

Wander- und Genussreise Cinque Terre: Zu Gast in der Wahlheimat Ihrer Wanderführerinnen

Samstag – Benvenuti alle Cinque Terre!

Individuelle Anreise nach **Manarola**. Am frühen Abend Treffen zu einem gemütlichen Aperitif und Kennenlernen. Anschließend gemeinsames Abendessen in einem typischen Restaurant im Ort, in dem Sie **lokale Spezialitäten** verkosten.

Sonntag – Rund um Manarola

Die Wanderung beginnt heute direkt an der Haustür. Mitten durch die **Weinterrassen** steigen Sie steil hinauf zum Dorf **Volastra** immer mit dramatischen Ausblicken über das Meer und die kleinen Dörfer, die Ihnen bald zu Füßen liegen. Unterwegs kommen wir an einigen der spektakulären Weinterrassenfelder vorbei, wo Sie Interessantes über den Weinanbau der Cinque Terre erfahren werden. Anschliessend wandern wir weiter über die vom Nationalpark neu angelegten Weinterrassen auf dem Hügel über Manarola, von wo aus wir weitere **Panoramen** geniessen und steigen dann auf dem historischen Weg über das kleine **Dörfchen Groppo** wieder nach Manarola ab. Hier erwartet uns die Sommelière Yvonne in ihrer kleinen Enoteca mit einer Verkostung ausgewählter Weine der Cinque Terre. Abendessen in einem Restaurant in Manarola.

Gehzeit ca. 3 Stunden. Höhenmeter ca. +/- 350 mm

Montag – Die Dörfer der Cinque Terre

Morgens nehmen wir die Bahn nach **Vernazza** und genießen gemeinsam das Erwachen des malerischen Örtchens bevor es die Touristen wieder in Besitz nehmen. Anschliessend geht es auf einem sehr steilen und schmalen Weg mit dramatischen Blicken über Vernazza und das Meer hoch hinauf zum kleinen Örtchen **San Bernardino** und von hier weiter nach Corniglia, dem kleinsten Dorf der Cinque Terre. Hier wartet in einem kleinen urigen Lokal eine kleine Weinverkostung auf uns: wir verkosten Weine unterschiedlicher Winzer der Gegend und geniessen ein paar **kleine lokaltypische Snacks** dazu. Am frühen Nachmittag wandern wir weiter durch eines der am schönsten erhaltenen Weinanbaugebiete mit atemberaubendem Panorama über **Volastra** nach Manarola. Am heutigen Abend Essen in einem Restaurant in Manarola.

Gehzeit ca. 4,5 Stunden. Höhenmeter ca. +/- 650 m

Dienstag – Ein junger Winzer bei Levanto

Morgens Bahnfahrt nach **Bonassola**, einem kleinen Ort unweit der Cinque Terre, ebenfalls am Meer gelegen. Von hier führt unsere Wanderung zu mehreren Panoramapunkten durch duftende **Mittelmeermacchia** steil über dem Meer. Gegen Mittag werden wir schliesslich das kleine Weingut von Davide erreichen, der uns seine Weinberge zeigen wird und uns anschliessend zu einer kleinen Verkostung einlädt. Am Nachmittag steigen wir auf einem anderen Weg hinab nach Levanto, geniessen unterwegs wieder neue Ausblicke bevor wir am langen Strand beim historischen Zentrum ankommen. Hier bleibt noch Zeit für ein **Eis** oder bei schönem Wetter einen **Sprung ins Meer** bevor es mit der Bahn wieder nach Manarola zurück geht. Am heutigen Abend wartet dafür kein allzu üppiges Essen auf uns – wir treffen uns im alten Weinkeller, der heute von Gabriel geführt wird, einem musikbegeisterten Manaroleser. Fast jeden Abend gibt es Livemusik, am liebsten Jazz und Blues. So können wir noch in Ruhe einen **Abendimbiss** essen: ein paar leckere Bruschettas mit Pesto und gesalzene Sardinen, dazu ein Gläschen Cinque Terre Wein.

