



www.guides06.com

Alpinisme - escalade - cascade de glace - randonnées
-raquettes - ski de randonnée - voyages

Réservations—infos:
06 15 40 34 38
contact@guides06.com

« CINQUE TERRE »

Période : du 18 au 21 mai 2018
niveau : facile

4 jours aux cinque terre (Italie)

Classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, le parc national des « cinque terre » est situé à moins de 3h de Nice, entre Gênes et la Spezia.

Nous partirons à la rencontre des sentiers reliant les villages médiévaux et les montagnes auxquelles ils sont adossés. Des points de vues spectaculaires sur les falaises, les côtes et les cultures en terrasses. Une flore méditerranéenne remarquable, sans compter des vignobles si particuliers, de même que les sanctuaires et édifices religieux que nous ne manquerons pas d'explorer...goûtez à la dolce vita !

JOUR 1: Levanto—Monterosso - Vernazza

Arrivée à Levanto. Dépose des affaires à l'hôtel, visite de Levanto puis direction le cap de Punta Mesco qui offre un point de vue remarquable sur les Cinque terre. Monterosso est le premier des 5 villages que nous visiterons. Il est possible de prolonger le plaisir jusqu'à Vernazza (+1h30)
3h30 +200 m

JOUR 2 : Riomaggiore – Manarola – Groppo – Volastra – Corniglia – Vernazza

Une journée bien remplie où nous commençons par emprunter la « via del amore » (le sentier de l'amour), nous parvenons au magnifique village de Manarola, visite du village, son moulin, son église.
Nous amorçons alors une montée régulière jusqu'au hameau de Groppo puis redescendons sur Volastra. Ces deux villages perchés offrent une vue idéale, l'occasion pour nous de s'offrir un déjeuner bien mérité. Redescende sur Corniglia où les plus fatigués pourront reprendre le train. Nous continuons notre parcours qui s'achève par une arrivée de toute beauté sur Vernazza..
5h +450 m

JOUR 3 : Riomaggiore - Portovenere

Nous partons par l'intérieur des terres rejoindre la madonne de Montenero, haut lieu de pèlerinage, avant d'entamer une traversée entre châtaigniers et vignes qui nous conduira jusqu'à Campiglia et Portovenere. Visite de ce merveilleux village et retour par bateau pour découvrir les Cinque terre par la mer jusqu'à Levanto. Dispersion vers 17h

5h

+500 m

JOUR 4 : Portofino - Camogli

Nous partons dans la matinée à la découverte du village de Portofino, son port, son château et ses belles villas. Un bon sentier nous permet de rejoindre l'abbaye de San Frutoso, puis nous continuons en balcon jusqu'à Camogli, magnifique village de pêcheurs aux abords du golf de Gênes.

5h

+600 m

Ce programme est donné à titre indicatif et reste susceptible d'aménagements en fonction des conditions météo, du niveau des participants, des horaires des services de transport...

NIVEAU 1-2 : facile-moyen, dénivelés modérés sur des sentiers côtiers. Il est toujours possible d'écourter la randonnée grâce à l'excellent réseau de transport (train, bateau)

Prix par personne (base minimum de 6 participants) : 175€/pers

Le prix comprend :

- ✓ **Encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat italophone**
- ✓ **l'assistance dans l'organisation pour la réservation des hébergements**
- ✓ **les frais de séjour du guide**

A prévoir en supplément

- ✓ L'hébergement sur Levanto (autour de 27 €/pers/nuit, prix très correct par rapport à la destination à condition de réserver rapidement) et les frais de repas: pique-nique le midi (3-4 €/pique nique), restaurant le soir (15/20 € le dîner)
- ✓ Les boissons
- ✓ Transport pour se rendre sur place + frais courants de transport pour rejoindre la randonnée et en revenir (train et bateau sur place)

Conditions de réservation :

- ✓ L'inscription se fait dans la limite des places disponibles *
- ✓ Etablir le chèque (acompte de 100 €) à l'ordre de Amaury d'AYREX (le solde est à régler au plus tard 1 mois avant le départ)

- ✓ joindre vos coordonnées (nom, prénom, âge de chaque participant, adresse postale, e-mail et numéro de téléphone auquel vous joindre le cas échéant) + le nom du séjour concerné

A expédier à :

Amaury d'AYREX

300 chemin de la Ginestière 06200 Nice

*NB : Une confirmation vous sera envoyée par mail ainsi que des précisions sur le lieu de rendez-vous. Dans le cas où il n'y aurait plus de places, le chèque vous serait restitué.