



## Cinque Terre

### Die schönsten Wanderungen



Teilnehmerzahl: 16 - 24

Die Cinque Terre sind ein ideales Wandergebiet. So spannende und abwechslungsreiche Wege direkt über dem Meer wie hier findet man nirgendwo sonst. Mal wandert man durch eine üppige subtropische Vegetation mit Feigenkakteen und Zitronenpflanzungen, dann wieder über karge Felshänge oder durch Weinberge und Olivenhaine. Die alten Maultierpfade an der Steilküste führen zu intakt erhaltenen Dörfern, in denen kein Neubau die Idylle stört. Ständig wechselt das Landschaftsbild. Zu Recht ist die Gegend inzwischen weltberühmt. Das hat allerdings seine Schattenseiten: Zeitweise sind die Dörfer und die beliebtesten Wege gnadenlos überlaufen. Die meisten unserer Cinque-Terre-Reisen finden deshalb am Beginn und am Ende der Saison statt, wenn es etwas ruhiger zugeht. Und neben den bekannten Touren wandern wir auch auf versteckten Wegen, auf denen kaum andere Wanderer unterwegs sind.

Speziell für Avanti ausgearbeitet hat Dr. Christoph Hennig diese Tour in die Cinque Terre. Er hat zahlreiche Reisebücher über Italien verfasst, seine Reiseberichte und Essays erscheinen u. a. in Geo-Saison, Merian, Zeit und FAZ. Er ist auch Autor des Reiseführer-Klassikers über die Cinque Terre, der fast jedes Jahr aufs Neue in Wolfgang Abels Oase-Verlag aufgelegt wird und der als »Bester Italien-Reiseführer« ausgezeichnet wurde. Ein Exemplar dieses Reiseführers ist übrigens im Reisepreis inbegriffen. Neben dieser Cinque-Terre-Tour hat Italienspezialist Christoph Hennig für unser Reiseprogramm auch die Avanti-Wanderreisen in die Abruzzen, ins Burgund, die südliche Toskana und an die Amalfi-Küste ausgearbeitet.

#### Gästezitate

»Liebes Avanti-Team, ich möchte mich bei euch bedanken für diese rundum tolle Woche in Cinqueterre - ich fühle mich wie runderneuert! Gut, für das tolle Wetter seid ihr nicht zuständig... aber für die perfekte Organisation, die tolle

**18.09. - 24.09.2022**

7 Reisetage (So - Sa)

Pro Person im Doppelzimmer (inkl. HP)	<b>1.090 €</b>
nach dem 26.06.2022	1.190 €
Einzelzimmer (inkl. HP)	<b>1.240 €</b>
nach dem 26.06.2022	1.340 €

#### HÖHEPUNKTE

- » Die Traumküste Norditaliens
- » Die schönsten Wanderungen
- » Schifffahrt entlang der Cinque-Terre-Küste  
(bei günstigen Wetterverhältnissen)
- » Standortreise, kein Hotelwechsel

Unterkunft mit phantastischem Essen und die Ausarbeitung des Wanderprogrammes muss ich euch ein Kompliment machen. Mehr Cinque Terre in einer Woche geht nicht - und das auf so entspannte Art und Weise (ich spreche da sicher im Namen der ganzen Gruppe, die aus sehr aufgeschlossenen, kontaktfreudigen und flexiblen Menschen bestand). Ich arbeite wirklich sehr gerne für euch und mit euch - aber in Urlaub fahre ich fast noch lieber mit den roten Bussen :-))) Liebe Grüße, Judith« (Anmerkung: Judith Neumann ist Avanti-Reiseleiterin für Heimatkunde-Reisen)

»Hallo Avanti-Team, letzte Woche haben meine Frau und ich eine sehr schöne Wanderwoche in Italien erleben dürfen. Die Busreise in die Cinque Terre mit Herrn Michael Rudolf. Es ist so toll organisiert, dass man es nur bestätigen kann. Angefangen von der angenehmen Busfahrt mit den guten, geräumigen Sesseln, frischem Kaffee – dem komfortablen Hotel in Levanto – den sehr gut geführten Wanderungen des Herrn Rudolf (nicht zu vergessen: das Picknick, welches schon für die Augen pure Verführung darstellte) – dann abends als kleiner Höhepunkt des Tages ein gut gewähltes Lokal mit einem Menue, welches uns jeden Tag auf's Neue überraschte. Der krönende Abschluß war die Bootsfahrt mit der Fähre zurück nach Levanto, wobei man alles nochmal sehen konnte : an Bergen, die schönen Orte, welche man besuchen durfte und natürlich auch die steilen Aufstiege, welche einem einiges an Kondition forderte. Es wird sicher nicht die letzte Reise mit AVANTI sein. Mit freundlichem Gruß Petra und Adalbert F.«

