



RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE, LE PLAISIR PARTAGÉ

PORTOFINO & LES CINQUE TERRE (Italie)



À Deux pas de la Toscane, s'étendent, à l'abri de tous les regards, cinq minuscules villages de pêcheurs, totalement à l'écart du monde et complètement tournés vers la pêche et la vigne sur des flancs de montagne vertigineusement escarpés. Cinq villages uniques, Monterosso, Vernazza, Corniglia, Manarola et Riomaggiore, reconnus par l'UNESCO "Patrimoine mondial de l'Humanité. Plus proche de Gènes, la belle baie de Portofino abrite des propriétés de rêve dans un superbe écrin de verdure où l'olivier est roi, et dont les criques ont des eaux aux couleurs turquoise... Un séjour en hôtel trois étoiles (norme italienne) au cœur des Cinque Terre : trajets en train raccourcis, plage à deux pas de l'hôtel, flânerie dans le village après le dîner.

› PROGRAMME

A052

6 jours - 5 nuits - 5 jours de randonnée

Jour 1 : Accueil à **Levanto**, porte d'entrée des Cinque Terre, en fin d'après-midi. Installation dans notre hébergement pour la durée du séjour. Présentation du séjour autour d'un apéritif. Dîner et nuit.

Jour 2 : Découverte de la première partie de la superbe baie des Cinque Terre, entre **Monterosso** et **Vernazza**. Court transfert en train jusqu'à Monterosso. Découverte de ce bourg médiéval avant de rejoindre, par la voie panoramique,



les monastères de Notre-Dame de Soviore et celui de la Madone de Reggio. Fin d'étape à Vernazza, le plus pittoresque des villages des Cinque Terre. Un itinéraire en hauteur, sur des sentiers plus sauvages et parcourus seulement par les randonneurs. Visite de ces deux villages. Retour en train à Levanto et visite du village.

+ 600 m/- 600 m * 4h00 à 4h30 de marche

Jour 3 : Seconde étape au cœur des Cinque Terre, pour découvrir les villages **Manarola** et **Corniglia**. Là encore, votre accompagnateur sera le garant d'un itinéraire moins couru, spectaculaire, et toujours très panoramique. En plus des 3 villages colorés et en bord de mer, vous découvrirez **Volastra**, en altitude, terre des vignes locales. Surplombant la Grande Bleue, c'est un magnifique arrêt pique-nique. L'après-midi, le sentier en balcon plonge ensuite, à travers une belle pinède, jusqu'à Corniglia, seul village des Cinque Terre qui ne soit pas au ras de l'eau.

+ 550 m/- 550 m * 4h00 à 4h30 de marche

J4 : **La presqu'île de Portofino**. Joyau de la Ligurie, ce petit port mérite le détour. De superbes balcons sous les pins et les arbousiers, des sentiers ombragés, des panoramas de rêve font du parcours pédestre un vrai bonheur pour les sens. La fin d'étape à Portofino permet de découvrir ce petit Saint-Tropez italien, le cœur du village et son phare quelque peu excentré. La mini croisière à l'aller ou au retour de Portofino depuis Santa-Margherita est également un moment fort de la journée (soumise toutefois aux conditions de mer).

+ 450 m/- 450 m * 5h00 à 5h30 de marche

J5 : **De Riomaggiore à Portovenere**. Belle et longue étape qui offre encore de superbes vues et qui permet de traverser des hameaux autrefois plus vivants. L'après-midi, le sentier, en descente, vous offre des vues féériques sur la forteresse de Portovenere, sur l'île de Palmaria, et sur les îlots du Tino et de Tinetto. Retour possible en bateau (en option, soumis aux conditions de mer et de calendrier).

+ 680 m/- 680 m * 5h00 à 5h30 de marche

J6 : Dernière courte journée de randonnée à la découverte du village multicolore de Bonassola et des cultures en terrasses autour de Levanto, une région dont le



paysage a été façonné par le dur labeur de l'homme. Séparation vers 15 h 30 à Levanto.

