

RESERVEZ !

Du 5 au 8 mai 2023

Cinque Terre et Portofino***Merveilles de la côte ligure... Randonnée dans les cinque terre***

Blotti entre mer et montagne, à la limite de la Ligurie et de la Toscane, le parc national italien des Cinque Terre est situé sur un petit territoire qui comprend cinq villages construits comme un défi aux éléments sur des arpentés abrupts où l'histoire des hommes se confond avec celle du labeur, âpre et usant, et du soleil, prodigue et généreux...

On prétend que la longueur totale des terrasses en pierres sèches que les habitants y ont aménagées pour cultiver la vigne est égale à deux fois la longueur de... la muraille de Chine. On le prétend mais le mieux n'est-il pas de s'en venir le vérifier par soi-même ?

Venez découvrir cet époustouflant paysage de vignobles côtiers et ces villages colorés et fourmillant de vie dont on croirait, tout imbriqués qu'ils sont dans le roc et dans l'eau, qu'ils ont été construits là pour célébrer les noces de la terre et de la mer...

Programme**Jour 1** : Riomaggiore – Madone de Montenero - Col Telegrafo

Un premier transfert en train nous mène de Levanto à Riomaggiore. De là, nous partons pour une petite randonnée de mise en jambe vers la Madone de Montenero par un ancien sentier muletier. (Temps de marche : 1 h 15 . Dénivelé : 350m.). Pique-nique sur l'esplanade avec une formidable vue panoramique sur toute la côte des Cinque Terre. Ensuite nous empruntons un sentier qui nous mènera à travers les vignes jusqu'au col de Telegrafo, magnifique vue sur la côte, par bonne visibilité jusqu'au Portovenere. De retour à Riomaggiore en fin d'après-midi, nous visitons tranquillement le village. Retour à Levanto en train. Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 2 : Monterosso – Madone de Soviore - Vernazza

Toujours avec le train, nous rejoignons Monterosso avant de nous engager dans un vallon sauvage pour monter vers la Madone de Soviore accrochée au flanc de la colline au cœur d'un bois de pins (Temps de marche : 1 h 30 de marche. Dénivelé : 470 m). De là, nous gagnons un sentier qui suit la courbe de niveau à travers les bois et nous emmène à l'aplomb de celui qui est sans doute le plus beau des villages des Cinque Terre : Vernazza. Après une descente avec des points de vue spectaculaires, nous gagnons le village et prenons le temps d'y flâner un peu, voire même d'y faire trempette... Puis nous reprenons la marche pour retourner à Monterosso par le magnifique sentier côtier qui relie les cinq villages entre eux. Retour à Levanto en train. Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 3 : Manarola – Vignoble de Volastra – Corniglia

Une promenade panoramique en bateau de Levanto (ou Monterosso en fonction de la saison) jusqu'à Manarola nous permet de profiter depuis la mer d'un point de vue différent sur les paysages traversés les jours précédents. Une fois débarqués, nous gagnons les hauteurs pour découvrir le hameau de viticulteurs de Volastra où, installés sur la place de l'église, nous dégusterons notre dernier pique-nique. Une promenade à travers les vignes nous attend ensuite pour contempler le plus époustouflant spectacle des Cinque Terre et rejoindre Corniglia. Emerveillement garanti !. Retour à Levanto en train. Dîner et nuit à l'hôtel. Temps de marche : 3 heures. Dénivelé : 480m.

Jour 4 : Santa Margherita – Abbaye de San Fruttuoso – Portofino

Un transfert en véhicules personnels nous permet de rejoindre Santa Margherita d'où nous embarquons pour une traversée en bateau vers l'abbaye de San Fruttuoso. De là, une belle randonnée ramène jusqu'à Portofino où nous flânerons avant de prendre le bus pour rentrer à Margherita. Dispersion à Santa Margherita. Temps de marche : 2 h30. Dénivelé : 300m.

Ce programme est donné à titre indicatif. En fonction du niveau des participants, de la météo, d'évènements impondérables ou à la convenance du groupe de participants, l'accompagnateur est susceptible de le modifier. L'ordre des 4 journées peut être modifié par l'accompagnateur en fonction de la fréquentation, des éventuelles modifications d'horaires ferroviaires ou de la météo.

Format du séjour**En Étoile**

Retrouvez **[plus d'informations](#)** sur les différents formats de nos séjours.

