

## Les villages des Cinque Terre et Portofino en hôtel

*La mer, les collines, les vignobles, les anciens villages de pêcheurs, les églises génoises s'ouvrent sur des paysages enchanteurs des Cinque Terre. Au moyen âge, le mot "terre" signifiait bourg. De là, est né le nom Cinque Terre. Après Punta Mesco, en arrivant de Gênes, le premier village est Monterosso, et sa vaste plage, puis Vernazza, à l'embouchure d'un torrent, Corniglia, sur une colline, et enfin Manarola et Riomaggiore, agrippés au rocher, mosaïques multicolores. Le paysage a été façonné par l'homme, avec une multitude de terrasses étagées à pic sur la mer. Aujourd'hui Parc Naturel et Aire Marine protégée, reconnues par l'Unesco, les **Cinque Terre** se "savourent" à pied, le long des sentiers et des grands escaliers centenaires.*

[Découvrez nos autres voyages dans les Cinque Terre](#)

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Installation dans les Cinque Terre**

Arrivée dans les Cinque Terre et installation dans votre hôtel. Vous aurez le temps de vous acclimater à l'ambiance paisible du village lors d'une petite visite des alentours, pourquoi ne pas en profiter pour passer un bon moment à l'italienne sur la place du village ?

**TYPE D'HEBERGEMENT** : en hôtel\*\* ou \*\*\* selon la formule choisie

### **Jour 2 : De Monterosso à Vernazza**

Vous commencez vos premières foulées sur l'un des plus beaux sentiers du Parc des Cinque Terre.

Le matin transfert en train à Monterosso, visite du village qui est le plus touristique des Cinque Terre avec les monastères de Notre-Dame-de-Soviore et de la Madone-de-Reggio et ses plages. Vous partez vers Vernazza par ce sentier traversant les vignobles et forêts à la végétation méditerranéenne où chaque virage vous offre de magnifiques tableaux avec la mer en toile de fond. L'arrivée sur les hauteurs de Vernazza vaut à elle seule le détour, véritable bijou coloré avec son port, son église et son histoire.

Retour en train à l'hôtel.

**HEURES DE MARCHÉ** : 4h

**DÉNIVELÉ +** : 600 m

**DÉNIVELÉ -** : 600 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel\*\* ou \*\*\* selon la formule choisie

**TEMPS DE TRANSFERT ALLER-RETOUR** : en train, 15' de Levanto, 50' de Moneglia

### **Jour 3 : De Manarola à Corniglia par le vignoble de Volastra**

Pour votre seconde escapade au cœur des Cinque Terre, vous randonnez sur le sentier typique reliant Manarola à Corniglia.

Départ en train pour Manarola, visite de ce village où débute la fameuse "via dell'Amore" où les amoureux du monde entier viennent accrocher de petits cadenas sur les balustrades le long du chemin avant d'en jeter la clef à la mer.

Vous prenez la direction de Corniglia à travers les vignobles dominant la mer. Le sentier vous fait prendre de la hauteur et s'enfonce dans l'arrière-pays pour découvrir Volastra, une charmante bourgade authentique. Vous profitez de ce lieu face à la mer pour faire un arrêt pique-nique.

Vous reprenez le chemin pour Corniglia, qui contrairement aux autres villages, ne se trouvent pas au bord de la mer. Vous visitez l'église Saint-Pierre et l'Oratoire des Flagellants de Sainte Catherine avant de rentrer à l'hôtel en train.

**HEURES DE MARCHÉ** : 4h

**DÉNIVELÉ +** : 550 m

**DÉNIVELÉ -** : 550 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel\*\* ou \*\*\* selon la formule choisie

**TEMPS DE TRANSFERT ALLER-RETOUR** : en train, 30' de Levanto, 1h15' de Moneglia

### **Jour 4 : La presqu'île de Portofino, le joyau de la Ligurie**

Transfert jusqu'à Camogli, visite de la ville, du port enchanteur, entouré de bâtiments historiques colorés à proximité de la mer et des ruines du château médiéval.

Traversée en bateau pour rejoindre le monastère de San Fruttuoso, niché au fond d'une crique abritée. De là, vous débutez une superbe randonnée à la découverte du Parc Naturel Régional de Portofino pour terminer à Portofino, ce petit Saint-Tropez italien. Visite de ce joli village rendu célèbre par la chanson "Love in Portofino", ensuite vous prenez la route de l'hôtel en bus et train.

**HEURES DE MARCHÉ** : 3h30

**DÉNIVELÉ +** : 400 m

**DÉNIVELÉ -** : 400 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel\*\* ou \*\*\* selon la formule choisie

**TEMPS DE TRANSFERT ALLER-RETOUR** : en train, bus et bateau, 3h30' de Levanto, 3h' de Moneglia

#### **Jour 5 : De Riomaggiore à Portovenere**

La randonnée du jour, vous emmène sur une facette plus authentique et moins fréquentée. Après le petit-déjeuner, transfert en train pour Riomaggiore.

