



# VISITE ED ESCURSIONI GUIDATE

## GUIDED TOURS & EXCURSIONS

### LUGLIO 2018 JULY

TOUR      TREKKING      E-BIKE TOUR      SOLO PER POSSESSORI DI CINQUE TERRE CARD/ONLY WITH CINQUE TERRE CARDS      TREKKING PLOGGING

DOMENICA/SUNDAY <b>01</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI RIOMAGGIORE h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
LUNEDI/MONDAY <b>02</b> LUGLIO/JULY	<b>LE VITI DELLE CINQUE TERRE / THE CINQUE TERRE VINEYARDS</b> TREKKING* MANAROLA h 18:00 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION AZIENDA AGRICOLA BURASCA
MARTEDI/TUESDAY <b>03</b> LUGLIO/JULY	<b>I LIMONI ED I VIGNETI DI MONTEROSSO</b> LEMONS AND VINEYARDS OF MONTEROSSO TREKKING* A MONTEROSSO/IN MONTEROSSO h 9:00 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MERCOLEDI/WEDNESDAY <b>04</b> LUGLIO/JULY	<b>TRA I "VIGNETI DELLA FONDAZIONE MANAROLA"</b> STROLLING AROUND "THE VINEYARDS OF FONDAZIONE MANAROLA" TREKKING* A MANAROLA/IN MANAROLA h 09:00 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
GIOVEDI/THURSDAY <b>05</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI VERNAZZA h 10:00 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
VENERDI/FRIDAY <b>06</b> LUGLIO/JULY	<b>CAMMINANDO...SUL MARE / OVERLOOKING THE SEA - SVA</b> TREKKING* CORNIGLIA-VERNAZZA h 08:30 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION SOLO PER POSSESSORI DI CINQUE TERRE CARD/ONLY WITH CINQUE TERRE CARDS
SABATO/SATURDAY <b>07</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI MANAROLA h 10:00 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>08</b> LUGLIO/JULY	<b>PEDALANDO NEL PARCO / CYCLING IN THE PARK</b> E-BIKE* TOUR** LEVANTO-SANTUARIO SOVIORE-SANTUARIO SAN BERNARDINO-CORNIGLIA + treno per/train to LEVANTO h 09:30 LEVANTO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION MAX 8 PAX - DURATA/DURATION 3,00H - LIVELLO/LEVEL: MEDIO/MEDIUM
LUNEDI/MONDAY <b>09</b> LUGLIO/JULY	<b>TRA I "VIGNETI DELLA FONDAZIONE MANAROLA"</b> STROLLING AROUND "THE VINEYARDS OF FONDAZIONE MANAROLA" TREKKING* A MANAROLA/IN MANAROLA h 18:00 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MARTEDI/TUESDAY <b>10</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI MONTEROSSO h 10:00 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MERCOLEDI/WEDNESDAY <b>11</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI MANAROLA h 10:00 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
GIOVEDI/THURSDAY <b>12</b> LUGLIO/JULY	<b>CAMMINANDO...SUL MARE / OVERLOOKING THE SEA - SVA</b> TREKKING* VERNAZZA-MONTEROSSO h 08:30 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION SOLO PER POSSESSORI DI CINQUE TERRE CARD/ONLY WITH CINQUE TERRE CARDS
VENERDI/FRIDAY <b>13</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI CORNIGLIA h 10:00 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO/SATURDAY <b>14</b> LUGLIO/JULY	<b>IL CAMMINO MILLENARIO - THE THOUSAND-YEAR PATH</b> TREKKING* MANAROLA-VOLAstra-CORNIGLIA h 08:45 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>15</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI RIOMAGGIORE h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION

