

Rejsebekrivelse:

Ligurien: Vandring ved Middelhavskysten ved Cinque Terre

Forår og sensommer/efterår ved Cinque Terre i Ligurien - det lyder magisk - og det er magisk! Gjøa Travel har både en forårs- og en sensommer/efterårsrejse ved Cinque Terre, hvor vi skal bo i den **smukke kystby Levanto**.

Vores base er en hyggelig jugend-stil villa kaldet "**Villa Magherita**", som ligger få minutters gang fra både det historiske centrum og stranden. Villaen er indrettet til B&B af en lokal familie, som selv har forestået restaureringen af huset. En dejlig have med palmer omkranser huset, som er et perfekt udgangspunkt for vores vandreture langs **kyststrækningen med de 5 byer** – også kendt som "**Cinque Terre**".

Rejsen indeholder **de bedste vandreture ved Cinque Terre**, hvor freden hersker hhv. om foråret og efteråret i det verdensberømte område. Temperaturerne kan falde til 7-8 grader om natten, men om dagen oplever man ofte den perfekte vandretemperatur på knap 20 grader. Har du lyst at opleve det fantastiske landskab ved Cinque Terre uden at stå i kø langs stierne, så er muligheden her.

Vandreferien til Cinque Terre, bliver en skøn blanding af fysisk aktiv ferie med **fabelagtige udsigter over Middelhavet**, og hyggelige stunder i de små kystbyer.

Dag 1. Ankomst til Italien og transfer til Levanto

Velkommen til Levanto

Vi lander i Milano om formiddagen, og kører straks sydpå over Po Sletten, for sidenhen at krydse Appennini Liguri bjergene, som omkranser Ligurien og Genoa Bugten. Undervejs holder vi en pause inden vi fortsætter gennem dalene mod kysten, og de sidste kilometer ad landevejen, som fører helt ned til havet - "Riviera Di Levante", hvor kystbyen Levanto ligger. Vi bliver modtaget af vores vært, og bliver indlogeret på dette skønne sted, som skal være vores base den næste uges tid. Herefter går vi en tur ud i byen og får et kig ud over vandet og frisk havluft i næsen – rejsen er for alvor begyndt!

-/-/-

Dag 2. Rundtur fra Levanto igennem Montaretto og Bonassola.

Rundtur til Montaretto og Bonassola, og Vandring ad en gammel romersk vej.

Dagens vandretur går op til en lille landsby, gemt i bjergene bag Levanto. Efter de første stejle trappetrin igennem et lille villakvarter, når vi frem til et flot udsigtspunkt over bugten. Der er dejligt

fredeligt heroppe, og vi holder en kort pause inden vi følger stien videre langs kysten, og smukke udsigter over havet ad libitum.

Stien fører til landsbyen Scernio, og længere fremme får vi udsigt til Bonassola og kyststrækningen nordvest for Levanto. Oppe i de grønne kystbjerge, som flankerer det blå hav kan vi skimte dagens højeste mål - landsbyen Montaretto (300 moh). Via en gammel bro går vi over Torrente Rossola (lille vandløb). Det løber ned fra det bjerg, som vi skal vandre til senere på turen og har derfor samme navn.

Arkæologer har verificeret at denne rute hører til en gammel romersk vej, som fulgte Liguriens kyst til den meget vigtigere og større vej "Via Aurelia", som kørte længere op i bjergene og tættere på den bjergryg, der løber hele vejen mod Frankrig.

Den næste strækning går op ad, og vi går til den kønne kirke San Giorgio. Ved det klassiske torv foran kirken, er det oplagt at holde en pause og nyde freden og omgivelserne. Stien herfra og op til Montaretto, begynder ved en lille bæk, som i gamle dage drev en vandmølle.

Vi vandrer op til Montaretto, som er en karakteristisk lille ligurisk landsby, og følger den smalle gade forbi gamle vel vedligeholdte huse. Det er altid dejligt at mærke stemningen i de små historiske landsbyer, som ligger skjulte i bjergenes folder. På en lille frokostrestaurant nyder vi en let anretning hos Michele og hans familie, og hygger os i den specielle stemning, som årets sidste dag altid skaber hos lokale folk.

