



14 - 16 aprile 2023

SLOW TREKKING NEL PARCO REGIONALE NATURALE DI PORTOFINO (GE)

Un weekend di escursioni tra natura e borghi storici sul monte più bello della Riviera Ligure: il **Parco Naturale Regionale di Portofino**. Qui, su un lembo di terra meraviglioso che si butta nel mare, cammineremo tra **Rapallo, Camogli e Portofino**, percorrendo affascinanti sentieri montani nell'entroterra, ma sempre con il costante profumo della salsedine che sale dal basso, trasportata dal vento. Gli splendidi affacci sul **Golfo Paradiso e sul Golfo del Tigullio** costituiscono un piacere inaspettato e indimenticabile. Vogliamo esplorare il territorio con trekking non troppo impegnativi che possano lasciare spazio anche all'esplorazione dei borghi e alle visite storico-artistiche di due bellissimi monumenti: l'**Abbazia di San Fruttuoso** e il **Santuario di Montallegro**. Il viaggio "Slow Trekking nel Parco Regionale Naturale di Portofino" è realizzato in collaborazione con la **Compagnia delle Guide Valli Bolognesi** ed è accompagnato dalla **Guida Ambientale escursionistica Alessandro Conte**.

Programma di viaggio

1° giorno (venerdì 14 aprile 2023): Rapallo – Santa Margherita Ligure – Portofino – Rapallo

Per chi parte da Bologna con auto proprie: ritrovo alle ore 5.30 al parcheggio della Certosa sul viale M.K. Gandhi. Ritrovo in centro a Rapallo alle ore 10.30 sul Lungomare Castello a Rapallo. Partenza per la prima escursione a piedi: una facile passeggiata che ci condurrà a Santa Margherita Ligure, passando da S. Michele di Pagana, evitando il traffico della litoranea. All'arrivo a Santa Margherita e tempo a disposizione per il pranzo libero. Nel pomeriggio, si riparte a piedi percorrendo il "Sentiero dei Baci" immerso nel verde, ci condurrà al borgo di Portofino, tra ville storiche ed entusiasmanti colpi d'occhio. Tempo libero a disposizione per una passeggiata a Portofino. Nel tardo pomeriggio rientro a Rapallo con i mezzi pubblici. Recupero dei bagagli sistemazione in hotel in centro a Rapallo nelle camere riservate, cena e pernottamento.

2° giorno (sabato 15 aprile 2023): Rapallo – Camogli – San Fruttuoso – Santa Margherita Ligure – Rapallo

Prima colazione in hotel. Prenderemo il treno per Camogli e da qui ci imbarcheremo per raggiungere San Fruttuoso: un piccolo viaggio nelle acque più belle della Liguria, durante il quale non sarà difficile avvistare anche i delfini! All'arrivo, avremo l'occasione di visitare con guida locale specializzata in storia dell'arte l'Abbazia di San Fruttuoso, . Al termine della visita, tempo a disposizione per il pranzo libero al sacco sulla spiaggia. Nel pomeriggio, trekking per ritornare a Santa Margherita Ligure: dal suggestivo borgo marinaro di San Fruttuoso, si risale nel bosco fino a raggiungere il punto panoramico base "0" che era una postazione militare durante la II Guerra mondiale. Rientro a Rapallo in treno, arrivo in hotel, cena e pernottamento.

3° giorno (domenica 16 aprile 2023): Rapallo – Montallegro – Rapallo

Prima colazione in hotel a Rapallo e check-out delle camere. Alle ore 8.30 circa, ritrovo e passeggiata a piedi fino alla funivia che ci condurrà al Santuario di Montallegro, dove faremo una visita guidata con guida locale specializzata in storia dell'arte. Al termine della visita, rientreremo a Rapallo a piedi da Montallegro, con un bellissimo percorso che si sviluppa in un bosco di lecci, lungo un antico sentiero medioevale con il selciato in lastre di pietra perfettamente conservato. Notevoli anche i punti panoramici che si aprono mentre si scende a valle. All'arrivo a Rapallo, avremo tempo libero per il pranzo e per una passeggiata nel borgo, fino ai saluti finali e Arrivederci al prossimo viaggio!



Quota di partecipazione : € 385

(in camera doppia)

Supplemento per camera singola: € 75

Le quote sono valide per minimo 12 partecipanti.

- **La Quota comprende:**
- Escursioni come da programma, con guida ambientale escursionistica (Alessandro Conte)
- Pernottamento in hotel 3* in centro a Rapallo con trattamento pernottamento e prima colazione
- 2 cene in ristorante a Rapallo (bevande incluse)
- Tutti i trasferimenti in treno, barca e funivia come da programma
- Visita guidata con guida locale storica dell'arte presso l'Abbazia di San Fruttuoso e Santuario di Montallegro
- Biglietti di ingresso all'Abbazia di San Fruttuoso
- Assicurazione medica di viaggio e contro annullamento

La quota non comprende: Trasferimenti con auto proprie per raggiungere il punto di partenza/arrivo ed eventualmente durante il viaggio, parcheggi, pranzi, spese personali e tutto quanto non espressamente menzionato in "La quota comprende".



Caratteristiche delle escursioni:

1° giorno (Rapallo – Santa Margherita Ligure): ca 3 km. Dislivello: 100 m (in salita e discesa). Durata: ca 1 ore comprese le soste. Difficoltà: escursionistica facile (E).

1° giorno (Santa Margherita Ligure – Portofino): ca 3,70 km. Dislivello: 230 m (in salita e discesa). Durata: ca 2 ore comprese le soste. Difficoltà: escursionistica facile (E).

2° giorno (San Fruttuoso – Santa Margherita Ligure): ca 6,10 km. Dislivello: 260 m (in salita e in discesa). Durata: ca 4 ore comprese le soste. Difficoltà: escursionistica facile (E).

3° giorno (Montallegro – Rapallo): ca 3,80 km. Dislivello: 612 (in discesa) m. Durata: ca 2 ore comprese soste. Difficoltà: escursionistica facile (E).



Inquadra il QR CODE con il tuo smartphone e SCOPRI TUTTI I DETTAGLI DEL VIAGGIO!



Informazioni e iscrizioni entro il 10.03.2023 presso:

MiTular - Insolita Itinera

viaggi@insolitaitinera.com / 051 4116210 / 353 4264123

www.insolitaitinera.com

Per informazioni dettagliate sulle escursioni:

GAE Alessandro Conte

(328 4766980 / alessandroconte@guidavallibolognesi.it)

www.guidavallibolognesi.it