



VISITE ED ESCURSIONI GUIDATE

GUIDED TOURS & EXCURSIONS

MAGGIO 2023 MAY

MERCOLEDÌ WEDNESDAY 03 MAGGIO MAY	ALLA SCOPERTA DELLE RADICI TOUR T DI RIOMAGGIORE E MANAROLA Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. <i>50th anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Focus on traditional viticulture.</i> h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
GIOVEDÌ THURSDAY 04 MAGGIO MAY	PEDALANDO AL TRAMONTO NEL PARCO CYCLING AROUND THE PARK AT SUNSET E-BIKE* TOUR** LEVANTO - LEGNARO - MONTEROSSO A/R h 17:30 LEVANTO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION MAX 7 PAX - DURATA/DURATION 3,00H - LIVELLO/LEVEL: MEDIO/MEDIUM
VENERDÌ FRIDAY 05 MAGGIO MAY	"I LUOGHI DELL'ANIMA" SANTUARIO DELLA MADONNA DI REGGIO - SANCTUARY OF REGGIO TREKKING E VERNAZZA - REGGIO - VERNAZZA h 09:30 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
LUNEDÌ MONDAY 08 MAGGIO MAY	TRA I VIGNETI DELLA FONDAZIONE MANAROLA STROLLING AROUND THE VINEYARDS OF FONDAZIONE MANAROLA Nel sito pilota del Progetto StoneWallsForLife TREKKING E MANAROLA h 09:30 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MARTEDÌ TUESDAY 09 MAGGIO MAY	RISVEGLIO IN VIGNA: TREKKING NEL PAESAGGIO TERRAZZATO WAKE UP IN THE VINEYARD - THE TERRACED LANDSCAPE TREKKING E CORNIGLIA - VOLASTRA - MANAROLA h 09:30 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MERCOLEDÌ WEDNESDAY 10 MAGGIO MAY	CAMMINARE SUL GIURASSICO: BIO E GEODIVERSITA' DEL PARCO WALKING ON JURASSIC: BIO AND GEODIVERSITY OF THE PARK TREKKING E LEVANTO - MESCO - MONTEROSSO h 09:30 LEVANTO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
GIOVEDÌ THURSDAY 11 MAGGIO MAY	"I LUOGHI DELL'ANIMA" SANTUARIO DI MONTENERO - SANCTUARY OF MONTENERO TREKKING E RIOMAGGIORE - MONTENERO - RIOMAGGIORE h 09:30 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
VENERDÌ FRIDAY 12 MAGGIO MAY	TOUR AL TRAMONTO DAL VIGNETO ALLA CANTINA SUNSET TOUR FROM THE VINEYARDS TO THE CELLAR TREKKING* E MANAROLA - GROppo - MANAROLA Visita alla Cantina Sociale del Groppo - Tour of the Cantina Sociale Cellar h 16:30 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO SATURDAY 13 MAGGIO MAY	ALLA SCOPERTA DELLE RADICI TOUR T DI CORNIGLIA Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. <i>50th anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Focus on traditional viticulture.</i> h 10:00 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MARTEDÌ TUESDAY 16 MAGGIO MAY	INSEDIAMENTI ANTICHI, L'ANELLO DI CACINAGORA THE ANCIENT SETTLEMENT OF CACINAGORA TREKKING E RIOMAGGIORE - CACINAGORA - RIOMAGGIORE Alla scoperta dello storico complesso di architettura rurale <i>Discovering the historic complex of rural architecture</i> h 09:30 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MERCOLEDÌ WEDNESDAY 17 MAGGIO MAY	TRA I VIGNETI DELLA FONDAZIONE MANAROLA STROLLING AROUND THE VINEYARDS OF FONDAZIONE MANAROLA Nel sito pilota del Progetto StoneWallsForLife TREKKING E MANAROLA h 09:30 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
GIOVEDÌ THURSDAY 18 MAGGIO MAY	PEDALANDO AL TRAMONTO NEL PARCO CYCLING AROUND THE PARK AT SUNSET E-BIKE* TOUR** LEVANTO - LEGNARO - MONTEROSSO A/R h 17:30 LEVANTO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION MAX 7 PAX - DURATA/DURATION 3,00H - LIVELLO/LEVEL: MEDIO/MEDIUM