Efter frokosten går vi ned og fanger en sti gennem skovene og videre langs kysten. Lige i starten er Middelhavs vegetationen lidt tæt, men snart vandrer vi med de smukkeste udsigter i retning af Genova. Ruten fører os forbi en af områdets smukkeste udsigtspunkter - Il salto della lepre ("Harens spring"). Herfra er der en fantastisk udsigt mod både øst og vest, og her holder vi en lille eftermiddags pause. Vores næste mål er Bonassola, den lille kystby vi kunne se oppefra tidligere på dagen, og som

nu ligger foran os i sin turkise bugt. Vi slentrer ad kystpromenaden og får en kop kaffe inden vi går videre og tilbage til Levanto.

Efter flere oversvømmelser i området, besluttede man at flytte jernbanen længere væk fra kysten. De gamle tunneler og de panoramiske strækninger mellem dem er nu udlagt som vandre- og cykelsti. Vi følger denne nemme og spændende rute tilbage til Villa Margherita

M/-/-

Dag 3. Fra Levanto til Monterosso over Punta Mesco

Vandretur fra Levanto til Monterosso over Punta Mesco og forbi ruinerne af det middelalderlige Sant'Antonio Kloster

Vores vandredag starter i Levanto, hvor vi går igennem den gamle bydel. Mens vi slentrer igennem byen fortæller Gianni om dens historie, samt historierne bag nogle af de vigtigste bygninger vi passerer undervejs.

På den anden side af bugten, begynder stien som fører fra Levantos gamle befæstede borg østpå i retning af Monterosso. Efter den første stigning flader den gamle muldyrsti ud, og herfra vil vi nyde panoramaet over Levanto bugten og de omkringliggende bjerge. Stien fortsætter igennem stenege skovene, jordbærtræer og Middelhavs vegetation.

Undervejs åbner vegetationen sig og ruten yder fantastiske udsigter over den vilde kyststrækning med høje og lodrette klipper, som adskiller de to små kystbyer. Langs ruten bliver udsigten smukkere og smukkere indtil vi når frem til dagens højeste punkt: Sant'Antonio ved Punta Mesco. Her findes ruinerne af det gamle eremitter kloster med kirke. Stedet havde udover det religiøse formål også en vigtig strategisk funktion i Middelalderen, for her fra spidsen kunne man advare befolkningen når fjendens skibe nærmede sig kysten.

Vi holder selvfølgelig en god pause heroppe, for udsigten rummer hele Cinque Terre kyststrækningen, og man kan erkende de smukke byer Monterosso, Vernazza, Corniglia og skimte Manarola i distancen. Riomaggiore gemmer sig i sin lille bugt og er næsten usynlig.

Turen fortsætter til kystpromenaden i Monterosso, og nede i selve Monterosso vil der være mulighed for at spise frokost. Om det bliver en dejlig fiskeret eller Spaghetti ai Frutti di Mare, et Focaccia brød (typisk for Liguria) eller noget andet, vælger man selv. Efter frokost mødes vi igen, og man har nu 2 muligheder: 1) Har man lyst at vende tilbage til Levanto, så er der kun 5 minutter med toget. 2) Har man lyst at vandre videre til den næste lille landsby Vernazza, kan man følges med Gianni og vandre videre op ad de stejle trappetrin, som fra Monterosso fører op igennem vinterrasser, olivenlunde og frem til stenege skove. Stien langs kysten fortsætter igennem spektakulære naturlandskaber med virkelig flotte udsigter.

I udkanten af Vernazza passerer vi nogle vinterrasser, som ligger ideelt placeret i forhold til sol og højden. Nogle af dem dyrkes af vores venner, Lise og Bartolo fra "Cheo vinhuset", som vi vil besøge en af dagene. Ud på eftermiddagen er det tid til en velfortjent pause ved en cafe i Vernazza, inden vi tager toget tilbage til Levanto.

