CINQUE TERRE-

Wandererlebnis in Ligurien

KRAULAND
individuell wandern



ITALIEN

„Meeresblick und Seeteufel“

GUIDE

Erlebniswandern in Cinque Terre

Ligurien gilt als der grünste Landstrich Italiens – von der Luft aus gesehen wirkt er wie ein einziger grüner Fleck. Das günstige Klima in dieser vor kalten Nordwinden geschützten Gegend bietet ideale Voraussetzung für eine übermütig wachsende Vegetation. Der mit Abstand schönste Flecken dieses Landstriches liegt in der Provinz **La Spezia**: Die **Cinque Terre.** Hier bietet uns die Natur im Wechsel von felsigen Küstenstreifen und reichhaltiger Flora ein unvergessliches Schauspiel. Ligurien die drittkleinste Region Italiens bietet uns landschaftliche Kontraste die ihresgleichen sucht – schattiger Buchenwald, Berggipfel, deren Felswände mehr als 100 Meter in die Tiefe stürzen, Macchiavegetation und satte grüne Almwiesen. Und alles umrahmt von den erfrischenden Wellen der italienischen Riviera. Mehr als zwei Drittel der Wanderungen enden mit einem Ausblick auf das Mittelmeer. Dieser Landstrich steht daher nicht zu Unrecht unter Naturschutz und die Bevölkerung versucht alles, dieses unvergleichliche Juwel zu erhalten. Die **Ligurier** haben sich bis heute ihre Eigenheiten bewahrt und sind trotzdem weltoffen und den Besuchern gegenüber freundlich gestimmt.

Auf einen Blick

Die **Eisenbahn** das wichtigste Verkehrsmittel in der **Cinque Terre,** sie wird auch von uns für die Wanderungen genutzt. So entgehen wir dem Verkehr und können schon während der Anreise die Landschaften in einem nostalgischen Ambiente genießen. Am Beginn der Wanderungen begleitet uns die wilde und zerklüftete Küstenlandschaft, die uns immer wieder innehalten lässt und uns die gewaltige Kraft des Meeres vor Augen führt. Ein ganz außergewöhnlicher Platz an dieser Küste ist das Dorf **Vernazza**. Es thront auf einem Felsen weit oberhalb der Brandung. Von diesem Ort aus haben wir einen Blick fast über die ganze Küste der **Cinque Terre**. Um noch mehr vom Land zu erfahren, wenden wir uns auch dem Hinterland zu und besteigen den **Monte Nero**, der uns den Blick freigibt auf die ligurische Landschaft. Auf unseren Wanderungen ins Hinterland begegnen wir der großen Vergangenheit des Weinanbaues und bestaunen die reiche und vielfältige Flora und Fauna, die sich im ständigen Wechsel mit den felsigen Küsten um die Gunst des Wanderers bewirbt. Mit dem Besuch des Klosters **San Fruttuoso** bekommt auch die Kulturgeschichte gebührenden Platz während unseres Streifzuges durch eine der eindrucksvollsten Landschaften Italiens.

Wanderdauer

Mittelschwere Wanderungen: Dauer 3 bis 5 Std. reine Gehzeit. Die Wege sind ungefährlich aber etwas Wanderübung ist erforderlich. Knöchelhohe Wanderschuhe mit Profilsohle sind notwendig.

KRAULAND GmbH, individuell wandern, Lidmanskygasse 2, A-9020 Klagenfurt, AUSTRIA
Tel: +43/(0)463/50 33 83, Fax: +43/(0)463/50 33 81, e-mail: info@krauland.at, www.krauland.at

„Meeresblick und Seeteufel“

1. Tag: **Anreise / Begrüßung**

Treffpunkt im Hotel und Begrüßung durch den KRAULAND–Wanderführer, der Sie über den Ablauf der Wanderwoche informiert.

2. Tag: ***„Salto della Lepre - Zum Hasensprung“***

Mit dem Zug, d e m Verkehrsmittel in den Cinque Terre, geht es zu Beginn nach **Bonassola**. Der Aufstieg zum höchsten Punkt der Halbinsel des **Monte Pastorelli** wird durch Steineichen, Kiefern und angelegte Terrassen gemildert und überrascht uns mit schönen Ausblicken über die Riviera di Levante. Weiter geht es durch das **Valle delle Lame** im sanften Auf und Ab und durch kleine Dörfer bis zum Aussichtspunkt „**Salto della Lepre**“, bevor wir unser heutiges Ziel, **Framura**, erreichen.

