

TREKKING ALLE CINQUE TERRE
Attraverso scenari naturali di incomparabile bellezza
e scogliere a picco sul mare – 4 giorni
2 – 5 GIUGNO 2022

Splendida proposta per chi ama le vacanze attive!

La punta del Levante Ligure tutta da camminare tra vigneti e macchia mediterranea, a picco sul mare, dove paesaggio e cultura la fanno da padrone in questo scenario di incomparabile bellezza.



1° giorno: Levante, Punta Mesco e Monterosso

Arrivo in tarda mattinata e pranzo a carico dei partecipanti. Nel pomeriggio incontro con la nostra esperta guida e inizio di una facile escursione guidata in un promontorio selvaggio, a dir poco spettacolare. Partendo dal paese di **Levanto** si salirà passando rapidamente tra coltivazioni tipiche e macchia mediterranea, attraversando luoghi di incomparabile bellezza e scogliere a picco sul mare, arrivando poi al **Promontorio di Punta Mesco**, ai ruderi del Monastero di Sant'Antonio ed alla Lanterna Militare, da dove si potrà godere di uno splendido panorama sulla costa rocciosa delle Cinque Terre. Infine si concluderà con la discesa al borgo di **Monterosso**.

Al termine trasferimento in treno a Sestri Levante, sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

LUNGHEZZA PERCORSO: 7 KM
DISLIVELLO: CA. 300 MT
TEMPI: CA. 2H 30 MIN

Consigliamo: abbigliamento sportivo, scarponcini da trekking, occhiali da sole, giacca a vento, bastoncini.

2° giorno: Le Cinque Terre

Dopo la prima colazione in hotel, incontrerete le guide e trasferimento in treno a Levanto. Da qui partirete per una splendida avventura a bordo del traghetto che vi porterà a **Riomaggiore**, il primo borgo delle Cinque Terre, stretto tra due colline terrazzate che scendono al mare in ripide balze con le sue case costruite in verticale e deliziosamente colorate.

La visita continuerà con il borgo di **Manarola** dove arriveremo in battello.

Arrivati si effettuerà la visita del suo antico borgo, dove l'aspetto urbanistico è caratterizzato da case-torri genovesi variopinte che si affacciano una a ridosso all'altra sulla via principale. Pranzo con cestino hotel.

Nel pomeriggio ci sposteremo ancora in battello a **Vernazza**. Probabilmente il borgo più bello delle Cinque Terre, famoso in tutto il mondo per la sua atmosfera, è considerato un gioiello tra mare e roccia. Dal mare, potrete godere di una diversa prospettiva su questo territorio magnifico ed incontaminato che oltre a sbalordire per la ricchezza di chiese e santuari, colpisce per i paesaggi costruiti dall'uomo con terrazzamenti a picco sul mare dove troviamo vigneti che producono eccellenti vini DOC, come lo Schiacchetrà e uliveti.

Trasferimento in treno a Corniglia, visita del borgo e degustazione di vini e prodotti tipici.

Rientro in treno a Sestri Levante e da qui in hotel, cena e pernottamento.

Consigliamo: abbigliamento comodo, scarponcini comodi per camminare, occhiali da sole e giacca a vento

3° giorno: Trekking Riomaggiore, Portovenere

Prima colazione in hotel. Trasferimento con Vs. bus a **Riomaggiore** e da qui partenza per un percorso trekking guidato che ci porterà a **Portovenere**. Salendo dal borgo si arriverà, quasi subito, al Santuario di Montenero, dal quale si potrà godere di una vista mozzafiato e proseguendo, con molti saliscendi, in parte nel bosco del crinale cosiddetto di "tramonti", si giungerà al Muzzerone, spettacolare balcone sul mare.

Toccando il paesino di Campiglia si discende poi a Portovenere, con incredibili vedute sul Golfo della Spezia, sulle Apuane, sulla Piana del Magra e sull'Isola Palmaria (durata percorso ca. 5 h). Pranzo con cestino hotel.

