



Individuelle Wanderreise (CIN3)

Cinque Terre & Halbinsel von Portofino

7-tägige Wandertour mit Aufenthalt in bezaubernden
Hotels an drei verschiedenen Standorten



REISEBESCHREIBUNG 2024

© Genius Loci Travel. Alle Rechte vorbehalten.



KURZBESCHREIBUNG

Das weitreichende Netz aus Wanderwegen, das die Orte der Cinque Terre verbindet, führt Sie durch Wälder und Weingärten, an spektakulären Terrassenanlagen entlang mit Blick auf die ligurische See. Sie werden zudem Zeit finden, die albertümlichen Städtchen Levanto und Portovenere zu besuchen und natürlich die fünf charmanten Orte der „Cinque Terre“ mit ihren bunten Häusern.

Die „Cinque Terre“ (Deutsch: „fünf Länder“) verdanken ihren Namen fünf pittoresken Ortschaften: Monterosso, Vernazza, Corniglia, Manarola und Riomaggiore. Das gesamte Gebiet wurde zum Nationalpark Cinque Terre zusammengeführt und in die UNESCO-Weltkulturerbeliste eingetragen. Seine Lage, die klimatischen und geografischen Bedingungen sind einmalig. Seit mehr als tausend Jahren leben Menschen in dieser spektakulären Landschaft, im harmonischen Gleichgewicht aus stetiger Veränderung ihrer Naturschätze und der Kultivierung der steil zum Meer abfallenden Olivenhaine und Weinberge. Ehemalige Maultierpfade, die heute wunderbare Wanderwege sind, schlängeln sich zwischen handgesetzten Steinmauern an den Hängen entlang und bieten atemberaubende Ausblicke. Die Region Ligurien hat jedoch noch einiges mehr zu bieten: die kleinen, nahegelegenen Ortschaften Portovenere und Levanto, ein reizvolles, mittelalterliches Städtchen mit einem breiten Strand, sowie die romantische Insel Palmaria im sogenannten „Golf der Poeten“, die Portovenere vorgelagert ist.

Auf Ihrer Wandertour werden Sie auch die berühmte Halbinsel von Portofino entdecken können. Wo sich einst der italienische Jetset tummelte, kann man zu Fuß die wunderschöne Küste zwischen Santa Margherita Ligure und Camogli erkunden, die voller versteckter Kulturschätze, wie u.a. die Abtei von San Fruttuoso, ist. Wandern wird hier zum unvergesslichen Natur- und Kulturerlebnis.

Bitte beachten Sie: Dies ist eine leichte bis mittelschwere Tour, die für Personen geeignet ist, die schon etwas Wandererfahrung haben und die über eine allgemein gute Kondition verfügen. Die meisten Wanderwege sind gut erhalten, einige wurden erst vor Kurzem von den örtlichen Behörden bereinigt. Ein Teil der Wege ist beschildert, bei anderen sollten Sie die beigefügten Reisebeschreibungen & Karten zur Hilfe nehmen.

Durchschnittliche Gehzeiten: ca. 5 bis 6 Std. pro Tag



REISEVERLAUF

Tag 1 – Anreise

Ankunft in Levanto. Kurzer Spaziergang durch das Ortszentrum oder erfrischendes Bad im Meer.

Hotel * – Levanto**

Tag 1A – Von Levanto an der Küste entlang zum Kap von Punta Mesco

Die erste Wanderung führt entlang der Küste nach Monterosso al Mare. Der erste Abschnitt führt Sie zu Punta Mesco, der beeindruckendsten Landspitze der Region. Der perfekte Ort für ein kleines Mittagspicknick! Kurz hinter der Landspitze können Sie einen kleinen Abstecher zu den Ruinen einer kleinen Ermitage aus dem 11. Jahrhundert und dem nahegelegenen „semaforo“ machen, von wo aus Sie eine fantastische Aussicht auf die felsige Küste haben. Sie folgen dann einem recht steilen Pfad hinunter nach Monterosso, einem farbenfrohen Dorf aus blauen, roten und gelben Häusern, die eindrucksvoll an der Strandpromenade aufgereiht sind. Sie haben dann ausreichend Zeit, den Ort ein wenig zu erkunden, bevor Sie mit dem regionalen Zug zurück nach Levanto fahren. Wer möchte, kann den Rückweg auch zu Fuß antreten, der hier auf einem bewaldeten Pfad etwas weiter landeinwärts erfolgt, und Sie über den Kamm hinter dem „Castello San Giorgio“ zurück nach Levanto führt.

