

PN5T WALKING PARK



Visite ed escursioni guidate
GRATUITE per i possessori
di Cinque Terre card

2024

Guided Tours & Excursions
FREE for Cinque Terre card
owners

GIUGNO June

● Visite guidate - Turistico
Guided tours - Tourist

● Trekking - Escursionistico
Trekking - Hiking

● Trekking con degustazione facoltativa in cantina
Trekking with optional tasting in the cellar

● E-bike tour con degustazione facoltativa
E-bike tour with optional tasting

● Eventi speciali
Special events

01

Sabato
Saturday

TOUR DI VERNAZZA E MONTEROSSO
Tra mito e storia - Between myth and history
h 10:00 VERNAZZA
Cinque terre point - Stazione FS Train station

02

Domenica
Sunday

TREKKING CORNIGLIA-VERNAZZA
Alla scoperta della Macchia Mediterranea SVA - Discovering Macchia Mediterranea SVA
h 09:30 CORNIGLIA
Cinque terre point - Stazione FS Train station

03

Lunedì
Monday

TOUR DI RIOMAGGIORE E MANAROLA
Tradizioni secolari, storia e cultura centuries - Old traditions, history and culture
h 10:00 RIOMAGGIORE
Cinque terre point - Stazione FS Train station

05

Mercoledì
Wednesday

*****TREKKING LEVANTO-MESCO-MONTEROSSO**
ONLY ONE EARTH - GIORNATA MONDIALE DELL'AMBIENTE - WORLD ENVIRONMENT DAY
"Camminare sul giurassico"
"Walk on... jurassic"
h 09:30 LEVANTO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

06

Giovedì
Thursday

E-BIKE* TOUR LEVANTO - LEGNARO - MONTEROSSO**
A/R DURATA/DURATION H 3,00 - MAX 07 PAX
LIVELLO/LEVEL: MEDIO/MEDIUM
Pedalando al tramonto nel Parco
Cycling around the Park at sunset
h 17:45 LEVANTO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

07

Venerdì
Friday

TREKKING VERNAZZA - REGGIO
La fioritura dei tigli a Reggio
The flowering of linden trees in Reggio
h 09:30 VERNAZZA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

08

Sabato
Saturday

*****SNORKELING NELL'AREA MARINA PROTETTA**
GIORNATA MONDIALE DEGLI OCEANI
WORLD OCEAN DAY
Alla scoperta dei fondali di Punta Corone - Discovering the Punta Corone seabed - ** max 9 pax**
h 09:00 MONTEROSSO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

09

Domenica
Sunday

TOUR DI VERNAZZA E MONTEROSSO
Tradizioni secolari, storia e cultura - Centuries-old traditions, history and culture
h 10:00 VERNAZZA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

10

Lunedì
Monday

TOUR DI MANAROLA E RIOMAGGIORE
Sulle orme dei pittori - In the footsteps of the painters
h 10:00 MANAROLA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

12

Mercoledì
Wednesday

TREKKING MONTEROSSO - SOVIORE - MONTEROSSO
Luoghi dell'anima Santuario di Soviore
Sanctuary of Soviore
h 09:30 MONTEROSSO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

13

Giovedì
Thursday

TOUR DI CORNIGLIA - TRA ARTE E LEGGENDE - BETWEEN ART AND LEGEND
Il paese nascosto "Corniglia"
The hidden village
h 10:00 CORNIGLIA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

14

Venerdì
Friday

E-BIKE* TOUR LEVANTO - LEGNARO - MONTEROSSO**
A/R DURATA/DURATION H 3,00 - MAX 07 PAX
LIVELLO/LEVEL: MEDIO/MEDIUM
Pedalando al tramonto nel Parco
Cycling around the Park at sunset
h 17:45 LEVANTO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

15

Sabato
Saturday

TOUR DI VERNAZZA E MONTEROSSO
Tour al tramonto-tradizioni secolari, storia e cultura - Sunset tour-centuries - Old traditions, history and culture
h 17:00 VERNAZZA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