M/-/-

Dag 4. Rundtur fra Santa Margherita Ligure igennem Portofino og dens skønne Natur Park

Med udgangspunkt i Santa Margherita Ligure går vi en flot rundtur i Parco Regionale di Portofino

Vi kører lidt længere væk i dag, fordi vores mål er nogle af de smukkeste kystbyer vest for Cinque Terre - Santa Margherita Ligure og Portofino.

Vi skal også på opdagelse i Portofinos Natur Park, som beskytter arealerne omkring selve bjerget, men også den betagende kyststrækning. Det tager mellem 45 og 60 minutter, at nå Santa Margherita Ligure fra Levanto. Fra stationen går vi ned til kystpromenaden, som vi følger forbi fiskebådene, fiskemarkedet, og lystbådshavnen, og videre langs kysten helt til Portofino.

De første kilometer vandrer vi tæt ved vandet, og derefter ad en lille skovsti, som vi fanger ved den lille bugt Paraggi. Portofino er en lille perle, og her har vi mulighed for at snuse lidt rundt, samt at opvandre til den flotte kirke, der er beliggende lidt højere oppe, hvorfra der er udsigt over de pastelfarvede huse og det turkise vand. Fra Portofino vandrer vi op ad den smalle vej til San Sebastianos kirke. Områdets flotte villaer ligger gemte bag deres pragtfulde olivenlunde og cypresser.

Stien fortsætter højt oppe over kysten, og udsigterne viser en kyststrækning, som er total fredet og fri for anlæg og bygninger. Nogle af kystlandskaberne minder fuldstændigt om flere steder på Korsika, som kan anes mod vest i meget klar sigt. Vores rute vil på et tidspunkt vende ryggen til kysten, og føre os længere ind i Portofinos Natur Park, hvor vegetationen skifter fra strandfyr og jordbærtræer til ege,

stenege osv. Via skovene når vi tilbage til Santa Margherita Ligure, hvorfra vi tager toget tilbage til Levanto.

M/-/-

Dag 5. Til toppen af Rossola (570 moh)

Vandring til Levantos panoramiske bjergtop Rossola (570 moh)

I dag vandrer vi til toppen af Levantos top - Rossola. Vandreturen er ikke lang og bjerget er ikke specielt højt, men turen er smuk og spændende, og toppen byder på en fantastisk udsigt over kysten og hele området.

Fra vores villa vandrer vi op ad mod bjerget, som ligger lige i Levantos bagland. Herfra har man taget de røde sten (som ikke er et marmorart), som man finder anvendt mange steder i bygningerne i Levanto. Stien er ikke meget benyttet, og man møder sjældent andre vandrere heroppe. Udsigtens kvalitet stiger med højden, og der er en flot farvekontrast mellem havets blå nuancer, den grønne Middelhavsvegetation og klipperne og stenene på bjerget.

På toppen af Rossola har man rejst et kors, og heroppe holder vi en god pause for at nyde den smukkeste udsigt over horisonten. Turen tilbage til Levanto fører os via passet Passo del Colletto (460 moh) til den fine lille bjerglandsby Lavaggirosso (281 moh). Vi stopper i Lavaggirosso og slentrer igennem den pittoreske landsby. Vejen tilbage til Levanto går vi ad en meget lidt trafikeret, og fredelig landevej. En fin lille toptur med fremragende udsigter, og muligheden for at nyde godt af Liguriens dejlige havluft.

M/-/-

Dag 6. Vandring fra Manarola til Vernazza igennem Volastra og Corniglia

Vandring ad Cinque Terres landsbys perlerække: Manarola, Volastra, Corniglia og Vernazza. Vinbesøg- og smagning i Vernazza

Fra vores hyggelige Villa er der en sti, som fører direkte til stationen i Levanto på kun 10 min. Herfra tager vi toget til Manarola, og besøger dagens første kystlandsby. Vi holder en pause i Manarola inden

vi vandrer igennem den lille kystby, og op i de bagved liggende bjerge. Vi fanger en sti, hvor de gamle brosten stadigvæk ligger velbevarede. Stien går op til Volastra igennem olivenlunde.

