



# TREK & SAIL ALLE 5 TERRE

## DESCRIZIONE DEL TREKKING:

Un mondo. Due prospettive diverse. Un'unica grande magia.

Un'esperienza esclusiva. Un viaggio breve, ma intenso, che ci permetterà di scoprire le Cinque Terre in un modo davvero unico.

Di giorno, come antichi viandanti, percorreremo alcuni tra i sentieri più spettacolari d'Italia.

Sentieri immersi nella macchia mediterranea, a picco sulle profonde acque blu del mar Ligure.

Di notte, sarà questo stesso mare a cullarci e a regalarci emozioni e risvegli unici.

## DETTAGLI DELLE GIORNATE:

### 1° GIORNO:

Viaggio verso La Spezia e trasferimento in treno a Riomaggiore. E' da qui che avrà inizio la nostra escursione lungo l'incantevole Sentiero dell' Infinito. Uno strabiliante percorso che ci permetterà di raggiungere a piedi la bellissima Portovenere. A rendere ogni nostro passo meno faticoso ci penserà il continuo susseguirsi di vigneti, ulivi, monasteri, boschi e viste mozzafiato a picco sul mare.

Al termine della nostra escursione, ci imbarcheremo finalmente sulla barca a vela sulla quale alloggeremo durante questa nostra tre giorni. Un rigenerante tuffo in mare, un emozionante aperitivo al tramonto ed una cena con vista sul meraviglioso Golfo dei Poeti sapranno certamente ripagarci di tutte le nostre fatiche.

### 2° GIORNO:

Dopo la nostra prima colazione a bordo, ad attenderci, sulla terraferma, una panoramica escursione ad anello che unisce la perla del Golfo dei Poeti, Lerici, ai caratteristici borghi di Tellaro e di Montemarcello. Se da Tellaro, a stregarci saranno le vedute sulle vicine isole di Palmaria, del Tino e del Tinetto, da Montemarcello il nostro sguardo sarà rapito dalle affascinanti Alpi Apuane e dalla vicina costa della Versilia.

Al termine della camminata risaliremo nuovamente a bordo della nostra "casa galleggiante" e potremo finalmente iniziare a godere di un nuovo meraviglioso "terzo tempo", tra tuffi e bagni in calette esclusive. Momenti di puro relax da vivere...e condividere!

NATURA E OUTDOOR ALLA PORTATA DI TUTTI

E' vietata la riproduzione, anche parziale, di tutti i contenuti se non esplicitamente autorizzati





# TREK & SAIL ALLE 5 TERRE

## 3° GIORNO:

Dopo le fatiche dei giorni precedenti, come degna conclusione di questa nostra tre giorni, una rilassante camminata che ci permetterà di scoprire insieme la bellissima isola di Palmaria. Un'isola con un passato militare che ha molto da raccontarci della storia di questi luoghi ricchi di fascino, decantati da poeti e contesi per secoli per la loro importanza e posizione strategica.

Risaliremo poi nuovamente a bordo, e, tolti definitivamente gli scarponi da trekking, potremo finalmente concederci un pomeriggio di puro relax e divertimento tra mare, sole e, perché no, qualche lezione pratica di barca a vela.

## DETTAGLI ESCURSIONI:

Difficoltà: E

Dislivello: 800 circa il primo giorno, 700 circa il secondo, 250 circa il terzo

Lunghezza: 40 km circa da dividere in 3 giorni

Ore di cammino: 4-6 ore al giorno circa con soste e pausa pranzo

Orari di partenza: 9.00 - 9.30

Durata: Venerdì h. 5.00 - Domenica h. 20 (orario indicativo)

Trattamento: Pensione completa - Pernottamento in cabine doppie

## COME ARRIVARE:

Ritrovo ore 5.00 a Pedrengo (Birreria Pedavena)

o in alternativa

Ritrovo ore 8.30 circa direttamente a La Spezia

NATURA E OUTDOOR ALLA PORTATA DI TUTTI

E' vietata la riproduzione, anche parziale, di tutti i contenuti se non esplicitamente autorizzati





# TREK & SAIL ALLE 5 TERRE

## QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

**Adulti: 380 €** (compresa cambusa)

La quota comprende: progettazione e stesura dell'itinerario, accompagnamento professionale, transfer marittimi privati da/per partenze escursioni, trasferimenti in tender da imbarcazione a porti inizio/fine escursioni laddove l'attracco non sia consentito con la barca a vela, pernottamento in cabine doppie a bordo di imbarcazione a vela privata con skipper istruttore di vela, lenzuola, coperte, asciugamano per viso, attrezzatura snorkeling e sup a bordo da poter utilizzare durante gli eventuali bagni in mare, tasse portuali imbarco/sbarco, pulizie finali, fondamenti della navigazione a vela con lezioni teoriche e pratiche.

La quota non comprende: eventuali tasse portuali aggiuntive, spese di carburante cambusa a copertura di tutti i pasti a bordo e al sacco a partire dalla cena del primo giorno (100€ da versare direttamente il giorno della partenza), spese di trasferimento per/dal punto di partenza del viaggio (autostrada e carburante), parcheggi e tutto ciò che non compare nella voce "la quota comprende".

*\*In caso di rinuncia al viaggio, la caparra verrà restituita solo a max 30 giorni dalla partenza*

## ABBIGLIAMENTO CONSIGLIATO:

Scarponcini da trekking, abbigliamento da trekking adatto alla stagione, maglietta di ricambio, felpa, antivento/antipioggia, zaino con copertura antipioggia, eventuale sacco lenzuolo, cappellino, crema solare, acqua, cibo, frontalino, costume, ciabatte, necessario per igiene personale, telo mare.

*\*Il programma del viaggio potrebbe subire variazioni sulla base delle condizioni meteo/mare/sentieri*

*\* Possibilità di carpooling da/per Bergamo*

*\*Le iscrizioni si chiuderanno il 31 marzo 2025. A viaggio confermato, le iscrizioni che perverranno dopo tale data saranno accettate fino al raggiungimento del numero massimo di partecipanti consentito.*

*Iscritti: Minimo 5 - Massimo 6 . In caso di 12 partecipanti è prevista la partenza con due barche simili, entrambe con istruttore di vela a bordo*



## VIAGGERA' CON TE MICHELA

Per info e prenotazioni:  
Orobie4trekking 3209105295  
Mail: [orobie4trekking@gmail.com](mailto:orobie4trekking@gmail.com)

NATURA E OUTDOOR ALLA PORTATA DI TUTTI

E' vietata la riproduzione, anche parziale, di tutti i contenuti se non esplicitamente autorizzati