»Wohlbehalten bin ich von meiner Reise in die Cinque Terre - unbekannte Wanderwege zurück gekehrt. Die Organisation war super, ich habe es genossen, nicht agieren zu müssen. Der Bus war komfortabel, Herr Rudolf mit seiner ruhigen, sich zurücknehmenden und doch bestimmten Art ein Glücksfall! Das Hotel war gut, das Bett zwar etwas hart, aber die Gewohnheiten sind ja bekanntlich verschieden. Die Wanderungen alle machbar, die Wanderwege gottseidank nicht stark begangen, der Zeitpunkt Anfang Mai ideal. Nur die unbekannteren Wanderwege sind für mich interessant! Fazit: Ich werde wieder mit Avanti reisen! Vielen Dank für die schöne Woche, Ihnen eine gute Zeit! Mit freundlichen Grüßen, Brunhilde H.«

### **Hinweis zur Fahrt**

Sie reisen hin und zurück im gleichen Fahrzeug wie unsere Gäste nach Elba oder in die Toskana. Vor Ort sind wir zu Fuß, Zug und Schiff unterwegs und brauchen keinen Bus.

### **LEISTUNGEN**

- » Fahrt im 5-Sterne-Fernreisebus
- » 6x Übernachtung mit Halbpension
- » Unterbringung in einem 3-Sterne-Hotel (Landeskategorie), Doppel- oder Einzelzimmer mit Bad oder Dusche/WC
- » Geführte Wanderungen
- » Alle Zug- bzw. Schiffsfahrten sowie Eintrittskosten für die Cinque Terre
- » Reiseführer »Cinque Terre« von Christoph Hennig
- » Vorgesehene Reisebegleitung: Michael Rudolf

### **REISEVERLAUF**

#### **1. Tag | Anreise**

Morgens um 6:00 Uhr ist Abfahrt in Freiburg am Konzerthaus. Auf bekannter Strecke geht es durch die Schweiz nach Italien. In der Cinque Terre treffen wir je nach Verkehrsaufkommen gegen 15 Uhr ein. Wir wohnen in Levanto. Vor dem Abendessen bleibt noch Zeit, sich die Beine zu vertreten und vielleicht einen Apéritif im Städtchen einzunehmen.

## **2. Tag | Aussichtsreiche Wanderung nach Monterosso**

Die erste Tour führt nach einem Stadtbummel in Levanto zur Punta Mesco, wo wir eine herrliche Aussicht über die gesamte Cinque Terre genießen. Wir steigen ab nach Monterosso, den größten Cinque-Terre-Ort. Reine Gehzeit Levanto – Monterosso 2,5 Stunden. Wer am Nachmittag dann noch nicht genug hat, könnte auf gleichem Wege zurückwandern, anstatt den Zug nach Levanto zu nehmen.

## **3. Tag | Die »klassische« Cinque-Terre-Tour**

Von Monterosso über Vernazza bis Riomaggiore führt eine der bekanntesten und reizvollsten Wanderstrecken Italiens. Man kommt dabei durch jedes der fünf Cinque-Terre-Dörfer. Unterwegs ist genug Zeit für ausgiebige Pausen in jedem Ort. Die Abschnitte zwischen Corniglia und Manarola sowie zwischen Manarola und Riomaggiore sind allerdings wegen Erdbeben und Steinschlaggefahr gesperrt. Wir werden für diese Strecken auf den Zug umsteigen. Insgesamt wandern wir 2-3 Stunden, man kann problemlos abkürzen. Für die gesperrten Streckenabschnitte gibt es relativ aufwändige Alternativstrecken, die sie individuell erwandern können. Gerne informieren wir Sie vor Ort über die Möglichkeiten.

## **4. Tag | Tag zur freien Verfügung**

Der heutige Ruhetag bietet viele Möglichkeiten: Man kann den Wochenmarkt in Levanto besuchen, sich einfach von Café zu Café treiben lassen, am Strand in der Sonne liegen, mit der Bahn nach Genua, Sestri Levante oder La Spezia fahren...