Hotel * - Levanto**

Entfernung: 5 km – Gehzeit: 2 Std. – Höhenunterschied: +/- 350 m (längere Varianten möglich)

Tag 2 – Küstenwandern im Westen von Levanto

Heute wandern Sie von Levanto aus Richtung Westen. Der erste Wegabschnitt führt am Strand entlang. Von dort aus geht es durch die nahegelegenen Hügel hinunter in das kleine Küstendorf Bonassola. Von Bonassola wandern Sie durch die Küstenhügel in Richtung der kleinen Siedlung Framura, einer Ansammlung von mehreren, auf der Hügelseite gelegenen Dörfchen. Von Costa, dem höchstgelegenen Dorf, wandern Sie mit wundervollen Ausblicken über das Meer auf einem fast ebenmäßigen Weg am Berghang entlang. Ein steiler Abstieg bringt Sie zum nächsten Ferienort, Deiva Marina (mit der Option bis nach Moneglia oder auch Sestri Levante weiter zu gehen). Diese Wanderung entlang der Küste führt Sie durch charmante Dörfer mit ausreichend Gelegenheit für eine kleine Pause. Hier finden Sie auch viele Möglichkeiten zum Mittagessen. Falls Sie Ihre Wanderung abkürzen möchten, fahren Sie mit dem Zug zurück nach Levanto. Von allen Dörfern auf der Wanderroute gibt es Bahnverbindungen zurück.

Hotel * - Levanto**

Entfernung: 16 km – Gehzeit: 6 Std. – Höhenunterschied: +/- 700 m

Tag 3 – Auf dem „Pfad der Liebe“

Mit dem Zug geht es nach Riomaggiore, das südlichste Dorf der Cinque Terre, wo Sie Ihr Gepäck bereits im Hotel abgeben können. Dann machen Sie die klassischste Wanderung der Cinque Terre: dem berühmten „Sentiero dell' Amore" („Pfad der Liebe“) nach Manarola, einem reizvollen Dörfchen mit seinen steil aufragenden, bunten Häusern. Über insgesamt 365 Treppenstufen gelangen Sie nach Corniglia, auf einem Bergkamm hoch über dem Meer. Die Route führt durch terrassenartige Weinberge und Zitronenhaine. Auf dem Weg nach Vernazza mit der alten Festung genießen Sie die besten Ausblicke der Gegend. Auf einem schmalen Pfad folgen Sie dem Berghang und erreichen nach einem steilen Abstieg Vernazza. Dort haben Sie u.a. Zeit, hinauf zum Festungsturm zu gehen mit toller Aussicht auf den Hafen mit den farbenfrohen Booten. Es gibt ebenso zahlreiche Cafés und Bars, in denen Sie sich eine kleine Erfrischung gönnen können, bevor Sie mit dem Zug zurück in Ihr Hotel fahren.

Hotel * - Levanto**

Entfernung: 15 km – Gehzeit: 6 Std. – Höhenunterschied: +/- 450 m (längere Varianten möglich)



#GeniusItaly

booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy



Optional: Die Kirchen Madonna di Reggio & Madonna di Saviore

Die heutige Wanderung führt ins Hinterland der Cinque Terre zu den Kirchen Madonna di Reggio und Madonna di Saviore. Von Vernazza (mit dem Zug erreichbar) wandern Sie an der Küste entlang nach Monterosso, welches Sie heute von der anderen Seite aus erreichen. Dort beginnen Sie den Aufstieg zum Heiligtum Madonna di Saviore. Von dort geht es dann zum nächsten Heiligtum, Madonna di Reggio. Fast parallel zum Berghang wandern Sie durch die Hügel bis zur kleinen Kirche von San Bernardo mit wunderschönem Küstenpanorama. Dann geht es wieder hinunter nach Vernazza. Eine kürzere Wegoption führt an mehreren Kapellen vorbei direkt zum Heiligtum Madonna di Reggio und dann zurück nach Vernazza.