Niveau

Facile à modéré

Retrouvez [plus d'informations](#) sur les niveaux de nos séjours.

VOUS AIMEREZ

- Les randonnées en balcon sur la Méditerranée,
- Le charme unique d'un site classé au *patrimoine mondial de l'UNESCO*,
- Les promenades panoramiques en bateau,
- La dégustation de vins locaux et d'anchois marinés
- Le village de Portofino et l'abbaye de San Fruttuoso...

Encadrement(s)

Accompagnateur en Montagne diplômé d'état.

Hébergement(s)

Hôtel *** à Bonassola avec lits séparés ou grand lit. Chambre individuelle possible avec supplément.

ou Hôtel **. Hôtel ** à Deiva Marina . Chambres doubles (ou triples) avec lits séparés ou grand lit. Chambre individuelle possible avec supplément.

Repas

Demi-pension. Repas chauds le soir à l'hôtel et petit déjeuner complet le matin. Les pique-niques ne sont pas fournis. Il existe de nombreux commerces pour faire des achats afin de constituer son pique-nique. Il est ainsi possible de se restaurer lors des visites des villages que nous traversons dans la journée. Ce sera pour vous l'occasion de découvrir librement selon vos envies les spécialités culinaires des Cinque Terre !

Acheminement

Rendez-vous sur place. Minibus en option, nous consulter.

Début / Fin du séjour

Le point de rendez-vous est fixé à la gare de Levanto à partir de 10h30.

Le séjour prend fin le 4ème jour.

Equipement(s)

Parmi les équipements nécessaires, il faut prévoir pour ce séjour :

- 1 sac à dos moyen (minimum 35 litres)
- 1 paire de chaussures de randonnée
- 1 gourde
- 1 chapeau ou 1 casquette
- 1 paire de lunettes de soleil (niveau de protection 3)
- 1 cape de pluie (type Poncho)
- 1 pantalon de randonnée
- 1 veste coupe-vent (type gore-tex de préférence)
- 1 tube ou flacon de crème solaire (indice de protection élevé)
- 1 rouleau d'élastoplaste
- 1 pommade anti-inflammatoire

- 1 boîte de pansements Compeed ou similaires (type « deuxième peau » pour les ampoules)
- Pour les courageux : maillot de bain et serviette de plage

Vous aurez aussi besoin pour votre séjour d'une pharmacie personnelle comprenant les médicaments personnels spécifiques et les éléments suivants :

- 1 boîte de médicaments antalgiques courants (paracétamol, ibuprofène ou autre)
- 1 antibiotique à large spectre
- 1 antispasmodique, un anti-diarrhéique, un antiseptique intestinal, un anti-vomitif

Retrouvez **plus d'informations** sur la **pharmacie personnelle**.

Santé

Avez-vous pensez à demander votre carte européenne d'assurance maladie ?

Retrouvez **plus d'informations** sur la santé.

Assurances

Il est important de partir bien assuré durant un séjour. Vous devez donc avoir souscrit une assurance en responsabilité civile personnelle et une assurance « assistance / rapatriement ». **Les coordonnées de votre assureur doivent impérativement nous être fournies avant le départ.**

Dans le cas où vous ne disposeriez pas de cette assurance, **ARGOS vous offre la possibilité de souscrire un contrat adapté spécifiquement pour nos voyages et couvrant les garanties « annulation, assistance / rapatriement et bagages ».**

Retrouvez sur notre site les informations sur les **assurances** (vos obligations, notre assurance en option,...).

^

TARIF(s)

415 € par personne en chambre double ou triple (2021).

485 € par personne en chambre individuelle (dans la limite des places disponibles).

Le tarif comprend

- Les randonnées encadrées.
- L'hébergement en demi-pension en hôtel **.
- Les transferts en train, bus et bateau.
- L'entrée payante dans le Parc National des Cinque terre.
- Une dégustation de vin local.