Gehzeit ca. 4/4,5 Stunden. Höhenmeter ca. +/- 450 m

Mittwoch – Dolce far Niente!

Freier Tag - gern beraten wir Sie für die Gestaltung des Tages. Auch das Abendessen ist frei, damit Sie einmal selbst die feinen Restaurants der Umgebung erkunden können.

Donnerstag – Die Insel Palmaria

Frühe Bahnfahrt nach La Spezia, wo wir einen Spaziergang auf dem **Markt** unternehmen. Hier bringen die lokalen Fischer und Gemüsehändler ihre Ware schon am frühen Morgen vorbei und die einheimischen Hausfrauen gehen hier täglich frisch einkaufen. Vom Hafen La Spezias fahren wir mit der Fähre auf die **Insel Palmaria**, die im **Golf der Poeten** liegt. Wir erkunden sie auf einer schönen Rundwanderung, bei der sich immer neue wechselnde spektakuläre Ausblicke eröffnen. Der Weg führt durch wunderschöne Vegetation, vorbei an einigen Festungsanlagen und an einem alten Steinbruch. Am Nachmittag gibt es einen kleinen **Aperitif auf der Insel**. Danach bleibt noch Zeit für einen Bummel in Portovenere bevor es mit dem Schiff direkt nach Manarola zurück geht. Abends erwartet Sie ein weiterer Höhepunkt dieser Reise: ein Abendessen in einem Gourmetrestaurant in Riomaggiore mit mehrgängigem Fischmenü und begleitenden Weinen.

Gehzeit ca. 3 Stunden. Höhenmeter ca. +/- 400 m.

Freitag – Die Treppen von Monasteroli

Heute steht noch einmal ein ganz spezieller Tag auf dem Programm! Ein Bus bringt uns nach Tramonti. Auf vielfachen Wunsch haben wir an diesem Tag die Wanderung nach **Monasteroli** aufgenommen – die berühmten 1100 Treppenstufen, die steil von der Küste hinab zum Meer ins Dörflein Monasteroli führen. Spektakulärer können Panoramen über das Meer der Cinque Terre nicht sein! Nach etwa 2 Stunden erreichen wir **Campiglia**, ein kleines Dorf mit tollem Ausblick über den Golf der Poeten auf der einen Seite und das weite Mittelmeer auf der anderen Seite. Hier wartet **Walter de Batté** in seinem Weinkeller auf uns und gemeinsam mit ein paar **Snacks** verkosten wir hier zum Abschluss einige seiner neuesten Kreationen. Am Nachmittag wandern wir auf dem Höhenweg zurück nach Riomaggiore oder Manarola. Abschlussessen im **Restaurant Billy** in Manarola noch einmal mit einem leckeren landestypischen Menu!

Gehzeit ca. 5,5 Stunden. Höhenmeter +/-500 m.

Samstag – Arrivederci e alla prossima!

Abreise oder Verlängerung individuell

Änderungen vorbehalten

Teilnehmerzahl:

Mindestens 8, maximal 14 Personen

Preis:

Reisepreis pro Person im Doppelzimmer € 1099,-
EZ-Zuschlag € 140,-

Leistungen:

- 7 Übernachtungen in privaten Ferienzimmern oder FEWO m. Bad in Manarola
- Eine Zwischenreinigung & Handtuchwechsel pro Woche
- 7 x gemeinsames Frühstück
- Insgesamt 6 x Abendessen, davon 4 in typischen Restaurants in Manarola oder einem anderen Ort mit 3-Gang-Menü (o. Getränke), ein Gourmetabendessen mit Weinen in Riomaggiore und ein leichtes Abendessen in einer Enoteca mit gemischten Bruschette
- Aperitiv am ersten Abend

- Wanderführer für alle Wanderungen (ab Wanderausgangsort)
- Alle Bahnfahrten oder Schifffahrten lt. Programm
- Weinverkostungen mit Imbiss und Besichtigungen bei Luciano Cappellini, Walter de Battè
- Mittagessen im Tal von Levanto
- Eintritt in den Nationalpark der Cinque Terre
- Picknick am Sonntag und Donnerstag

Programmänderungen vorbehalten!