Nel pomeriggio visita guidata del borgo di **Portovenere** con il suo porticciolo, la piccola Chiesa di San Pietro, costruita sull'estrema punta del borgo da cui si gode di una vista sul mare stupenda, il Castello del XII secolo, il Santuario della Madonna Bianca e la Grotta di Byron, dove il poeta inglese si recava per trarre ispirazione per le sue poesie.

Rientro in hotel con Vs. pullman, cena e pernottamento.

LUNGHEZZA PERCORSO: 13 KM

DISLIVELLO: CA. 500 MT

TEMPI: CA. 7 ORE

Consigliamo: abbigliamento sportivo, scarponcini da trekking, occhiali da sole, giacca a vento, bastoncini

4° giorno: Sestri Levante

Prima colazione in hotel e sistemazione dei bagagli. In mattinata visita guidata del borgo di **Sestri Levante**, conosciuto per la bellezza delle sue due Baie, “Baia della Favole” e “Baia del Silenzio”, per “l’Isola che non c’è più”, e per il suo caratteristico centro storico, con i tipici “carrugi”, ricchi di botteghe storiche.

A seguire una bella passeggiata per raggiungere il Promontorio di Punta Manara (dislivello 180 mt - durata ca. 1h e 30 min), da dove potremo godere di uno splendido panorama sulla cittadina oppure escursione alle Rocche di Sant'Anna (dislivello 100 mt - durata ca. 2.30 ore).

Pranzo in ristorante tipico (menù turistico a 3 portate, 1/4 vino e 1/2 acqua).

Nel pomeriggio partenza per il rientro a Ponzano Veneto con Vs. pullman.

IN CASO DI PIOGGIA LE GUIDE PROPORRANO ALTERNATIVE NON TREKKING

(Visita delle cittadine limitrofe come Chiavari, Rapallo, Santa Margherita Ligure, Portofino, Lerici, Tellaro, Portovenere etc., raggiungibili in bus o treno).

**€ 520,00 circa in camera doppia o tripla – per singola + € 30 a notte
HOTEL 4* GRANDE ALBERGO – SESTRI DI LEVANTE**

La quota comprende:

- - 3 pernottamenti c/o hotel 4* Grande Albergo di Sestri Levante con sistemazione in camere doppie (singola con supplemento € 30,00 a camera a notte); trattamento di mezza pensione, 1/4 vino e 1/2 acqua inclusi + pranzo con cestino hotel del 2° e 3° giorno
- - Visita guidata di Levante, Punta Mesco e Monterosso – mezza giornata 1° giorno (auricolari compresi)
- - Treno da Monterosso a Sestri Levante
- - Treno da Sestri Levante a Levante e da Corniglia a Sestri Levante
- - Visita guidata del Parco Nazionale delle Cinque Terre – intera giornata 2° giorno (auricolari compresi)
- - Battello da Levante a Riomaggiore A/R (con soste a Manarola e Vernazza)
- - Treno per Corniglia
- - Degustazione di vini e prodotti tipici a Corniglia
- - Trekking guidato Riomaggiore/Portovenere – intera giornata 3° giorno (auricolari compresi)
- - Visita guidata di Sestri Levante – mezza giornata 4° giorno (auricolari compresi)

- - Pranzo in ristorante tipico a Sestri Levante (menù a 3 portate, 1/4 vino e 1/2 acqua incluse)
- Trasporto da/a Ponzano Veneto

La quota NON comprende:

- - Il pranzo del 1° giorno e cena 4* giorno
- - Ulteriori bevande ai pasti
- - Ulteriori ingressi ed extra in genere
- - Tutto quanto non incluso alla voce "La quota comprende"
- - Da pagare in loco in hotel la City tax di € 2,00 p.p.p.n. (al giorno)

N. B. In caso di condizioni meteo-marine avverse i trasferimenti via mare potranno essere cancellati ed il programma modificato.