16

Domenica
Sunday

TREKKING* A MONTEROSSO - AZ. AGR. BURANCO - MONTEROSSO
I limoni ed i vigneti di Monterosso - Lemons and vineyards of Monterosso
h 09:30 MONTEROSSO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

17

Lunedì
Monday

TOUR AL TRAMONTO "TRA I VIGNETI DELLA FONDAZIONE MANAROLA"
SUNSET TOUR "STROLLING AROUND THE VINEYARDS OF FONDAZIONE MANAROLA"
GIORNATA MONDIALE PER LA LOTTA ALLA DESERTIFICAZIONE E ALLA SICCIÀ - DESERTIFICATION & DROUGHT DAY
Trekking a Manarola nel sito pilota del progetto stonewallsforlife
h 17:00 MANAROLA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

18

Martedì
Tuesday

TOUR DI RIOMAGGIORE E MANAROLA
Tradizioni secolari, storia e cultura
Centuries-old traditions, history and culture
h 10:00 MANAROLA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

20

Giovedì
Thursday

TREKKING* MANAROLA-GROPPA-MANAROLA - VISITA ALLA CANTINA SOCIALE DEL GROPPA/TOUR OF THE CANTINA SOCIALE CELLAR
Dal vigneto alla cantina
From the vineyards to the cellar
h 09:30 MANAROLA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

21

Venerdì
Friday

TOUR DI CORNIGLIA
Tour al tramonto-tradizioni secolari, storia e cultura - Sunset tour-centuries - Old traditions, history and culture
h 17:30 CORNIGLIA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

22

Sabato
Saturday

TREKKING VERNAZZA- REGGIO
Gli alberi monumentali
The monumental trees
Lecci e cipresso - Holm oaks and cypress
h 09:00 VERNAZZA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

23

Domenica
Sunday

TOUR DI VERNAZZA E MONTEROSSO
Tra mito e storia
Between myth and history
h 10:00 VERNAZZA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

24

Lunedì
Monday

TOUR DI RIOMAGGIORE E MONTEROSSO
San Giovanni, Patrono di Riomaggiore e Monterosso
Saint Giovanni, Riomaggiore and Monterosso Patron Saint
h 10:00 RIOMAGGIORE
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

25

Martedì
Tuesday

TREKKING RIOMAGGIORE - MONTENERO
Tour al tramonto - Sunset tour
La fioritura del giglio di San Giovanni - the flowering of the Saint John's lily
h 17:00 RIOMAGGIORE
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

26

Mercoledì
Wednesday

TOUR/TREKKING IN RIOMAGGIORE
Le origini di Riomaggiore - The origins of Riomaggiore
Tra storia e trekking - between history and trekking
h 09:30 RIOMAGGIORE
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

27

Giovedì
Thursday

TOUR DI RIOMAGGIORE E MANAROLA
Tour al tramonto - tradizioni secolari, storia e cultura
Sunset tour - centuries-old traditions, history and culture
h 17:00 RIOMAGGIORE
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

28

Venerdì
Friday

TOUR/TREKKING IN MONTEROSSO
Le origini di Monterosso - The origins of Monterosso
Tra storia e trekking - between history and trekking
h 09:30 MONTEROSSO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

29

Sabato
Saturday

TOUR DI CORNIGLIA
Tour al tramonto - San Pietro patrono di Corniglia -Sunset tour - Saint Pietro, Corniglia Patron Saint
h 17:30 CORNIGLIA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

30

Domenica
Sunday

*****PLOGGING MANAROLA - VOLASTRA - MANAROLA**
I luoghi dell'anima - Santuario di Volastra
Sanctuary of Volastra
h 09:00 MANAROLA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station



Le escursioni guidate hanno un costo di € 10,00 per persona - gratuite per i possessori di cinque terre card.
The tours/excursions cost 10 euro per person - free for owners of cinque terre card.

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

* Degustazione facoltativa a pagamento.
* Optional wine tasting for a fee.

** 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.

** 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.

*** Gratuito, non richiede la card.
*** Free, no card required.

**** Necessari maschera con boccaglio e pinne.
**** Mask with snorkel and fins required.



PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA
RESERVATION MANDATORY
visiteguidate@ati5terre.it
tel. +39 0187 185753