

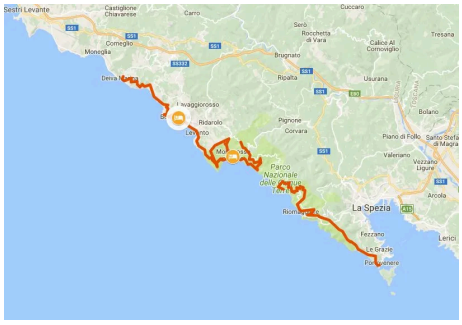
RAIL & HIKE CLASSIC ROUTES

stile :	Autoguidato Viaggi a Piedi
difficoltà :	
durata :	7 giorni
periodo:	Mar Apr Mag Giu Lug Ago Set Ott
codice:	ITSW010

Cinque Terre e dintorni, tra Monterosso e Bonassola - Italy

Cinque Terre e dintorni, tra Monterosso e Bonassola

7 giorni, PREZZO DA *€ 740*



Un viaggio nella magica atmosfera delle **Cinque Terre tra Monterosso e Bonassola**, con i suoi variopinti **paesini di pescatori** affacciati lungo la costa ligure: una terra che merita la sua grande popolarità, uno di quei luoghi incantati che è bene visitare nella vita. Questo itinerario di **trekking alle 5 terre** e dintorni ti permette di scoprire nuove sfumature di bellezza tra i **colori vivissimi** delle **case** e il **blu cristallino del mare**.

Cammina lungo **sentieri costieri** ricoperti di **fiori selvatici**, boschi profumati di **ginepro e pino marittimo**, splendidi **vigneti e limoneti** aperti su viste panoramiche sul mare: compagno di viaggio costante e sempre sorprendente. Un'esperienza autentica di **trekking alle 5 terre**, dove ogni giorno regala nuove variazioni di colore e scorci che le parole non possono forse descrivere.

Giunti al paese alla fine del sentiero, troverai **borghi vivaci e multicolore**, chiese circondate da oleandri e **piante secolari**, **piazze** piene di **voci e luce**. Dopo una giornata di **cammino**, potrai gustare **pesce fresco**, pasta fatta a mano con il **pesto** più speciale d'Italia, una torta di riso rustica e un bel bicchiere di **vino bianco fresco** affacciato sul mare.

Itinerario

Giorno 1 Monterosso

Eccoti, **sei approdato alle Cinque Terre:** l'aria fresca e frizzante del mare ti solletica le narici, i colori delle casette variopinte a picco sul mare mutano continuamente, tingendosi di nuove sfumature regalate dal sole, dal vento, da un'innocua nuvola di passaggio.

Puoi iniziare esplorando il **centro storico di Monterosso**, il cuore delle Cinque Terre: sali sulla **Torre Aurora** per un panorama unico sul mare, il tuo primo compagno di viaggio nei prossimi giorni. Diventerete buoni amici, credici. Cerca poi il **Gigante**, l'enorme uomo di pietra per sempre ancorato agli scogli, per sempre teso verso il mare: è il **Dio Nettuno,** a cui puoi chiedere una simbolica benedizione per il tuo viaggio.

Infine, siediti all'aperto in uno dei tanti ristoranti e goditi **le acciughine locali,** ennesimo dono del mare, una vera specialità locale.

Giorno 2 Anello da Monterosso via Levanto, 12 km

Il tuo primo giorno ti porta lungo sentieri che offrono **viste sulla costa** e sulle catene montuose interne. È possibile accorciare la camminata partendo da Colle di Gritta. Prosegui lungo la cresta montuosa attraversando tratti di fitte foreste, fino a raggiungere **Punta Mesco**. Ritorna a Monterosso scendendo una serie di affascinanti sentieri in pietra antichi.

Distanza: 12 km

Dislivello: +816/-817 m

Giorno 3 Avrete a disposizione tre opzioni per questa giornata

- **Da Soviore a Monterosso, 9 km**

Questa escursione inizia dal **Monastero di Soviore,** luogo magico dai muri rosa e le splendide volte affrescate che ti invitiamo ad ammirare come augurio di bellezza per la giornata. Prosegui poi lungo un sentiero panoramico che scende verso il **Santuario della Madonna di Reggio,** con la sua bella facciata in pietra circondata da alberi secolari, un altro luogo di pace e bella energia.

Da qui, il tuo cammino prosegue fino a **Vernazza**: la chiesa di **Santa Margherita** ti offre un ennesimo regalo di queste terre piene di panorami, una vista mozzafiato a picco sul mare.

Torna poi a Monterosso seguendo la Via Costiera.

Distanza: 9 km

Dislivello: +329/ -740 m

- **Da Corniglia a Manarola, 7 km**

Da Monterosso puoi raggiungere **Corniglia** con un breve tragitto in treno: se ti senti pieno di energia, ti aspettano ben 380 scalini prima di metterti in cammino verso **Riomaggiore**, accompagnato da viste indimenticabili sul mare cristallino. Riomaggiore è un gioiello, un luogo pieno di bellezza dove puoi passeggiare tra case variopinte che sembrano stratificarsi in una corsa colorata verso il cielo, per poi sederti per gustare la specialità locale: niente pesce, qui sono specializzati nella **torta di riso salata** - ricetta genuina ed antica, il pasto ideale da consumare seduti su uno scoglio o in barca, nutriente e saporita. Ti stupirà.

Da qui puoi tornare direttamente a Monterosso in treno, ma se ti rimane un po' di energia segui il nostro consiglio e prosegui fino a **Manarola:** anche solo per premiarti con un bicchiere di **Sciacchetrà**, un passito dal bel colore dorato.