Volastra ligger i cirka 330 meters højde, og er ret interessant at besøge af bla. arkitektoniske årsager. Dels pga den smalle "hovedgade", som kører rundt næsten som en snegl, og dels pga den smukke kirke. Efter et stop i Volastra går vi videre mod Corniglia, hvorfra det bliver en lettelse at vandre langs en længere strækning, hvor stien forholder sig mere eller mindre i samme højde.

Lige i udkanten af Volastra går vi forbi nogle af Cinque Terres mest imponerende vinterrasser, hvor høje stenmure er rejst for at skabe plads til vinstokkene. Her er stadig en del vinbønder, der dyrker deres vinplanter med den "Lave Pergola" metode. Man kan nemt forestille sig, hvor hårdt og svært det er (og har været i århundreder), at kravle under de lave planter for at fjerne ukrudt, beskære, klippe og høste druerne. De flotte stenmure, som pynter landskabet ved Cinque Terres stejle og dyrkede skråninger, er årsagen til at dette stærkt særprægede område blev anerkendt som UNESCO Verdensarv tilbage i 1997.

Snart nærmer vi os den næste lille landsby - Corniglia. Vi går frem til det lille torv, hvorfra udsigten åbner sig over havet. Corniglia er nemlig den eneste af de fem landsbyer ved Cinque Terre, som ikke ligger helt nede ved vandet. Vi vælger et sted til frokost og hygger os lidt i landsbyen, inden vi vandrer dagens sidste strækning fra Corniglia til Vernazza. I denne lille perle ved kysten bor vores venner Lise og Bartolo. Lise er fra Danmark og har tilbragt rigtig mange år ved Cinque Terre, hvor hun sammen med sin mand Bartolo (de er begge agronomer) har dyrket vinterrasserne og produceret en af områdets mest anerkendte vine. Nogle af de smukke vinterrasser man kan se omkring Vernazza, hører til deres lille men kvalitetsorienterede vingård.

I Vernazza har Lise og Bartolo indrettet et dejligt sted til Vinsmagninger, og her vil vi smage på deres produktion. En berigende oplevelse som, man roligt kan glæde sig til. Fra Vernazza vender vi tilbage til Levanto med toget senere på eftermiddagen.

M/-/-

Dag 7. Vandretur fra Campiglia til Riomaggiore

Fra Campiglia til Riomaggiore igennem Lemmens vinmarker: en skøn finale på vores Cinque Terre vandreferie

Vi kører i godt en time i bus fra Levanto til landsbyen Campiglia (405 moh), som befinder sig langs det brede næs, som adskiller La Spezias store havnebugt fra Cinque Terres kyststrækning. Vores vandretur herfra følger næssets skovdækkede ryg. Flere steder kan vi se havet på begge sider af vores rute, som snor sig mellem kastanjetræer, strandfyr, sten- og korkege.

Vi når det lille kapel Sant'Antonio (509 moh). Et oplagt sted til en pause, hvor vi kan fylde vandflaskerne inden vi går videre igennem skovene til Colle del Telegrafo (Telegrafbakken 516 moh). Her fanger vi en af Cinque Terres mest panoramiske ruter, som fører til en bebyggelse kaldet Lemmen. Her har mange små historiske stenhuse været dækket af krat, tornebuske og tæt vegetation i mange årtier. Men nu har en entrepreneur investeret i stedet, og de gamle stenhytter er blevet nænsomt restaureret, vinstokke genplantet, stenmurene genrejst så de kan holde på de smukke dyrkede

terrasser. Det er nu blevet til en super flot rute gennem vinmarker ledsaget af fantastiske udsigter undervejs. Vi holder en pause i Lemmen ved den lille kirke og nyder omgivelserne.

Vi vandrer så videre mod den flot placerede kirke Santuario di Nostra Signora di Montenero, som hører til Cinque Terres kystlandsby Riomaggiore. Udsigten fra kirken rummer hele kysten til Punta Mesco, og næsset som adskiller denne strækning fra Levanto. En gammel pilgrimsrute går fra kirken ned til Riomaggiore, og den følger vi forbi olivenlunde og vinterrasser. Der vil være tid i Riomaggiore til at besøge den lille havn, hvor de lokale fiskere har deres små træbåde, og nyde en eftermiddags kaffe inden vi tager toget tilbage til Levanto, for at fejre vores sidste aften ved Cinque Terre.

