



RANDONNÉE

Les CINQ TERRES et le Parc National de Ligurie

du 18 au 23 mai 2019

(6 jours / 5 nuits en hôtel 3 ***)

Entre ciel et mer, l'homme a façonné un paysage avec une ténacité et une audace sans égales : les 5 Terres, Situé sur les côtes abruptes de la Riviera Ligure, un territoire classé patrimoine de l'humanité par l'UNESCO.

Les 5 Terres et ses 5 villages accueillants sont accrochés sur des éperons rocheux ou blottis dans d'étroites criques. Le paysage y est authentique et intimiste. Les sentiers du littoral ou en altitude sur les crêtes, dans les vignes ou parmi oliviers et citronniers, offrent des vues panoramiques sur la Méditerranée. Parfois peu empruntés, ils longent les pentes, relient des hameaux accessibles uniquement à pied et descendent en escalier jusqu'aux vieux bourgs de pêcheurs, entourés de barques multicolores.

POINTS FORTS

Hébergement *** aux portes des « Cinque Terre » dans la ville de Levanto

Sites colorés inscrits au patrimoine mondial de l'Unesco

Randonnée sur la presqu'île de Portofino.



Jour 1 : Samedi 18 mai 2019 : PARIS / PISE / LEVANTO

Rendez-vous des participants à l'aéroport de PARIS Orly et envoi à destination de PISE sur vol régulier de la compagnie Easy Jet en début d'après-midi.

Arrivée à PISE et transfert à la gare. Train pour LEVANTO.

Arrivée et installation à l'hôtel (3*** normes locales) à LEVANTO. Rencontre avec le guide et présentation du séjour.

Dîner et nuit à l'hôtel



JOUR 2 : Dimanche 19 mai : LEVANTO / MONTEROSSO AL MARE / LEVANTO 4 h 30 de marche environ /
montée : 600 m / descente : 600 m

Petit déjeuner à l'hôtel

Départ en train pour MONTEROSSO AL MARE.

Montée au sanctuaire de Soviore (XVII^e siècle), par l'escalier des pèlerins. Parcours par le col de Gritta pour rejoindre la Pointe Mesco, surplombant la mer.

Déjeuner pique-nique

Descente sur LEVANTO et traversée de la ville aux monuments moyenâgeux typiques. Baignade possible à la plage de LEVANTO.

Diner et nuit à l'hôtel

JOUR 3 : Lundi 20 mai : LEVANTO / CORNIGLIA / MONTEROSSO AL MARE / LEVANTO 3 h 30 de marche
- montée : 270 m - descente : 345 m

Petit déjeuner à l'hôtel

Transfert en train pour CORNIGLIA au cœur du Parc National des « Cinque Terre ». Départ pour les villages touristiques de VERNAZZA et MONTEROSSO AL MARE par les sentiers du littoral. Vernazza, resplendissante de couleur, offre un port naturellement bien protégé. Baignade possible sur la plage de Monterosso.

Déjeuner pique-nique

Retour à LEVANTO en train.

Diner et nuit à l'hôtel

JOUR 4 : Mardi 21 mai : LEVANTO / PÉNINSULE DE PORTOFINO / LEVANTO 4 h 30 de marche environ -
montée : 575 m - descente : 595 m

Petit déjeuner à l'hôtel

Transfert en train pour CAMOGLI et traversée de la péninsule jusqu'à PORTOFINO, dans le golfe Tigulio. En chemin, vue sur la crique perdue de San Fruttuoso dans laquelle est blottie une abbaye bénédictine. Havre de paix et d'élégance, la péninsule de Portofino offre de magnifiques paysages préservés par un parc naturel.

Déjeuner pique-nique

Retour à la gare de SANTA MARGHERITA en bus ou en bateau et retour à LEVANTO en train.

Diner et nuit à l'hôtel



JOUR 5 : Mercredi 22 mai : LEVANTO / CORNIGLIA / VOLASTRA / MANAROLA / RIOMAGGIORE / LEVANTO 4 h de marche environ - montée : 495 m - descente : 500 m

Petit déjeuner à l'hôtel

Transfert en train pour CORNIGLIA, parcours typique des « Cinque Terres ». Montée dans les vignes en terrasses jusqu'à VOLASTRA, dans les zones les mieux aménagées et équipées de petites crémaillères pour les travaux vinicoles.

Déjeuner pique-nique

Descente et visite des villages de MANAROLA et RIOMAGGIORE que l'on rejoint par la très connue "via dell'amore". Retour à Levanto en train.

Diner et nuit à l'hôtel

JOUR 6 : Jeudi 23 mai : LEVANTO / PISE / PARIS

Petit déjeuner à l'hôtel

Matinée libre pour profiter du village de LEVANTO. Transfert en train en fin de matinée pour PISE. Déjeuner libre. Envol pour Paris Orly sur vol régulier de la compagnie Easy Jet. Arrivée à PARIS Orly en fin d'après-midi.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

NIVEAU

3 à 4 h 30 de marche par jour avec des dénivelés de 350 à 650 m environ.

Nombreux escaliers.

HEBERGEMENT – REPAS

Hébergement : Hôtel 3*** familial confort situé à 250 m de la mer et à 700 m de la gare ferroviaire de Levanto. Toutes les chambres sont équipées de salle de bain privée, climatisation, téléphone direct et télévision. L'hôtel dispose également d'un bar et d'un restaurant.

Repas : Formule demi-pension, pique-nique le midi.

ENCADREMENT

Par un guide de l'agence Chamina voyages connaissant parfaitement le parc des « Cinque Terre ».

RENSEIGNEMENTS / INSCRIPTION

ATSCAF VOYAGES

Tél : 01 44 97 28 09 ou 01 44 97 33 73

Courriel : atscaf-voyages@finances.gouv.fr