Le tarif ne comprend pas

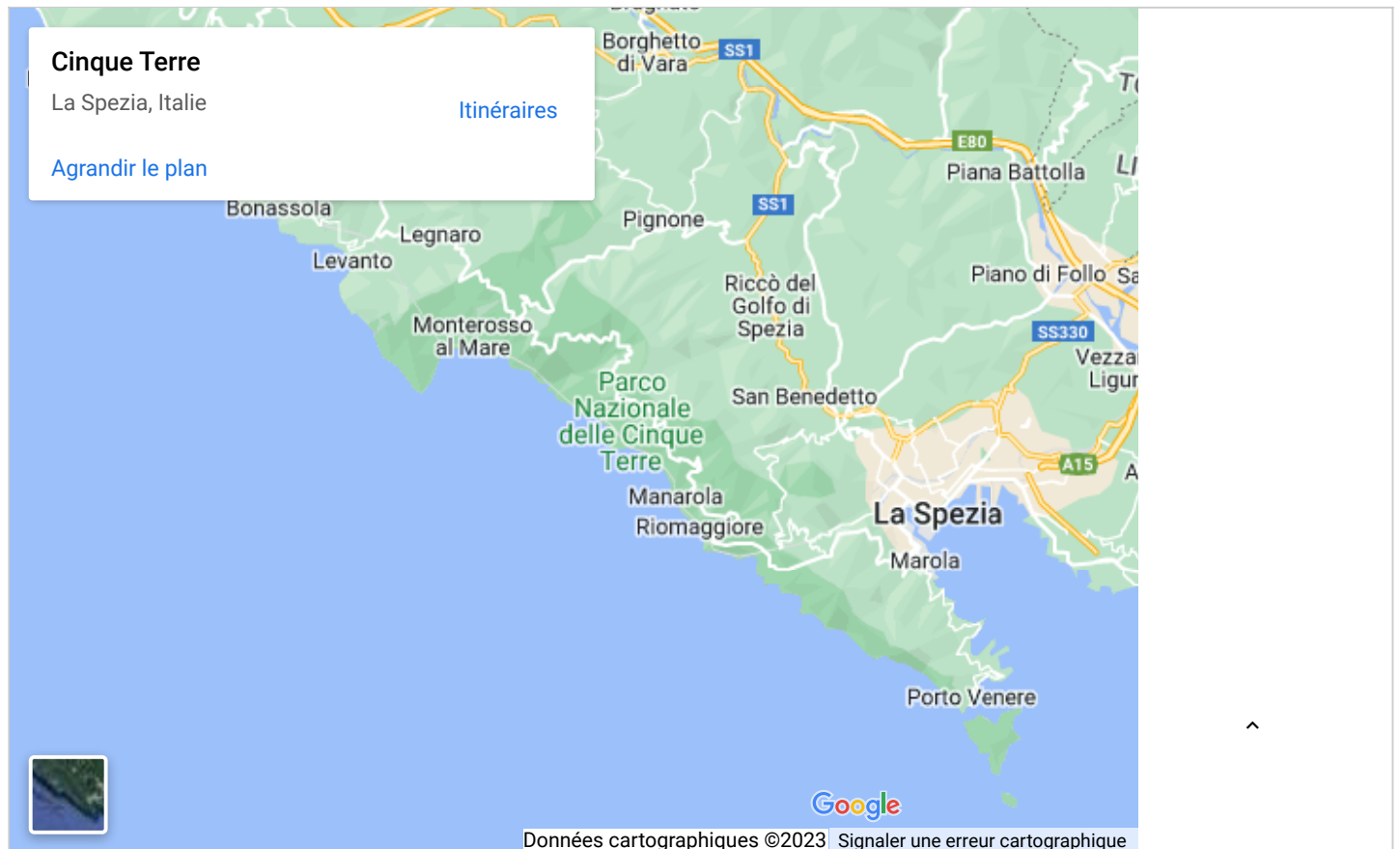
- Les pique-niques de midi.
- Les encas, boissons et dépenses personnelles.
- L'acheminement jusqu'à Levanto.
- L'assurance « annulation / assistance-rapatriement / bagages ».

Option(s)

- Le pack assurance proposé par **Argos** qui comprend les garanties d'annulation, d'assistance-rapatriement et de bagages.
- Le transport aller-retour depuis Nice jusqu'à Levanto (selon la disponibilité de notre minibus)
- La ou les nuit(s) supplémentaire(s) pour arriver la veille et repartir le lendemain du séjour. (sur demande et selon les disponibilités hôtelières)

Condition(s)

Réservation effective à réception du bulletin d'inscription accompagné d'un acompte de 30% (ou du solde à moins de 30 jours du départ).



Cinque Terre et Portofino