## **5. Tag | Abseits der ausgetretenen Pfade**

Wir starten in Deiva Marina, einem kleinen Örtchen nördlich von Levanto. Es geht durch einen Steineichenwald mit schönen Ausblicken über Strand und Meer hinauf. Die Mühen dieses ersten Anstiegs werden belohnt, denn nachdem wir die Höhe erreicht haben, geht es federnden Schrittes durch einen Pinienwald zum Flecken Costa, der zu Framura gehört. Von dort steigen wir hinab nach Setta. Nach einer Pause mit typischem Avanti-Picknick geht's weiter Richtung Bonassola. Wer sich die Mühen eines weiteren Anstieges ersparen möchte, fährt mit der Bahn zurück oder geht auf der zu einem Fuß- und Radweg umgebauten alten Eisenbahntrasse ganz bequem nach Bonassola. Wer aber weiter wandern möchte, geht an einer Steilküste entlang, durchquert einen weiteren Steineichenwald und hat tolle Aussichten aufs Meer sowie vor dem letzten Abstieg auf Bonassola mit seinem schönen Sandstrand. Nun ist es nur noch ein kurzer Spaziergang zurück nach Levanto. Gehzeit gesamt 5 Stunden, wer abkürzt und mit dem Zug zurückfährt, hat 3 Stunden Wanderzeit.

## **6. Tag | Wanderung zum »Hafen der Venus« und mit dem Schiff zurück**

Der abschließende Höhepunkt unserer Reise ist eine lange Wanderung von Riomaggiore nach Portovenere. Der »Hafen der Venus« bietet ein kompaktes Ortsbild. Das Dorf wird von einem Kastell überragt und auf einer felsigen Halbinsel steht die von syrischen Mönchen errichtete Kirche San Pietro. Gehzeit 4,5 Stunden. Auf der Rückfahrt mit dem Schiff (nur bei günstigen Wetterverhältnissen) sehen wir noch einmal die gesamte Cinque-Terre-Küste, diesmal vom Meer aus.

## **7. Tag | Rückreise**

Gegen Mittag fahren wir zurück nach Freiburg. Ankunft bei normalen

Verkehrsverhältnissen gegen 22:00 Uhr.

### **Schwierigkeitsgrad der Wanderungen**

Die Touren führen häufig über steinige und schmale Wege, die Anstiege belaufen sich meist zwar nur auf 200–300 Höhenmeter, sind aber gelegentlich steil. Längere Abstiege führen über Treppenwege. Am letzten Tag geht es 600 Höhenmeter bergauf. Die tägliche Wanderzeit beträgt drei bis viereinhalb Stunden. Die meisten Wanderungen können abgekürzt werden. Änderungen im Wanderprogramm behalten wir uns vor.

### **UNTERKUNFT**

Unser Standort für die Woche in Ligurien ist Levanto, ein lebendiges Städtchen wenige Kilometer von den Cinque-Terre-Orten entfernt. Levanto hat alles, was man sich von einer italienischen Kleinstadt erwartet, ist aber nicht so überlaufen: nette Bars, gute Eisdielen und Trattorien, ansprechende Geschäfte, dazu einen breiten Sandstrand (im Oktober kann man hier noch gut baden) und eine landschaftlich schöne Umgebung. Unser Hotel ist das Hotel Palace, ein freundliches, kleineres 3-Sterne-Hotel (Landeskategorie) mit oft gelobter Küche. Die Zimmer in unserem Hotel verfügen alle über Bad oder Dusche und WC, sind allerdings teilweise recht klein, speziell die Einzelzimmer.

### **ZUSTIEGE**

Freiburg, Konzerthaus	06:00 Uhr
Freiburg Bissierstraße Park & Ride Platz	06:10 Uhr
Alter Zoll Neuenburg Autobahnausfahrt Müllheim/Neuenburg	06:38 Uhr
Basel Badischer Bahnhof gegenüberliegende Seite	07:00 Uhr

Weitere Abfahrtsorte auf Anfrage.

Es besteht ein Absagevorbehalt bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl bis zum 21. Tag vor Reisebeginn.

Es gilt Stornostaffel A

## TERMINE & PREISE

### 17.04. - 23.04.2022

Pro Person im Doppelzimmer (inkl. HP)	1.090 €
nach dem 22.01.2022	1.190 €
Einzelzimmer (inkl. HP)	1.240 €
nach dem 22.01.2022	1.340 €

### 01.05. - 07.05.2022

Pro Person im Doppelzimmer (inkl. HP)	1.090 €
nach dem 05.02.2022	1.190 €
Einzelzimmer (inkl. HP)	1.240 €
nach dem 05.02.2022	1.340 €

### 14.05. - 20.05.2022

Pro Person im Doppelzimmer (inkl. HP)	1.090 €
nach dem 18.02.2022	1.190 €
Einzelzimmer (inkl. HP)	1.240 €
nach dem 18.02.2022	1.340 €

### 18.09. - 24.09.2022

Pro Person im Doppelzimmer (inkl. HP)	1.090 €
nach dem 26.06.2022	1.190 €
Einzelzimmer (inkl. HP)	1.240 €
nach dem 26.06.2022	1.340 €



Bildrechte: istock,