LUNEDI/MONDAY <b>16</b> LUGLIO/JULY	<b>LE VITI DELLE CINQUE TERRE / THE CINQUE TERRE VINEYARDS</b> TREKKING* RIOMAGGIORE-LOC.POSSA h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - LOC.LAVACCIO AZIENDA AGRICOLA POSSA
MARTEDI/TUESDAY <b>17</b> LUGLIO/JULY	<b>I SANTUARI DELLE CINQUE TERRE / THE SANCTUARY OF CINQUE TERRE</b> TREKKING+BUS* MONTEROSSO-SOVIORE-MONTEROSSO h 08:20 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MERCOLEDI/WEDNESDAY <b>18</b> LUGLIO/JULY	<b>LE VITI DELLE CINQUE TERRE / THE CINQUE TERRE VINEYARDS</b> TREKKING* MANAROLA h 10:00 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION AZIENDA AGRICOLA CROVARA
GIOVEDI/THURSDAY <b>19</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI VERNAZZA h 10:00 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
VENERDI/FRIDAY <b>20</b> LUGLIO/JULY	<b>CAMMINANDO...SUL MARE / OVERLOOKING THE SEA - SVA</b> TREKKING* CORNIGLIA-VERNAZZA h 08:30 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION SOLO PER POSSESSORI DI CINQUE TERRE CARD/ONLY WITH CINQUE TERRE CARDS
SABATO/SATURDAY <b>21</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI MONTEROSSO h 10:00 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>22</b> LUGLIO/JULY	<b>I SANTUARI DELLE CINQUE TERRE</b> THE SANCTUARY OF CINQUE TERRE TREKKING* RIOMAGGIORE-MONTEROSSO-RIOMAGGIORE h 09:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - LOC.LAVACCIO
LUNEDI/MONDAY <b>23</b> LUGLIO/JULY	<b>LE VITI DELLE CINQUE TERRE / THE CINQUE TERRE VINEYARDS</b> TREKKING* RIOMAGGIORE-LOC.POSSA h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - LOC.LAVACCIO AZIENDA AGRICOLA POSSA
MARTEDI/TUESDAY <b>24</b> LUGLIO/JULY	<b>I LIMONI ED I VIGNETI DI MONTEROSSO</b> LEMONS AND VINEYARDS OF MONTEROSSO TREKKING* A MONTEROSSO/IN MONTEROSSO h 09:00 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MERCOLEDI/WEDNESDAY <b>25</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI MANAROLA h 10:00 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
GIOVEDI/THURSDAY <b>26</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI VERNAZZA h 10:00 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
VENERDI/FRIDAY <b>27</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI CORNIGLIA h 10:00 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO/SATURDAY <b>28</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI RIOMAGGIORE h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>29</b> LUGLIO/JULY	<b>PLOGGING CON "VIVI IL PARCO"</b> "LIVE THE PARK": PLOGGING EXPERIENCE TREKKING*+ BUS MANAROLA-VOLAstra-MANAROLA h 08:45 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
LUNEDI/MONDAY <b>30</b> LUGLIO/JULY	<b>PEDALANDO NEL PARCO / CYCLING IN THE PARK</b> E-BIKE* TOUR** LEVANTO-SANTUARIO SOVIORE-SANTUARIO SAN BERNARDINO-CORNIGLIA + treno per/train to LEVANTO h 09:30 LEVANTO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION MAX 8 PAX - DURATA/DURATION 3,00H - LIVELLO/LEVEL: MEDIO/MEDIUM
MARTEDI/TUESDAY <b>31</b> LUGLIO/JULY	<b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI MONTEROSSO h 10:00 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION



**INFO & BOOKING**  
visiteguidate@ati5terre.it  
TEL. +39.0187.743.500

\* Degustazione facoltativa a pagamento. Prenotazione obbligatoria. / \* Optional wine tasting for a fee. Reservation required.

\*\* E-BIKE = bicicletta a pedalata assistita. Incluso nel tour: caschetto e una bottiglietta d'acqua. È obbligatorio indossare capi sportivi e scarpe da ginnastica (non saranno ammessi partecipanti con infradito, sandali o scarpe con il tacco). L'età minima richiesta per partecipare al tour è di 14 anni compiuti. In caso di condizioni meteo avverse l'escursione potrebbe essere cancellata.  
\*\* E-BIKE = pedal-assist bicycle. The excursion includes: helmet and a bottle of water. Appropriate sportswear and footwear are recommended (no flip flop or sandal or high-hill shoes). Minimum age of the participants 14y. In case of bad weather the tour could be cancelled.

\*\*\* Entrata Podere Case Lovara € 3,00 / \*\*\* Podere Case Lovara Entrance € 3,00

Le escursioni guidate sono comprese nella Cinque Terre Card. Per i non possessori il costo è di € 6,50.  
The tours/excursions are for free for Cinque Terre Card owner and cost € 6,50 per person for the non-owners.

È obbligatorio l'uso di scarpe da trekking. In condizione di meteo avverse il calendario potrà subire modifiche.  
Appropriate footwear is recommended. In case of bad weather the tour/excursion could be cancelled.