Vous prenez la direction du Château de Riomaggiore qui s'élève au-dessus du village, puis rapidement vous atteignez le sanctuaire de la Madonna di Montenero, superbe point de vue sur le golfe de La Spezia.

Par un chemin dominant la mer, vous rejoignez le village de Campiglia, en continuant, vous enchaînez les beaux panoramas sur la presqu'île de Portovenere et les îles de Pamarina et Tino.

Visite du village médiéval de pêcheurs également classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Retour en train à l'hôtel.

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h

**DÉNIVELÉ +** : 680 m

**DÉNIVELÉ -** : 680 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel\*\* ou \*\*\* selon la formule choisie

**TEMPS DE TRANSFERT ALLER-RETOUR** : en train, 1h40' de Levanto, 2h' de Moneglia

#### **Jour 6 : De Framura à Levanto par le village de Bonassola**

Vous terminez cette belle découverte par un sentier côtier immergé dans la nature avec une vue spectaculaire sur la mer.

Départ pour le village de Framura en train, vous parcourez un superbe sentier qui vous mène à Bonassola, charmant village en bord de mer.

Puis vous rejoignez Levanto.

**HEURES DE MARCHÉ** : 4h00

**DÉNIVELÉ +** : 350 m

**DÉNIVELÉ -** : 350 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en hôtel\*\* ou \*\*\* selon la formule choisie

**TEMPS DE TRANSFERT ALLER-RETOUR** : en train, 10' de Levanto, 30' de Moneglia

#### **Jour 7 : Fin de votre séjour dans les Cinque Terre**

Fin du séjour après le petit déjeuner.

Nous pouvons être parfois amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, modification de l'état du terrain,

éboulements, sentiers dégradés, etc.), ou des conditions météo. Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !

### **Voyage Cinque Terre tout compris : nos autres séjours**

Pour votre plus grand bonheur, nous avons créé plusieurs **randonnées** dans les Cinque Terre, de **durée** et **difficulté** variable pour que tout le monde puisse parcourir cette région pleine de surprises !

<b>Séjours</b>	<b>Difficulté</b>	<b>Type de voyage</b>	<b>Durée</b>
<a href="#">Les Cinque Terre et Portofino en Hôtel***</a>	Niveau 2	Avec un guide	6 jours
<a href="#">Villages colorés des Cinque Terre et le Golf des poètes</a>	Niveau 1	Avec un guide	6 jours
<a href="#">Charmes intimes des Cinque Terre</a>	Niveau 1	Avec un guide	6 jours
<a href="#">Les villages des Cinque Terre et Portofino en Hôtel</a>	Niveau 1	En liberté	7 jours

## FICHE PRATIQUE

### ACCUEIL

Le jour 1 dans l'après-midi à Levanto ou Moneglia selon la version d'hébergement choisie.

#### **Accès :**

##### En avion :

Alitalia, Air France, et compagnies low-costs

Ensuite train pour rejoindre Levanto ou Moneglia.

- Depuis l'aéroport de Pise, navettes toutes les 10 minutes pour la gare ferroviaire (10mn de trajet environ). Pour information, la célèbre Tour de Pise et le centre historique sont à 10 minutes à pied de la gare.

- Depuis l'aéroport de Gênes, entre 6h et 23h, un bus de ligne (AMT VOLABUS) part toutes les heures vers la gare (Stazione F.S. Principe) située en plein centre de Gênes. Durée du trajet 30 minutes, prix 6€ par personne. Les tickets s'achètent auprès du chauffeur.

##### En train :

La gare de Levanto ou celle de Moneglia sont situées sur la ligne ferroviaire Genova (Gênes) / La Spezia.

Arrivée via Gênes, Milan ou Turin au départ de Paris, Lyon, Nice ou Genève.

Les horaires de train peuvent être obtenus sur le site internet : [www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com)

##### En voiture :

Itinéraires sur [www.mappy.fr](http://www.mappy.fr) ou [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

#### **Garer sa voiture :**

Hôtel \*\*\* à Levanto :

Possibilité de se garer à Levanto sur le parking de l'hôtel (gardé) ou dans une rue à côté. N.B. : Il faut nous signaler à l'inscription si vous arrivez en voiture.

Hôtel \*\* à Moneglia :

L'hôtel ne possède pas de parking mais vous trouverez des places gratuites autour de l'hébergement ou des parkings payants (environ 15€/jour).

### DISPERSION

Le jour 7 après le petit-déjeuner à Levanto ou Moneglia.

### NIVEAU

**Niveau facile à moyen.**

Le niveau général est assez facile et ne présente aucune difficulté technique. Les sentiers sont bien entretenus, mêmes si dans certains cas vous devrez emprunter des passages à la surface inégale.

Il est donc nécessaire d'être en mesure de marcher 5h d'affilée, parfois sous un soleil assez chaud et sur des terrains rocheux.