M/-/-

Dag 8. Afrejse

Vi tager afsked med Levanto

Så er det tid til, at tage afsked med Levanto ved Cinque Terre i Ligurien, hvor vi har tilbragt en dejlig uge, med kvalitets vandreture i benene, og super flotte landskabs indtryk på nethinden.

M/-/-

Vigtig information om denne rejse

Rejsens varighed:

8 dage - 7 nætter

Rejsens sværhedsgrad:

2-3

Inkluderet i rejsens pris:

- Aktiv grupperejse med dansktalende Gjøa turleder
- Flyrejse København - Milano t/r
- Alle lokale bustransfers på rejsen
- Togture som anført i rejseprogrammet
- Alle overnatninger
- Inkluderede måltider som anført i rejseprogrammet
- Vinsmagning hos Cheo ved Vernazza
- Bidrag til Rejsegarantifonden
- Opholdsskat ved Cinque Terre

IKKE inkluderet i rejsens pris:

- Evt. afbestillingsforsikring og/eller rejseforsikring
- Ikke inkluderede måltider, som anført i rejseprogrammet
- Evt. tillæg for enkeltværelse på DKK 2100,-
- Drikkevarer

Overnatninger på rejsen:

Vi bor på en typisk ligursk jugend-stil herrskabs villa indrettet til B&B og derfor varier værelserne i størrelsen. Den hyggelige villa-bygning ligger omringet af en flot have og der er kort både til centrum af Levanto og til stranden. Alle værelser har eget bad og toilet.

Flyrejsen og lokal transport på destinationen:

Vi flyver med SAS fra København til Milano t/r. Du er velkommen til, at kontakte os for at få oplyst flytiderne. På destinationen har vi hyret et lokalt transportfirma til at forestå bus transfers. Vi kører i toget de fleste dage med en enkelt bustransfer på dag 7.

Måltider på rejsen:

Inkluderede måltider i rejsens pris er noteret på hver enkelt dag i rejseprogrammet med M (morgenmad), F (frokost) og A (aftensmad). Hvis et måltid ikke er inkluderet markeres det med –

Område, klima og terræn:

Forår (april) og sensommer/efterår (oktober):

Foråret er skønt ved Cinque Terre. Temperaturen i marts og april vil typisk være mellem 10-18 grader, og højere når forårssolen for alvor varmer. I sensommeren/efteråret i oktober vil temperaturen typisk være mellem 12-18 grader, ofte varmere i solen. Altså ideelle vandreforhold. Man kan ofte vandre med lettere tøj om dagen og i solskin, men temperaturen falder om eftermiddagen og aftenen. Det anbefales derfor, at have varmt tøj med, som ex. anvendes når man venter på toget ved stationerne om morgenen og om aftenen.

Sommer (august):

Sommeren ved Cinque Terre er også skøn. Sommerstemningen hersker med masser af liv i byerne og glade vandrere på stierne. Efter dagens vandreture lokker havet med en forfriskende dukkert, hvor

vandtemperaturen er omkring 25 grader. Sommertemperaturen i august vil typisk være mellem 23 -29 grader om dagen, og 17 - 19 grader om natten.

Stierne ved Cinque Terre er de gamle ruter, som benyttes for at nå olivenlundene, vinterrasser osv. De gamle stentrin er slidte af tidens tand og regnen eroderer ubarmhjertigt terrænet. Vandrestave er en god hjælp til, at tackle turene ned ad og sikre en god balance.

Lokal valuta & kreditkort:

Du kan bruge gængse kreditkort langt de fleste steder, men det er altid en god idé at medbringe lidt Euro i kontanter.

Wifi og mobildækning på overnatningsstederne:

Der er generelt god mobildækning og nem adgang til Wifi.