VENERDÌ FRIDAY 19 MAGGIO MAY	"INSEDIAMENTI ANTICHI" TRAMONTO A TRAMONTI - SUNSET IN TRAMONTI Nell'ambito del progetto LIFE A-Mar Natura 2000 TREKKING*** EE + BUS RIOMAGGIORE - TELEGRAFO - S. ANTONIO - TRAMONTI - RIOMAGGIORE Tra natura, storia e cultura - <i>Nature history and culture</i> h 16:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO SATURDAY 20 MAGGIO MAY	ALLA SCOPERTA DELLE RADICI Nell'ambito del progetto LIFE A-Mar Natura 2000 TOUR*** T DI RIOMAGGIORE Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. <i>50th anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Focus on traditional viticulture.</i> h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
DOMENICA SUNDAY 21 MAGGIO MAY	"I LUOGHI DELL'ANIMA" SANTUARIO DI VOLASTRA - SANCTUARY OF VOLASTRA TREKKING*** E + PLOGGING MANAROLA - VOLASTRA - MANAROLA h 09:30 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
LUNEDÌ MONDAY 22 MAGGIO MAY	GIORNATA MONDIALE DELLA BIODIVERSITÀ INTERNATIONAL BIODIVERSITY DAY Le fioriture sul sentiero SVA - <i>The blooms on the SVA trail</i> TREKKING*** E MONTEROSSO - VERNAZZA h 09:30 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MARTEDÌ TUESDAY 23 MAGGIO MAY	ALLA SCOPERTA DELLE RADICI TOUR T DI CORNIGLIA Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. <i>50th anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Focus on traditional viticulture.</i> h 10:00 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MERCOLEDÌ WEDNESDAY 24 MAGGIO MAY	GIORNATA EUROPEA DEI PARCHI - THE EUROPEAN DAY OF PARKS Risveglio in vigna: trekking nel paesaggio terrazzato Wake up in the vineyard: trekking in the terraced landscape TREKKING*** E MANAROLA - VOLASTRA - CORNIGLIA h 09:30 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
GIOVEDÌ THURSDAY 25 MAGGIO MAY	TREKKING TRA FALESIE E VIGNETI TERRAZZATI - SVA TREKKING - CLIFFS AND TERRACED VINEYARDS - SVA TREKKING E CORNIGLIA - VERNAZZA h 09:30 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
VENERDÌ FRIDAY 26 MAGGIO MAY	ALLA SCOPERTA DELLE RADICI TOUR T DI MONTEROSSO E VERNAZZA Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. <i>50th anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Focus on traditional viticulture.</i> h 10:00 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
SABATO SATURDAY 27 MAGGIO MAY	ALLA SCOPERTA DELLE RADICI TOUR T DI RIOMAGGIORE E MANAROLA Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. <i>50th anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Focus on traditional viticulture.</i> h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
LUNEDÌ MONDAY 29 MAGGIO MAY	ALLA SCOPERTA DELLE RADICI TOUR T DI CORNIGLIA Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. <i>50th anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Focus on traditional viticulture.</i> h 10:00 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MARTEDÌ TUESDAY 30 MAGGIO MAY	"I LUOGHI DELL'ANIMA" SANTUARIO DI MONTENERO - SANCTUARY OF MONTENERO TREKKING E RIOMAGGIORE - MONTENERO - RIOMAGGIORE h 09:30 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION
MERCOLEDÌ WEDNESDAY 31 MAGGIO MAY	ALLA SCOPERTA DELLE RADICI TOUR T DI VERNAZZA E MONTEROSSO Verso i 50 anni della DOC Cinque Terre. Alla scoperta del legame con la viticoltura tradizionale. <i>50th anniversary of the wine DOC Cinque Terre. Focus on traditional viticulture.</i> h 10:00 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION



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



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

* 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.

*** Gratuito, non richiesta la Card, compresa nell'evento Maggio nei Parchi
*** Free, Card not required, included in the Maggio nei Parchi event

Le escursioni guidate sono riservate ai possessori di Cinque Terre Card. Le escursioni verranno effettuate con un minimo di 2 partecipanti. Prenotazione obbligatoria visiteguidate@ati5terre.it - tel. 0187.743500

The tours/excursions are reserved for owners of Cinque Terre Card. 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

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