towarna, Olsztyn, Podzamce e Pilica** conducono lungo la celebre "Via dei Nidi d'Aquila", dove le rovine di imponenti fortezze raccontano secoli di storia e offrono scorci mozzafiato. Le camminate, di facile e media difficoltà, permettono di vivere il territorio in modo autentico, assaporando il silenzio dei boschi e la bellezza delle alture calcaree. Momento centrale del viaggio è la visita al **Santuario di Częstochowa**, cuore spirituale della Polonia e meta di pellegrinaggi da tutto il mondo: un luogo che invita alla riflessione e al raccoglimento. A completare l'esperienza, l'arrivo a Cracovia, antica capitale reale, con il suo centro storico patrimonio UNESCO, la collina di Wawel e le sue piazze vivaci e ricche di storia.



**FrateSole Viaggieri Francescani**

Via Massimo D'Azeglio 92 a/b/c

40123 - Bologna

Tel. 051 6440168

iscrizioni@fratesole.com

PIVA e CF 01098680372

Provincia Sant'Antonio dei Frati Minori



**Ufficio Pellegrinaggi Custodia di Terra Santa**

Via Francesco Berni 6

00185 - Roma - tel. 06 77206308

pellegrinaggicustodia@fratesole.com

[www.fratesole.com](http://www.fratesole.com)



Il programma è pensato per offrire il giusto equilibrio tra visite guidate in italiano, tempo libero e momenti conviviali, con sistemazioni confortevoli e trasferimenti organizzati. È un viaggio ideale per chi desidera scoprire una Polonia sorprendente, tra fede, cultura e natura, lasciandosi guidare in un percorso che resta nel cuore.

## Programma

### 30 giugno, martedì ARRIVO A CZESTOKOWA

Viaggio aereo, trasferimento a **Częstokowa** e sistemazione in albergo; cena e pernottamento.

### 1 luglio, mercoledì GORA DUZA TOWARNA / OLSZTYN / CZESTOKOWA

Colazione e trasferimento pullman al punto d'inizio della camminata: **GORA DUZA TOWARNA - OLSZTYN** (km 4 - m 50). Tempo libero per la visita del **Castello di Olsztyn**. Nel primo pomeriggio rientro a **Częstokowa**, visita guidata (in italiano) del santuario. Cena e pernottamento.

### 2 luglio, giovedì PODZAMCE / PILICA / OLKUSZ

Colazione e trasferimento a **PODZAMCE**. Tempo libero per la visita dell'omonimo Castello. Segue camminata **PODZAMCE - PILICA** (km 10 - m 100). Trasferimento in pullman a **OLKUSZ**; sistemazione in albergo, cena e pernottamento.

### 3 luglio, venerdì CZAJOWICE / BRAMA KRAKOWSKA / GIEBULTOW / CRACOVIA

Colazione e trasferimento al punto d'inizio della camminata: **CZAJOWICE - BRAMA KRAKOWSKA - GIEBULTOW** (km 8,5 - m 50 in salita/200 in discesa). Trasferimento a **CRACOVIA**; sistemazione in albergo, cena e pernottamento.

### 4 luglio, sabato CRACOVIA

Colazione e visita guidata (in italiano) di **Cracovia**. Pranzo libero e pomeriggio libero a disposizione. Rientro in albergo, cena e pernottamento.

### 5 luglio, domenica CRACOVIA / ITALIA

Colazione e trasferimento all'aeroporto per il volo di ritorno.

## Scheda del viaggio

#### Quota di partecipazione in camera doppia

Minimo 20

€ 1.150,00

#### Supplemento camera singola (max 5)

€ 210,00

#### Quota iscrizione obbligatoria e non rimborsabile

(gestione pratica, assicurazione sanitaria Allianz medico-bagaglio max € 30.000 + Annullamento per spese sanitarie in loco)

€ 50,00

## La quota comprende

- **volo low cost Ryanair con bagaglio da stiva da 20 chili, quotazione indicativa di 300 € a persona. Da aggiornare all'acquisto dei voli.**
- sistemazione in alberghi come sopra in HB cena e colazione
- bus come da programma
- guida Francesco Gallo
- visita guidata di Chestockowa e mezza giornata di visita guidata di Cracovia.
- assicurazione sanitaria in loco e medico/bagaglio per un massimale di € 30.000;

## La quota non comprende

- bevande ai pasti e pasti non menzionati;
- pranzi e cene non menzionati
- guide e ingressi
- assicurazioni integrative facoltative;
- extra personali e tutto quanto non espressamente indicato alla voce "la quota comprende".
- Extra personali e tutto quanto indicato in "la quota comprende".

## Assicurazione inclusa nella quota di iscrizione

- **POLIZZA TOUR OPERATOR BASE, SPESE MEDICHE, COVID, BAGAGLIO**

Il pacchetto comprende assicurazione medico bagaglio Allianz Global Assistance, che offre una copertura di 30.000 € per spese mediche, 500 € per il bagaglio, 100 € per spese di prima necessità in caso di ritardo superiore alle 12 ore nella riconsegna del bagaglio. Sono assicurabili solo cittadini italiani o di diversa nazionalità purché residenti in Italia e in possesso del codice fiscale italiano.

## Assicurazione inclusa nella quota di iscrizione

- **Allianz Multirisk:** (include l'Assicurazione sanitaria con massimale di 30.000 € e polizza contro le penalità di annullamento del viaggio per motivi esclusivamente di salute e documentabili (include le malattie preesistenti, escluse malattie/decesso di animali domestici).

## Assicurazioni integrative facoltative

- **Allianz Globy Verde:** include massimale per spese sanitarie in loco fino a 200.000 € per persona; plafond per smarrimento/danneggiamento bagaglio; annullamento del viaggio per motivi personali e documentabili (include malattie preesistenti e malattia/decesso di animali domestici).
- **Allianz Globy rosso:** include massimale per copertura sanitaria in loco sino a 200.000 € per persona

Bologna, 05 marzo 2026