Hotel * - Riomaggiore**

Entfernung: 9 km – Gehzeit: 4,5 Std. – Höhenunterschied: +/- 550 m

Tag 4 - Von Riomaggiore nach Portovenere

Sie wandern in östlicher Richtung von Riomaggiore nach Campiglia und Portovenere. Zuerst geht es (evtl. per Bus) zum Heiligtum Madonna di Montenero hinauf. Entlang der Klippen wandern Sie durch terrassenartige Weinberge bergauf, mit herrlichen Aussichten auf die Küste und das kristallklare Meer. Sie befinden sich nun auf dem "Sentiero rosso" ("Der rote Pfad"), dem hoch auf dem Bergkamm gelegenen Querweg, der die beiden Endpunkte der Cinque Terre miteinander verbindet. Nach dem Dorf Campiglia geht es hinunter in den Pinienwald und von dort auf einem schmalen Pfad mit herrlichem Panorama nach Portovenere. Von der über dem Ort gelegenen Festung aus dem 16. Jh. können Sie ggfs. auch die Gipfel der Alpi Apuane in der Ferne erkennen. Eine lange Treppe führt dann mitten ins Herz von Portovenere. Hier können Sie den Ort sowie die Punta San Pietro besichtigen, bevor es mit dem Boot zurück nach Levanto geht.

Hotel * - Levanto**

Entfernung: 13 km – Gehzeit: 5,5 Std. – Höhenunterschied: +/- 650 m

Tag 5 – Die Halbinsel von Portofino entdecken

Von Riomaggiore nehmen Sie den Zug nach Camogli, wo Sie Ihr Gepäck im Hotel lassen können. Ihre erste Wanderung auf der Halbinsel von Portofino führt Sie dann zum Kloster San Fruttuoso (11. Jh.), das in einer winzigen Bucht liegt, die nur per Boot oder zu Fuß erreichbar ist. Durch Wälder und an der Kirche San Rocco vorbei bietet die Route viele, traumhafte Aussichtspunkte. Der Rückweg nach Camogli erfolgt zu Fuß oder mit dem Boot. Nachmittags Besichtigungsrundgang in Camogli.

Hotel * - Camogli/Santa Margherita Ligure**

Entfernung: 7,5 km – Gehzeit: 3,5 Std. – Höhenunterschied: +/- 550 m

Tag 6 - Von Santa Margherita nach Portofino

Sie machen zunächst eine kurze Zugfahrt nach Santa Margherita Ligure, wo Sie sich Zeit nehmen sollten, das kleine Städtchen zu erkunden. Von Santa Margherita Ligure aus führt Ihre Wanderung nach Portofino, lange Zeit Treffpunkt des Jetsets, aber dennoch ein sehr hübscher Ort mit seinen typischen bemalten Häusern. Besuchen Sie unbedingt die Burg und den Leuchtturm, ein toller Aussichtspunkt! Falls Sie noch Lust und Kraft haben, können Sie dem Küstenpfad bis zur Abtei von San Fruttuoso folgen und sich diesem Juwel aus dem 11. Jh. diesmal von der anderen Seite annähern. Von hier aus können Sie mit dem Boot zurück nach Santa Margherita Ligure oder direkt nach Camogli.

Hotel * - Camogli/Santa Margherita Ligure**

Entfernung: 6 km – Gehzeit: 3,5 Std. – Höhenunterschied: + 250/650 m. / - 250/650 m.

Tag 7 – Abreise

Die Tour endet nach dem Frühstück.