Les sentiers sont, en général, bien balisés, mais il faut néanmoins suivre le descriptif et les cartes fournis au départ. Ce séjour convient à ceux qui sont en bonne forme physique et qui, si possible, pratiquent la randonnée de manière régulière.

## **HEBERGEMENT**

### **Version hôtel \*\*\* à Levanto :**

Offrant une vue sur la mer de Ligurie, cet hôtel historique et familiale à l'ambiance détendue se trouve à 4 minutes à pied de la plage de Levanto. La gare ferroviaire est à 7 minutes.

Vous profiterez des beaux espaces extérieurs de l'hôtel : terrasse, bains de soleils, lounge et son grand jardin fleuris. Les chambres sont équipées du Wi-Fi gratuit et d'une télévision.

Ainsi que de la climatisation et du chauffage.

Dans chaque chambre vous disposerez d'une salle de bain privative (avec sèche-cheveux) ainsi que de toilettes.

Possibilité de parking gardé dans l'hôtel.

Au dîner vous dégusterez une cuisine locale à base de produits frais pour découvrir la cuisine ligurienne.

### **Version hôtel\*\* à Moneglia :**

L'hôtel \*\* situé dans le centre historique du village, un des plus beaux d'Italie, où vous trouverez bars, restaurants et boutiques. L'hôtel est situé à 50 mètres de la plage, dans la baie du Golf de Tigullio. Entouré d'oliveraies et de vignes. Vous pourrez profiter de la mer et de ses nombreuses activités (snorkeling, plongé, baignade, pêche...). Vous rejoindrez la gare reliant les Cinque Terre en 5mn à pied.

Les chambres sont dotées d'un accès WI-FI gratuit et d'une télévision. Vous bénéficierez de la climatisation/chauffage dans chaque chambre. Les chambres sont équipées d'une salle de bain privative (avec sèche-cheveux) ainsi que de toilettes.

L'hôtel ne possède pas de parking mais vous trouverez des places gratuites autour de l'hébergement ou des parkings payants (environ 15€/jour).

Au restaurant, vous pourrez découvrir des plats traditionnels de la cuisine Ligure et italienne ainsi que des spécialités à base de poissons.



## **TRANSFERTS INTERNES** **PORTAGE DES BAGAGES**

## **GROUPE**

À partir d'une personne avec supplément départ personne seule et chambre individuelle.

## **ENCADREMENT**

Pas de guide sur ce voyage.

Avant votre départ nous vous remettons un road book spécialement conçu pour ce circuit, composé d'indications précises qui vous permettront d'effectuer vos journées de découverte et de randonnée en toute liberté.

Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

## **MATERIEL FOURNI**

### **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

#### **Pour randonner :**

- Des chaussures de montagne tenant la cheville avec une bonne semelle crantée, présentant un contrefort et une bonne imperméabilité
- Des chaussettes confortables « spécial randonnée » (3 paires minimum)
- Une fourrure polaire
- Un pantalon confortable pour la marche (matière technique séchant rapidement)
- Shorts, tee-shirts et sous-vêtements techniques (matière séchant rapidement)
- Une chemise à manches longues (matière technique séchant rapidement)
- Bâtons de marche (télescopiques), très importants pour faciliter la marche

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration ! (marque Icebreaker, Ruka, etc...).

D'une manière générale, proscrire le coton, qui refroidit lorsqu'il est mouillé.

#### **Pour le pique-nique du midi :**

- Bol, boîte ou assiette en plastique
- Couverts (cuillère, fourchette, couteau)
- Gourde d'1.5 Litre minimum (obligatoire) ; une gourde thermos pour l'hiver

#### **Contre le soleil et la pluie :**

- Crème solaire (haute protection) et lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou bob
- Une cape de pluie ou un « Goretex » et éventuellement un pantalon Goretex

#### **Après l'effort :**

- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Trousse et serviette de toilette (mini)
- Un maillot de bain
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, biogaze ou « 2ème peau », gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ... (tout un programme ! mais rassurez-vous, la pharmacie revient souvent intacte de votre semaine de randonnée)

**Bagages :**

Pour transporter vos affaires

- Un petit sac à dos confortable de 40 à 50 L avec ceinture ventrale pour porter vos affaires personnelles et le pique-nique durant la journée
- Un bagage suiveur : un sac à dos, un sac de voyage en bon état, ou une valise pas trop encombrante. Un seul bagage par personne ; limité à 15kg.

**LE PRIX COMPREND**

- Les documents de voyage,
- Les nuitées en chambre de 2 en hôtel\*\* ou en hôtel\*\*\* selon la version choisie,
- Les petits-déjeuners,
- Les dîners si vous choisissez la version en demi-pension,
- Les frais d'inscription et d'organisation,
- Les taxes de séjours.

**LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les assurances,
- Les pique-niques,
- Les transports en train, bus locaux et bateau ainsi que les cartes d'accès aux sentiers payants du Parc National des Cinque Terre (environ 60 € par personne),
- Le transport aller-retour jusqu'au point de départ,
- Les boissons, visites et dépenses personnelles.