Aufstieg. **ca. 200 Höhenmeter** Weglänge: **ca. 9 km**
Abstieg: **ca. 200 Höhenmeter** reine Gehzeit: **ca. 3-4 h**

3. Tag: ***„Monterosso - In der Welt des Weines“***

Mit dem Zug fahren wir nach **Riomaggiore**. Unsere Wanderung führt uns entlang der berühmten **„Via dell’ amore“** vorerst nach **Corniglia** und damit in die Vergangenheit der **Cinque Terre**. Hier durchqueren wir die ersten Weinberge, die aber kaum noch genutzt werden. Bewundern können wir noch die Trockenmauern, die das Erdreich in Terrassenformen hielten. Diese Mauern sind in mühevoller Handarbeit von den Vorfahren der heutigen Einwohner gebaut worden. Gemütlich gelangen wir an unser Ziel **Monterosso**.

Aufstieg: **ca. 250 Höhenmeter** Weglänge: **ca. 10 km**
Abstieg: **ca. 250 Höhenmeter** reine Gehzeit: **ca. 3-4 h**

4. Tag: ***„Monte Nero - Der schwarze Berg”***

Heute fahren wir wieder mit dem Zug nach **Riomaggiore**. Unser Pfad führt uns zum **Monte Nero** (dem schwarzen Berg) und zur **Madonna di Montenero**. Belohnt werden wir für unseren Aufstieg mit einem traumhaften Blick auf das Hinterland der **Cinque Terre** und auf die Küstenstadt **La Spezia**. Wir haben aber noch nicht genug und steigen noch ein wenig höher zum **Colle del Telegrafo**. Blumenumsäumte Wege begleiten uns dann hinab Richtung Meer nach **Portovenere**.

Aufstieg: **ca. 650 Höhenmeter** Weglänge: **ca. 14 km**
Abstieg: **ca. 650 Höhenmeter** reine Gehzeit: **ca. 5 h**

5. Tag: ***„San Fruttuoso - Das Juwel des Monte Portofino“***

Heute geht es mit dem Zug nach **Camogli**, einer Hafenstadt mit den größten Schiffswerften für Fischereiboote in Italien. Stetig steigend folgen wir unserem Weg entlang von Trockenmauern bis nach **San Rocco**. Von dort aus begleitet uns ein Panoramaweg durch einen wunderschönen Macchiawald. Unvermittelt taucht der aussichtsreiche Rastplatz **„Semaforo Nuovo“** auf, bevor es dann wieder abwärts geht zum Kloster **San Fruttuoso**. Das Kloster liegt in einer schönen Bucht, wo wir bis zum Eintreffen des Bootes nach **Camogli** die Beine ins Meer tauchen können. Rückfahrt mit dem Zug.

Aufstieg: **ca. 500 Höhenmeter** Weglänge: **ca. 10 km**
Abstieg: **ca. 500 Höhenmeter** reine Gehzeit: **ca. 4-5 h**

6. Tag: ***„Levanto - Die Traumküste der Cinque Terre“***

Unsere Abschluss-Wanderung beginnen wir in **Monterosso**. Nachdem wir die letzten Häuser und erste Aufstiege hinter uns gelassen haben, eröffnen sich schon die traumhaften Ausblicke auf die Küstenlandschaft der Cinque Terre, die ihren Höhepunkt bei unserem Ziel, dem Aussichtspunkt **Punta Mesco** mit der verfallenen Kirche **Sant Antonio** erreichen. Auf unserem Weg durch ein altes Weinanbaugebiet und durch lichte Pinienwälder nähern wir uns **Levanto**, wo wir auf die gelungene Wanderwoche anstoßen!

Aufstieg: **ca. 450 Höhenmeter** Weglänge: **ca. 10 km**
Abstieg: **ca. 450 Höhenmeter** reine Gehzeit: **ca. 3-4 h**

7. Tag: **Abreise**

Frühstück im Hotel und anschließend Abreise bzw. Fortsetzung des Aufenthaltes.

!!! Änderungen des Zeitplans bzw. Ablaufs des Wanderprogramms sowie Änderungen der einzelnen Wandertouren behalten wir uns vor. Derlei Abweichungen entstehen meistens aus folgenden Gründen: 1. Änderungen durch die Leistungsfähigkeit der Gesamtgruppe und aus Gründen der Sicherheit der Teilnehmer, 2. Änderungen hervorgerufen durch die „Natur“. Weitere Details entnehmen Sie bitte den KRAULAND-Reisebedingungen !!! *(10.02.2021, P. Hafner)*

KRAULAND GmbH, individuell wandern, Lidmanskygasse 2, A-9020 Klagenfurt, AUSTRIA
Tel: +43/(0)463/50 33 83, Fax: +43/(0)463/50 33 81, e-mail: info@krauland.at, www.krauland.at