



# VISITE ED ESCURSIONI GUIDATE

## GUIDED TOURS & EXCURSIONS

### MARZO/APRILE 2023 MARCH/APRIL

#### MARZO 2023 MARCH

SABATO/SATURDAY <b>18</b> MARZO/MARCH	<b>ASPETTANDO SCIACCHETRAIL WAITING FOR SCIACCHETRAIL</b> TREKKING <b>EE</b> <b>MANAROLA - VOLASTRA - CORNIGLIA</b> h 09:30 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>19</b> MARZO/MARCH	<b>ASPETTANDO SCIACCHETRAIL WAITING FOR SCIACCHETRAIL</b> TREKKING <b>EE</b> <b>VERNAZZA - REGGIO - SOVIORE - MONTEROSSO</b> h 09:30 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO/SATURDAY <b>25</b> MARZO/MARCH	<b>CAMMINARE SUL GIURASSICO - WALKING ON... JURASSIC</b> Sciacchetraill Edition TREKKING <b>EE - PLOGGING</b> Alla scoperta della bio e geodiversità del promontorio del Mesco dedicato al centenario dei Parchi ABRUZZO e GRAN PARADISO Focus on the bio and geodiversity of the Mesco promontory Special 100 <sup>th</sup> anniversary ABRUZZO and GRAN PARADISO Parks h 09:00 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>26</b> MARZO/MARCH	<b>ALLA SCOPERTA DELLE RADICI "RIOMAGGIORE" DISCOVERING "RIOMAGGIORE"</b> Sciacchetraill Edition <b>T</b> Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Visita di Riomaggiore alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. 50 <sup>th</sup> anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Tour of Riomaggiore - Focus on traditional viticulture. h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION

#### APRILE 2023 APRIL

SABATO/SATURDAY <b>01</b> APRILE/APRIL	<b>TRA I VIGNETI DELLA FONDAZIONE MANAROLA STROLLING AROUND THE VINEYARDS OF FONDAZIONE MANAROLA</b> Progetto Stonewallsforlife TREKKING <b>E</b> <b>MANAROLA</b> h 09:30 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>02</b> APRILE/APRIL	<b>"I LUOGHI DELL'ANIMA" SANTUARIO DELLA MADONNA DI MONTENERO SANCTUARY OF MONTENERO</b> TREKKING <b>E</b> <b>RIOMAGGIORE - MONTENERO</b> h 09:30 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO/SATURDAY <b>08</b> APRILE/APRIL	<b>TRAMONTI, L'ANTICA VIA DEL SALE TRAMONTI, THE ANCIENT SALT ROAD</b> TREKKING <b>EE</b> Tra natura, storia e cultura - Nature history and culture h 09:00 Colle del Telegrafo

DOMENICA/SUNDAY <b>09</b> APRILE/APRIL	<b>ALLA SCOPERTA DELLE RADICI "CORNIGLIA" DISCOVERING "CORNIGLIA"</b> <b>T</b> Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Visita di Corniglia alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. 50 <sup>th</sup> anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Tour of Corniglia - Focus on traditional viticulture. h 10:00 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO/SATURDAY <b>15</b> APRILE/APRIL	<b>INSEDIAMENTI ANTICHI, L'ANELLO DI CACINAGORA THE ANCIENT SETTLEMENT OF CACINAGORA</b> TREKKING <b>E</b> <b>RIOMAGGIORE - CACINAGORA - RIOMAGGIORE</b> Alla scoperta dello storico complesso di architettura rurale Discovering the historic complex of rural architecture h 09:30 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>16</b> APRILE/APRIL	<b>ALLA SCOPERTA DELLE RADICI "VERNAZZA" DISCOVERING "VERNAZZA"</b> <b>T</b> Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Visita di Vernazza alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. 50 <sup>th</sup> anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Tour of Vernazza - Focus on traditional viticulture. h 10:00 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO/SATURDAY <b>22</b> APRILE/APRIL	<b>RISVEGLIO DI PRIMAVERA - SPRING AWAKENING</b> TREKKING <b>E</b> <b>LEVANTO - MESCO - MONTEROSSO</b> La flora del Mesco - Mesco flora h 09:30 LEVANTO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>23</b> APRILE/APRIL	<b>ALLA SCOPERTA DELLE RADICI "MONTEROSSO" DISCOVERING "MONTEROSSO"</b> <b>T</b> Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Visita di Monterosso alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. 50 <sup>th</sup> anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Tour of Monterosso - Focus on traditional viticulture. h 10:00 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO/SATURDAY <b>29</b> MARZO/MARCH	<b>"I LUOGHI DELL'ANIMA" SANTUARIO DELLA MADONNA DI REGGIO SANCTUARY OF REGGIO</b> TREKKING <b>E - PLOGGING</b> <b>VERNAZZA - REGGIO</b> h 09:30 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA/SUNDAY <b>30</b> APRILE/APRIL	<b>ALLA SCOPERTA DELLE RADICI "MANAROLA" DISCOVERING "MANAROLA"</b> <b>T</b> Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Visita di Manarola alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. 50 <sup>th</sup> anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Tour of Manarola - Focus on traditional viticulture. h 10:00 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION



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



<b>T</b> DIFFICOLTÀ: TURISTICO	<b>T</b> DIFFICULTY: TOURISTIC
<b>E</b> DIFFICOLTÀ: ESCURSIONISTICO	<b>E</b> DIFFICULTY: HIKING
<b>EE</b> DIFFICOLTÀ: ESCURSIONISTA ESPERTO	<b>EE</b> DIFFICULTY: EXPERT HIKERS
<b>E-BIKE TOUR</b>	<b>PLOGGING</b>

PARTECIPAZIONE GRATUITA - LE ESCURSIONI VERRANNO EFFETTUATE CON UN MINIMO DI 2 PARTECIPANTI  
PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA visiteguidate@ati5terre.it - Tel. 0187.743500

FREE PARTICIPATION - EXCURSIONS WILL TAKE PLACE WITH A MINIMUM OF 2 PARTICIPANTS  
RESERVATION MANDATORY by noon on the Friday preceding the excursion - visiteguidate@ati5terre.it - Tel. +39 0187.743500

E' OBBLIGATORIO L'USO DI SCARPE DA TREKKING - IN CONDIZIONE DI METEO AVVERSE IL CALENDARIO POTRA' SUBIRE MODIFICHE  
APPROPRIATE FOOTWEAR ARE MANDATORY - IN CASE OF BAD WEATHER THE TOUR/EXCURSION COULD BE CANCELLED