Il vous sera demandé de libérer la chambre et la place de parking de l'hôtel le matin, avant le départ en randonnée, à moins que vous n'ayez réservé une nuit supplémentaire à l'hôtel.

+ 500 m/- 300 m * 4h30 de marche

Ce programme reste susceptible d'aménagements selon les conditions météorologiques.
En juillet, compte-tenu de la chaleur, les randonnées sont aménagées et les temps de baignades plus nombreux.



- Hébergement en hôtel*** (norme locale) à Levanto, à 5 minutes de la plage et au plus proche des Cinque Terre.
- Les trajets en train et en bus, et tous les repas inclus dans le tarif.
- La mini traversée en bateau à Portofino.
- Un accompagnateur passionné

DATES

Du dimanche au vendredi.

› LE PRIX COMPREND

- 5 nuits en hôtel*** (norme italienne), en chambre double.
- Tous les repas, du dîner du J1 au déjeuner du J6 (pique-nique à midi).
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne français, diplômé d'état.
- Les transferts en train et en bus prévus au programme.
- La traversée en bateau entre Santa Margherita et Portofino.
- Le stationnement au parking de l'hôtel jusqu'au petit-déjeuner du J 6.
- Les taxes de séjour

› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription et les frais d'envoi à l'étranger
- Le transport pour se rendre à Levanto.




- Les boissons (y compris l'eau à table) et les dépenses personnelles.
- Les visites des monuments payants et les éventuels déplacements en bateau (en saison).
- Le supplément chambre individuelle, sous réserve de disponibilité : 205 €.
- Le pass de stationnement pour le J 6 si vous êtes véhiculé (10 €, à réserver à l'hôtelier le J 1).
- L'assurance annulation-rapatriement facultative.

Vos dépenses sur place

- * Les transferts non prévus au programme.
- * Les entrées dans les monuments, sites touristiques, villas, etc.
- * L'éventuelle excursion en bateau depuis Portovenere (facultative, 22 € en 2024).
- * Les boissons (y compris l'eau à table).
- * Les visites des monuments payants et les éventuels déplacements en bateau (en saison).
- * Le pass de stationnement pour le J 6 si vous êtes véhiculé (10 €, à réserver à l'hôtelier le J 1).
- * Les pourboires.

> NIVEAU

 Séjour randonnée, pour des personnes pratiquant une activité physique régulière leur permettant des étapes de 4 à 5 heures de marche, avec un effort modéré et sur des sentiers entretenus. Aucun passage technique durant le séjour mais l'escarpement de cette région vous fera randonner sur une succession de montées et de descentes, souvent sur des escaliers raides, entrecoupées de sentiers en balcons surplombant la mer. Nous vous recommandons de prendre des bâtons de randonnée. **En juillet, compte-tenu de la chaleur, les randonnées sont aménagées et les temps de baignades plus nombreux.**

> HEBERGEMENTS



Cinq nuits en hôtel 3 étoiles (norme italienne), en chambre double.
Hôtel Dora situé dans le centre historique du village, à 550 m de la gare ferroviaire. Accueil extrêmement chaleureux. Chambres avec sanitaires privés. Parking privé.

Pas de chambre triple.

Chambre individuelle : Sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription, vous pouvez réserver une chambre individuelle **avec supplément** (165 € pour 5 nuits). *Attention : le supplément "chambre individuelle" ne garantit pas l'obtention d'une chambre spacieuse avec un grand lit, mais l'occupation d'une chambre pour une personne avec un lit une place.*

› RESTAURATION

Séjour en pension complète (hors boissons), du dîner du J1 au déjeuner du J6. Pique-niques à midi, préparés par votre accompagnateur, à base de produits locaux.

Repas du soir pris au restaurant de l'hôtel.

Les boissons (y compris l'eau lors des repas au restaurant) sont à votre charge.