Distanza: 7 km

Dislivello: +663/ -664 m

- **Da Monterosso a Corniglia, 7 km**

Oggi camminerai lungo il sentiero costiero che **collega i cinque paesi delle Cinque Terre.** Il sentiero segue la linea di costa, salendo e scendendo, e include alcune scale di pietra che possono essere impegnative. Il percorso è semplice e facile da seguire. Al termine della camminata, prendi il treno per tornare a Monterosso.

Distanza: 7 km

Dislivello: +482/-404 m

Giorno 4 Da Riomaggiore a Portovenere, 15 km

Una breve corsa in treno vi porterà fino a Riomaggiore, da dove inizia il percorso di oggi. Da Colle del Telegrafo seguirete un sentiero panoramico fino a Portovenere, passando da Campiglia. L'itinerario vi sorprenderà con meravigliosi panorami sulle Cinque Terre. Ritornerete poi a Monterosso con il bus o in barca.

Una breve corsa in treno ti riporta a **Riomaggiore**, da dove inizia il tuo percorso di oggi. Da Colle del Telegrafo, i tuoi passi percorrono un sentiero panoramico che non abbandona mai la vista del mare, con scorci tanto belli da avergli valso il nome di **Sentiero dell'Infinito**: il panorama nelle giornate limpide si estende fino alle isole di **Palmaria, Tino e Tinetto.**

Tra macchia mediterranea, vigneti e borghi giungete a **Campiglia** e infine a **Portovenere,** lungo una strada tra boschi e ulivi a picco sula scogliera che conduce alla Chiesa di San Pietro, a picco sul mare.

Distanza: 15 km

Dislivello: +900/ -890 m

Giorno 5 Da Colle di Gritta a Bonassola, 14 km

La giornata inizia con un breve viaggio in autobus da Monterosso a Colle di Gritta. Da qui è possibile scegliere tra un percorso breve e facile che **scende dalla collina** di Gritta verso Levanto, oppure un percorso più lungo che si snoda lungo i versanti delle colline che sovrastano **Levanto**. Questo percorso è molto panoramico e attraversa diversi paesi dell'entroterra.
Per evitare la seconda parte della camminata lungo le colline, puoi prendere il treno a Levanto o camminare sulla pista ciclabile verso **Bonassola**.

Distanza: 14 km

Dislivello: +620/-940 m

Giorno 6 Da Bonassola a Deiva Marina, 12,5 km

Penserai di aver fatto il pieno di bellezza, ma quest'ultimo giorno sarà solo la ciliegina sulla torta. E' il momento di esplorare le **colline intorno a Bonassola:** il tuo percorso è panoramico e ti regala ancora una volta splendidi panorami sulla costa settentrionale della Liguria.

Se il tempo è bello, fermati nel paesino di **Framura** - uno spicchio di terra affacciato sul mare che offre alcune tra le spiagge più belle della Liguria, perfetto per un bagno di metà giornata - fino a proseguire in direzione di **Deiva Marina**. Qui puoi gustarti un gelato mentre ammiri le imponenti T**orre di Guardia** erette al tempo della dominazione genovese, ancora ben conservate, sentinelle che vegliano il regno blu brillante del mare.

Un breve viaggio in treno ti riporta a Bonassola.

Distanza: 12,5 km

Dislivello: +657/ -643 m

Giorno 7 Bonassola

I servizi termineranno dopo la colazione.

Sistemazione

Pernottamenti in hotel *** con pernottamento e prima colazione



Hotel Marina - Monterosso
L'Hotel Marina*** si trova in una zona tranquilla, a soli 100 metri dal mare. Le camere sono arredate con gusto, spaziose e ben curate, offrono WiFi gratuito, aria condizionata/riscaldamento, TV, telefono. La colazione è molto buona e varia ed il personale accogliente e disponibile.



Hotel Villa Belvedere - Bonassola
L'Hotel Villa Belvedere si trova in posizione panoramica circondato da un ampio giardino con vista panoramica sul Golfo di Bonassola. Le camere hanno vista sul mare e sul paesaggio circostante, sono arredate in modo semplice, pulite, ma non ben insonorizzate. Sono dotate di riscaldamento, telefono, televisori LCD, Sky TV, Wi-Fi gratuito, ventilatori a soffitto. Colazione varia e buona.

Informazioni pratiche

All'arrivo raggiungi la stazione di Monterosso al Mare, cambiando treno a La Spezia o Genova.

Alla partenza raggiungi la stazione di Bonassola.

Orari disponibili online sul sito www.trenitalia.com.

Tracce GPS disponibili su richiesta. Ti forniremo comunque accesso alla nostra APP personalizzata di autonavigazione, utilizzabile anche offline

Incluso

La quota comprende

- 6 pernottamenti in camera doppia in hotels *** ,B&B e agriturismi con prima colazione
- trasporto bagagli da albergo ad albergo
- Cinque Terre Card con validità di 2 giorni per Monterosso
- Descrizioni dettagliate del percorso in formato digitale, mappe, tracce GPS e App
- assicurazione medico-bagaglio
- supporto telefonico 24h su 24

La quota non comprende

- viaggio per raggiungere le località di arrivo e partenza
- i pranzi e le cene, salvo dove diversamente indicato.
- le visite e gli ingressi - le mance
- gli extra di carattere personale
- eventuali tasse di soggiorno
- tutto quanto non specificato sotto la voce “la quota comprende”

Servizi aggiuntivi
Si possono richiedere oltre ai servizi compresi nella quota

- supplemento camera singola
- assicurazione annullamento
- eventuali transfer per arrivare alla località di partenza o per ritornare dal punto di arrivo, che potranno essere quotati su richiesta
- documentazione di viaggio cartacea (descrizione del percorso e mappe), spedita al primo hotel