NICHT INBEGRIFFENE LEISTUNGEN:

- Anreise nach Manarola
- Trinkwasser u. Snacks während der Wanderungen
- Dinge des persönlichen Bedarfs
- Trinkgelder

Ausrüstung:

Die Wanderungen sind teils anspruchsvoll, es handelt sich um schmale Wanderwege, fast immer verbunden mit recht steilen An- und Absteigen, häufig über Treppen, mitunter auch über Felsen. Geeignete Wanderschuhe sind vonnöten, genauso wie Trittsicherheit und Fitness. Weiterhin empfehlen wir geeignete Kleidung, einen Wanderrucksack, eine Kopfbedeckung sowie Sonnen- und Regenschutz. Bitte nehmen Sie auch ausreichend Trinkwasser auf die Wanderungen (Empfehlung 1,5 l pro Person und Tag), auch ein kleiner kohlenhydratreicher Snack für unterwegs sollte immer im Rucksack sein.

Gehzeit:

Bei den nach jeder Tagesetappe angegebenen Gehzeiten handelt es sich um durchschnittliche Wanderzeiten, Pausen nicht inbegriffen. Natürlich können die Zeiten etwas variieren, sie hängen von der Gruppengröße, der allgemeinen Fitness sowie verschiedenen anderen Faktoren wie zum Beispiel den atmosphärischen Bedingungen ab. Bedingungen ab. Gern beraten wir Sie aber auch persönlich und ausführlich per E-Mail oder auch telefonisch wenn Sie Fragen zu den Anforderungen und Schwierigkeitsgraden der Wanderwege haben.

Anreise:

Unsere Reisen beginnen und enden in Moneglia. Gern stehen wir Ihnen bei der Organisation Ihrer An- und Abreise zur Seite und helfen Ihnen, hierfür die ideale Lösung zu finden.

Besprechen Sie die Einzelheiten mit unserem **Buchungsbüro: Tel: +49 (0)1573 3542362**

Zahlungsbedingungen:

Die Buchung der Reise wird erst durch unsere schriftliche Rückbestätigung und Ihre Anzahlung in Höhe von 20% verbindlich. Der restliche Preis wird fällig, wenn feststeht, dass Ihre Reise – wie gebucht – durchgeführt wird und die Reiseunterlagen entweder in Ihrem Reisebüro bereitliegen oder Ihnen verabredungsgemäß zugesandt werden, spätestens jedoch 21 Tage vor Reiseantritt.

Rücktritt vom Reisevertrag:

Sie können jederzeit vor Reisebeginn vom Reisevertrag zurücktreten. Wir sind in diesem Fall berechtigt, eine Entschädigung unter Berücksichtigung der ersparten Aufwendungen zu verlangen, die wie folgt pauschaliert wird.

Bei Rücktritt

- bis zum 31. Tag vor Reiseantritt 20 %
- ab dem 30. Tag vor Reiseantritt 40 %
- ab dem 24. Tag vor Reiseantritt 50 %
- ab dem 17. Tag vor Reiseantritt 60 %
- ab dem 10. Tag vor Reiseantritt 80 %
- ab dem 3. Tag vor Reisebeginn und bei Nichtantritt der Reise 90 % des Reisepreises.

Muss die Reise aufgrund einer zu geringen Teilnehmerzahl oder aufgrund anderer Gründe, die beim Veranstalter liegen, abgesagt werden, so werden bereits geleistete Zahlungen umgehend in voller Höhe zurückgezahlt.

Diese Reise wird in Zusammenarbeit mit unseren Partnern von **Araspàa srl**, Italien angeboten.

DIE GENUSSREISE Buchungsbüro
Tel: +49 (0)1573 3542362
reise@die-genussreise.de

Stand: 21.10.2019