› ENCADREMENT / GROUPE

Par un accompagnateur en montagne français, diplômé d'état.

Nombre de participants : 6 personnes minimum, 14 maximum

› ACCUEIL / DISPERSION

Accueil : Le J1 dans l'après-midi à l'hébergement à Levanto. Regroupement avec votre accompagnateur à **18h30**. En principe : Hôtel DORA – Via Martiri della Libertà 27 – 19015 Levanto (SP) – Tél : +39 0187 808 168. *Le dîner est servi à 19 h 30. Si vous arrivez trop en retard, il ne sera pas possible de dîner, et cette prestation ne vous sera pas remboursée.*

Dispersion : Le J6 à Levanto, vers 15h00/15h30. Les chambres auront été libérées après le petit-déjeuner. *Il vous sera demandé de libérer la place de*



parking de l'hôtel le matin, avant le départ en randonnée, à moins que vous n'ayez réservé une nuit supplémentaire à l'hôtel. Vous devrez vous acquitter d'un pass pour un parking public pour la journée, 10 €/véhicule, à réserver et à régler auprès de l'hôtelier.

› TRANSPORT DES BAGAGES ET TRANSFERTS LOCAUX

Pas de portage autre que vos affaires pour la journée et votre pique-nique.

Transferts : Sur place, déplacements quotidiens en train et en autocar de ligne régulière. Une traversée en bateau à Portofino est également prévue. Elle est toutefois soumise aux conditions de mer.

Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez au cours du voyage, lorsqu'ils en sont équipés, et ce quelle que soit la réglementation en vigueur dans le pays visité. En vous inscrivant sur un voyage, vous vous engagez à respecter cette obligation. Notre responsabilité ne saurait être retenue en cas de dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait.

› ACCES

Les Cinque Terre sont un Parc Naturel National, où les solutions alternatives au véhicule individuel sont favorisées : train, bateau et minibus électriques. Certains week-ends de printemps, les petites routes sont fermées à cause de la surfréquentation.



*** Du Nord-Est de la France** : Il est intéressant de passer par la Suisse via Lugano. Direction Milan – Gênes puis continuer en direction de Livourne. Il faut compter 600 km depuis Mulhouse et 6h00 de route environ.

* Du Nord de la France : Il est intéressant de passer par l'Italie. Si vous venez de la région lyonnaise également, via le tunnel de Fréjus, Alessandria et Gênes puis continuer en direction de Livourne.



*** Du Sud de la France** : Autoroute A8 jusqu'à Gênes, puis continuer en direction de Livourne.

Sortie Carodano Levanto. Il faut compter 290 km depuis Nice et 3h30 de route.



De la sortie de l'autoroute, prendre à gauche en direction de Levanto et suivre cette route principale sur 10 km environ. Depuis l'entrée de Levanto, suivre la direction du centre ville et passer devant le parking de la gare situé sur votre droite. Ensuite, passer sous la voie ferrée, laisser à droite l'entrée principale de la gare et continuer jusqu'au carrefour important (environ 150 m), toujours en direction du centre ville. Au carrefour (petit rond-point), prendre à gauche direction « Hôtel Dora ». Ne pas suivre le GPS qui vous emmène dans des ZTL (zones de trafic limité) où vous risquez d'être verbalisés. Le parking de l'hôtel est en face de celui-ci.

Parking à Levanto : Vous n'utiliserez pas les véhicules personnels durant le séjour et circulerez à pied, en train et en autocar de ligne. Votre véhicule pourra rester sur le parking de l'hôtel jusqu'au petit-déjeuner du J 6. Il faudra ensuite libérer la place. L'hôtel peut vous fournir un pass de stationnement pour la journée du J 6 (10 €, à régler sur place).



Ligne internationale France – Gênes avec train direct ou correspondance avec Levanto. Il y a de nombreux trains dans la journée entre Gênes et Levanto, 06h00 et 21h00 (distance d'environ 50 km).

