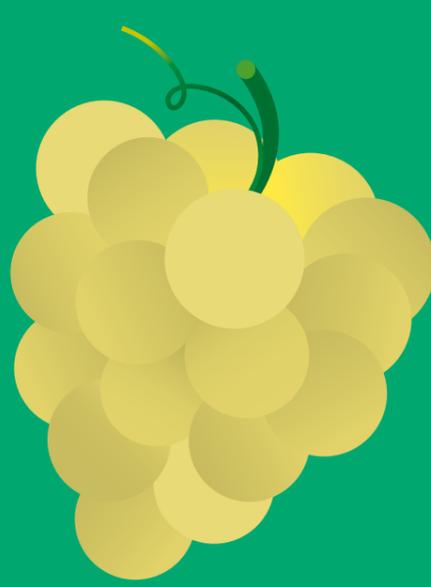


PN5T WALKING PARK



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

2024

Guided Tours & Excursions
FREE for Cinque Terre card
owners

SETTEMBRE September

● Visite guidate - Turistico
Guided tours - Tourist

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

● Trekking - Escursionistico
Trekking - Hiking

● Eventi speciali
Special events

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

01
Domenica
Sunday

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

02
Lunedì
Monday

TREKKING VERNAZZA-REGGIO-VERNAZZA
Gli alberi monumentali - Lecci e cipressi
The monumental trees - Holm oaks and cypress
h 09:30 VERNAZZA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

03
Martedì
Tuesday

TOUR DI CORNIGLIA
Tra arte e leggende - Between art and legend
Tour al tramonto - Il paese nascosto
"Corniglia" | Sunset tour - The hidden village
h 16:30 CORNIGLIA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

05
Giovedì
Thursday

TREKKING CORNIGLIA-VERNAZZA
Alla scoperta della macchia mediterranea (SVA) | Discover macchia mediterranea
h 9:30 CORNIGLIA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

06
Venerdì
Friday

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

07
Sabato
Saturday

TREKKING RIOMEGGIORE-MONTENERO-RIOMAGGIORE
I luoghi dell'anima - Sant. di Montenero
Sanctuary of Montenero
h 09:30 RIOMAGGIORE
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

08
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

09
Lunedì
Monday

TOUR DI RIOMAGGIORE E MANAROLA
Tour al tramonto - Arte, storia e cultura
Sunset tour - Art, history and culture
h 16:30 RIOMAGGIORE
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

10
Martedì
Tuesday

FORAGING - TREKKING
Monterosso-Soviore-Monterosso
h 09:30 MONTEROSSO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

12
Giovedì
Thursday

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

13
Venerdì
Friday

TREKKING* MANAROLA-GROPPO-MANAROLA
Visita alla Cantina Sociale del Groppo
Tour of the Cantina Sociale Cellar
Tour al tramonto - Dal vigneto alla cantina
Sunset tour - From the vineyards to the cellar
h 16:30 MANAROLA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

14
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

15
Domenica
Sunday

FORAGING - TREKKING
Manarola-Volastra-Manarola
h 09:30 MANAROLA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

16
Lunedì
Monday

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

18
Mercoledì
Wednesday

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

19
Giovedì
Thursday

TOUR DI MANAROLA E RIOMAGGIORE
Tour al tramonto - Tradizioni secolari,
storia e cultura | Sunset tour - Centuries
-old traditions, history and culture
h 16:30 MANAROLA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

20
Venerdì
Friday

TREKKING A MANAROLA
NEL SITO PILOTA DEL PROGETTO STONEWALLSFORLIFE
Tra i "Vigneti della Fondazione Manarola"
Strolling around "The Vineyards of
Fondazione Manarola"
h 09:30 MANAROLA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

21
Sabato
Saturday

TOUR DI VERNAZZA E MONTEROSSO
Sagra dell'acciuga salata a Monterosso
Salted anchovy festival in Monterosso
Tour al tramonto - Arte, storia e cultura
Sunset tour - Art, history and culture
h 16:30 VERNAZZA
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

22
Domenica
Sunday

TREKKING* MONTEROSSO-BURANCO-MONTEROSSO
Azienda Agricola Buranco
I limoni ed i vigneti di Monterosso
Lemons and vineyards of Monterosso
h 09:30 MONTEROSSO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

23
Lunedì
Monday

TREKKING* A MONTEROSSO**
Biodiversità costiera nel borgo Montaliano
Focus: geologia e biodiversità
Coastal biodiversity in Monterosso
Focus: geology and biodiversity
h 09:30 MONTEROSSO
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

24
Martedì
Tuesday

TOUR DI RIOMAGGIORE E MANAROLA
Tour al tramonto - Sulle orme dei pittori
Sunset tour - In the footsteps of
the painters
h 16:30 RIOMAGGIORE
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

26
Giovedì
Thursday

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

27
Venerdì
Friday

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

28
Sabato
Saturday

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

29
Domenica
Sunday

*****PLOGGING - TREKKING**
RIOMEGGIORE-MONTENERO-RIOMAGGIORE
I luoghi dell'anima - Sant. di Montenero
Sanctuary of Montenero
h 09:30 RIOMAGGIORE
Cinque Terre Point - Stazione FS Train station

30
Lunedì
Monday

TOUR DI MANAROLA E RIOMAGGIORE
Tour al tramonto - Tradizioni secolari,
storia e cultura | Sunset tour - Centuries
-old traditions, history and culture
h 16:30 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 1857573