#GeniusItaly

booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy



TOUR DETAILS

UNTERKUNFT & VERPFLEGUNG

Die Unterkunft erfolgt in 3- bis 4-Sterne-Hotels (5-Sterne auf Anfrage). Alle Zimmer verfügen über ein eigenes Bad. In allen Unterkünften ist die Übernachtung mit Frühstück im Preis inbegriffen, das Abendessen jedoch nicht. Sie haben jedoch eine große Auswahl von Restaurants in der Gegend. Sie können auch in Ihrer Unterkunft nach einigen guten Tipps fragen bzw. in einigen Unterkünften besteht auch die Möglichkeit, zu Abend zu essen.

Lunch- oder Picknickpakete sind nicht im Preis inbegriffen. Auf Wunsch können diese vom Hotel gestellt werden. Zutaten für ein Picknick oder Lunchpaket können in den Orten, in denen Sie untergebracht sind, eingekauft werden. Auf einigen Routen ergibt sich auch unterwegs die Möglichkeit zum Mittagessen einzukehren.

UPGRADE

In allen Unterkünften ist ein Upgrade in der Kategorie 4-Sterne verfügbar. Auf Anfrage auch Unterkunft in Monterosso verfügbar.

LEISTUNGEN

- 6 Übernachtungen mit Frühstück
- 4 (5) Übernachtungen in Hotel*** in Levanto – ÜF
- 2 Übernachtungen in Hotel*** in Camogli/Santa Margherita Ligure – ÜF
- Ausführliches Routenbuch mit Wegbeschreibungen & touristischen Informationen
- Wanderkarten mit Maßstab 1:25.000 (oder mehr)
- GPS-Tracks für alle Wanderrouen
- 24h Telefonische Service-Hotline für die Dauer der Reise

NICHT IM PREIS ENTHALTEN

- Ortstaxe
- Visa
- Reiseversicherung
- Gepäcktransfer
- Getränke und Speisen, die nicht im Programm aufgeführt sind
- Touren oder Aktivitäten ausserhalb des Standardprogramms
- Trinkgelder & Ausgaben persönlicher Natur

ANKUNFT & ABREISE

Ankunft: Die Tour beginnt in Levanto, welches gut mit dem Zug zu erreichen ist. Es gibt eine Parkmöglichkeit vor Ort. (ca. € 15 pro Tag)

Abreise: Die Tour endet in Camogli/Santa Margherita Ligure. Die Abreise kann problemlos per Zug von Levanto aus erfolgen, welches in ca. 30 Min. zu erreichen ist.

Bitte beachten Sie: Mit Ausnahme von Levanto gibt es in den gesamten Cinque Terre keine (billigen) Parkmöglichkeiten!



#GeniusItaly

booking@genius-loci.it | www.genius-loci.it

GENIUS LOCI TRAVEL - The Real Spirit Of Italy



ANFORDERUNGSPROFIL

Leicht bis mittel (2-3): Zumeist einfache Wanderungen, auf gepflegten Wanderwegen, mit einigen Anstiegen und teilweise auf unebenen Wegen. An manchen Tagen sind Verlängerungen oder Abkürzungen möglich.

Fitness: Ein hohes Maß an Kondition ist nicht notwendig, aber Sie sollten in der Lage sein, bis zu 5 Stunden am Tag auch bei hoher Sonneneinstrahlung oder auf staubigen und steinigen Wegen zu wandern.

WANDERWEGE & WEGMARKIERUNGEN

Wanderwege: Die meisten Wege sind relativ gut erhalten, aber während der Saison können einige Wege zugewachsen sein. Wir sind ständig in Kontakt mit den lokalen Verbänden und Gemeinden die Wege sauber zu halten – ein Feedback Ihrerseits bezüglich der Qualität der Wege wäre uns eine große Hilfe!

Wegmarkierungen: Nur ein kleiner Teil der Route ist markiert. Es ist auf jeden Fall überall notwendig den Routenbeschreibungen zu folgen, die Sie zusammen mit den Karten erhalten. Mit diesem Material ist es immer möglich die Wege zu finden. Falls Sie sich nicht sicher fühlen, können wir einen Wanderführer für einige Wanderungen organisieren.



© Genius Loci Travel. Alle Rechte vorbehalten.