Depuis Paris : Paris Gare de Lyon – Gênes Piazza Principe – Levanto.

Depuis Lyon : Changement de Gare à Turin. De Porta Nuova à Porta Susa : prendre le bus ou le métro ligne n°1 en direction de Fermi. // Lyon Part Dieu – Chambéry – Turin Porta Susa – Turin Lingotto – Genova Brignole – Levanto.

Depuis Marseille : Marseille St Charles – Nice – Gênes Piazza Principe

De Gênes à Monterosso : Tous les trains s'arrêtent à Levanto.

L'hôtel Dora est situé à 550 m de la gare, soit environ 10 min à pied.

L'hôtel se trouve à environ 1,5 km de la gare de Levanto.

www.trenitalia.it ou www.dbfrance.fr ou www.thello.com



Il existe des compagnies low cost au départ de Paris pour Pise.

Aéroport de Pise (110 Km) : www.pisa-airport.com

La gare ferroviaire se trouve directement à l'aéroport et vous permet de rejoindre Levanto.



Train pour la gare principale de Pise puis pour Levanto et les Cinque Terre. Trains directs ou avec changement à La Spezia. Comptez 9 à 20 € par personne, selon les trains plus ou moins rapides. Le trajet dure entre 1h10 et 2h00.

Aéroport de Gènes : www.airport.genova.it

Pour aller de l'aéroport de Genova à la Stazione Piazza Principe de Genova et prendre le train pour les 5terre : Le centre-ville de Genova est à six kilomètres de l'aéroport et les principales gares de chemin de fer sont reliées à l'aéroport avec les bus urbains de la compagnie municipale de mobilité et des transports AMT. La ligne 100 de la navette Volabus (VOLABUS LINEA 100 10 € tarif 2024) permet de rejoindre rapidement les gares de Genova Piazza Principe, le centre ville et Gênes Brignole. Les départs s'effectuent toutes les 20 à 30 minutes, de 5h30 - premier départ de la gare de Brignole - à 23h45, dernier départ de l'aéroport. Prévoir 1 heure pour être large au cas où il y aurait beaucoup de trafic car les gares en Italie sont au centre ville. Attention ! Cette gare n'est pas le terminus. L'arrêt s'appelle aussi Piazza Acquaverde (stazione FS principale). Pour Levanto, il y a plus de trains directs au départ de Genova. Cette ligne est très bien desservie si vous n'arrivez pas trop tard.

Taxis : Entre l'aéroport de Genova et la stazione FS Principe, le tarif officiel est 7 € par personne (minimum 3 clients). Si une seule personne : 15 €. Supplément les dimanches, jours fériés et la nuit.

Tous ces tarifs sont donnés à titre indicatif.

› FORMALITES

- Carte d'identité ou passeport en cours de validité obligatoire.
- Contrat d'assurance rapatriement (n° de contrat + n° de téléphone à partir de l'étranger).
- D'un point de vue médical, pour vous éviter de faire l'avance de certains frais en cas de soins, vous pouvez demander la Carte Européenne Verte à votre centre de Sécurité Sociale (délais 8 à 15 jours).



› LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

- Pour le pique-nique : une boîte plastique hermétique type Tupperware (0,5 l), des couverts et un gobelet.
- un petit sac à dos pour le pique - nique et les affaires de la journée
- une petite pharmacie individuelle (sparadrap, double peau, éosine, alcool....)
- une paire de chaussures de marche « moyenne montagne » (attention aux chaussures neuves)
- lunettes, crème et chapeau pour le soleil
- des vêtements de pluie
- des chaussures légères pour le soir
- une gourde : il est important de boire 1.5 à 2L d'eau par jour
- un couteau
- une lampe de poche (pas indispensable)
- une paire de jumelle (facultatif)
- mouchoirs en papier
- une aiguille, un petit peu de fil et une ou deux épingles de sûreté.

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLÉE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

