



# VISITE ED ESCURSIONI GUIDATE

## GUIDED TOURS & EXCURSIONS

### LUGLIO 2022 JULY

TOUR E-BIKE TOUR TREKKING SOLO ESCURSIONISTI ESPERTI/EXPERT HIKERS ONLY

VENERDÌ/FRIDAY <b>01</b> LUGLIO/JULY	<p><b>TRA I "VIGNETI DELLA FONDAZIONE MANAROLA"</b> <b>STROLLING AROUND "THE VINEYARDS OF FONDAZIONE MANAROLA"</b> TREKKING <b>A MANAROLA</b> h 09:30 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>	DOMENICA/SUNDAY <b>17</b> LUGLIO/JULY	<p><b>I SANTUARI DELLE CINQUE TERRE</b> <b>THE SANCTUARY OF CINQUE TERRE</b> TREKKING <b>MONTEROSSO-SOVIRORE-MONTEROSSO</b> h 09:30 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>
SABATO/SATURDAY <b>02</b> LUGLIO/JULY	<p><b>CAMMINANDO...SUL MARE / OVERLOOKING THE SEA - SVA</b> TREKKING <b>CORNIGLIA-VERNAZZA</b> h 09:30 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>	MARTEDÌ/TUESDAY <b>19</b> LUGLIO/JULY	<p><b>LE VITI DELLE CINQUE TERRE / THE CINQUE TERRE VINEYARDS</b> TREKKING <b>RIOMAGGIORE-LOC.POSSA</b> h 09:30 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION AZIENDA AGRICOLA POSSA</p>
DOMENICA/SUNDAY <b>03</b> LUGLIO/JULY	<p><b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI <b>VERNAZZA E MONTEROSSO</b> h 10:00 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>	GIOVEDÌ/THURSDAY <b>21</b> LUGLIO/JULY	<p><b>PEDALANDO NEL PARCO AL TRAMONTO</b> <b>CYCLING AROUND THE PARK AT SUNSET</b> E-BIKE** TOUR <b>LEVANTO-LEGNARO-MONTEROSSO A/R</b> h 18:00 LEVANTO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION MAX 7 PAX - DURATA/DURATION 3,00H - LIVELLO/LEVEL: MEDIO/MEDIUM</p>
GIOVEDÌ/THURSDAY <b>07</b> LUGLIO/JULY	<p><b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI <b>CORNIGLIA</b> h 10:00 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>	SABATO/SATURDAY <b>23</b> LUGLIO/JULY	<p><b>CAMMINANDO...SUL MARE / OVERLOOKING THE SEA - SVA</b> TREKKING <b>VERNAZZA-MONTEROSSO</b> h 09:30 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>
VENERDÌ/FRIDAY <b>08</b> LUGLIO/JULY	<p><b>I SANTUARI DELLE CINQUE TERRE</b> <b>THE SANCTUARY OF CINQUE TERRE</b> TREKKING* <b>RIOMAGGIORE-MONTENERO-RIOMAGGIORE</b> h 09:30 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>	DOMENICA/SUNDAY <b>24</b> LUGLIO/JULY	<p><b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI <b>MANAROLA E MONTEROSSO</b> h 10:00 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>
SABATO/SATURDAY <b>09</b> LUGLIO/JULY	<p><b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI <b>RIOMAGGIORE E MANAROLA</b> h 10:00 RIOMAGGIORE Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>	GIOVEDÌ/THURSDAY <b>28</b> LUGLIO/JULY	<p><b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI <b>VERNAZZA E RIOMAGGIORE</b> h 10:00 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>
DOMENICA/SUNDAY <b>10</b> LUGLIO/JULY	<p><b>PEDALANDO NEL PARCO AL TRAMONTO</b> <b>CYCLING AROUND THE PARK AT SUNSET</b> E-BIKE** TOUR <b>LEVANTO-LEGNARO-MONTEROSSO A/R</b> h 18:00 LEVANTO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION MAX 7 PAX - DURATA/DURATION 3,00H - LIVELLO/LEVEL: MEDIO/MEDIUM</p>	VENERDÌ/FRIDAY <b>29</b> LUGLIO/JULY	<p><b>PLOGGING</b> TREKKING E RACCOLTA RIFIUTI - <b>TREKKING AND WASTE COLLECTION</b> <b>VERNAZZA-SANTUARIO DI REGGIO-VERNAZZA</b> h 09:30 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>
GIOVEDÌ/THURSDAY <b>14</b> LUGLIO/JULY	<p><b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI <b>VERNAZZA E MANAROLA</b> h 10:00 VERNAZZA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>	SABATO/SATURDAY <b>30</b> LUGLIO/JULY	<p><b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI <b>CORNIGLIA</b> h 10:00 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>
VENERDÌ/FRIDAY <b>15</b> LUGLIO/JULY	<p><b>DAL VIGNETO ALLA CANTINA</b> <b>FROM THE VINEYARDS TO THE CELLAR</b> TREKKING* <b>MANAROLA-GROPPA-MANAROLA</b> h 09:30 MANAROLA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION VISITA ALLA CANTINA SOCIALE DEL GROPPA / TOUR OF THE CANTINA SOCIALE CELLAR</p>	DOMENICA/SUNDAY <b>31</b> LUGLIO/JULY	<p><b>I LIMONI ED I VIGNETI DI MONTEROSSO</b> <b>LEMONS AND VINEYARDS OF MONTEROSSO</b> TREKKING* <b>MONTEROSSO-Az.AGR.BURANCO-MONTEROSSO</b> h 09:30 MONTEROSSO Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION AZIENDA AGRICOLA BURANCO</p>
SABATO/SATURDAY <b>16</b> LUGLIO/JULY	<p><b>STORIA &amp; CULTURA / HISTORY &amp; CULTURE</b> TOUR DI <b>CORNIGLIA</b> h 10:00 CORNIGLIA Cinque Terre Point - STAZIONE FS/TRAIN STATION</p>		

\* Degustazione facoltativa a pagamento. Prenotazione obbligatoria.  
\* Optional wine tasting for a fee. Reservation required.

\*\* 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.  
In caso di condizioni meteo avverso l'escursione potrebbe essere cancellata.  
\*\* 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. In case of bad weather the tour could be cancelled.

Le escursioni guidate sono riservate ai possessori di Cinque Terre Card ad eccezione del 29/07  
The tours/excursions are reserved for owners of Cinque Terre Card except July 29th.

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



INFO & BOOKING  
visiteguidate@ati5terre.it  
TEL. +39.0187.743.500