

9-10 marzo 2019
PARCO delle CINQUETERRE
...un sentiero tra borghi aggrappati a falesie



Le Cinqueterre, pittoresco tratto di costa scoscesa ai piedi dell'Appennino, racchiuse tra il promontorio di Montenero e quello di Punta Mesco, comprendono cinque borghi medievali: Monterosso, Vernazza, Corniglia, Manarola e Riomaggiore. Dal settembre 1999, divenute Parco Nazionale, il primo in Liguria, sono una destinazione interessante sotto l'aspetto naturalistico e ambientale. La particolare asperità del terreno, caratterizzata da montagne a picco sul mare, ha ostacolato per secoli i collegamenti preservando il tratto di costa ligure da interventi invasivi e distruttivi. L'uomo ha saputo adattarsi al territorio modellando il paesaggio, ricavandone le poche risorse disponibili, in particolare olio e vino, e costruendo piccoli insediamenti che appaiono oggi non troppo diversi da com'erano secoli fa.

PROGRAMMA

Primo giorno

Ore 7.45 ritrovo presso Burger King, Stazione Centrale, piano binari
Ore 8.10 treno IC da Milano C.le per Levanto con arrivo alle 10.58

TREK: Levanto- Monterosso 2.30 ore ca.

Cena, pernottamento in ostello/albergo

Secondo giorno

TREK: Monterosso- Riomaggiore 4 ore ca.

Ore 16.24 treno RV e poi IC per Milano Centrale con arrivo alle 20.00

AMBIENTE: mediterraneo
DIFFICOLTA': media
VIAGGIO: treno

ISCRIZIONI ENTRO: 28 febbraio
MIN/MAX partecipanti: 5/12

- **QUOTA ISCRIZIONE: € 120,00** **Comprende:** pernottamento, colazione, accompagnatore, assicurazione, spese fisse **Non comprende:** pasti, bevande, quanto non indicato alla voce "Comprende"
- **Viaggio in treno da Milano: € 44,00 circa (il prezzo può variare in prossimità della gita)**

I borghi

Nel medioevo il nome "terra" designava il borgo. Da qui il nome Cinque Terre. Passata Punta Mesco, arrivando da Genova, il primo paese che si incontra è Monterosso al Mare, l'unico borgo con ampia spiaggia ed una passeggiata a mare che collega il centro storico al nuovo quartiere di Fegina. Vernazza, situata alla foce di un torrente, è protetta naturalmente dalle insidie del mare da

un promontorio roccioso ed è, da sempre, l'unico approdo sicuro delle Cinque Terre. Corniglia, la sola a non essere sul mare, ma adagiata su una collina circondata da vigneti, ha un suo fascino dolcemente campestre. Manarola e Riomaggiore, aggrappati alla roccia, con le case affastellate in un variopinto mosaico affacciate sul mare, sono dei cinque paesi i più tipici e selvaggi.

Le attività di Panda Trek sono rivolte esclusivamente ai soci. La tessera ha validità annuale, dal 20 gennaio al 19 gennaio dell'anno successivo. Le quote associative sono: - *Socio Ordinario:* €10,00 (dai 13 anni in su) - *Socio Junior:* € 5,00 (fino ai 12 anni compiuti)

da Lunedì a Venerdì 9.00-17.00 orario continuato

Associazione PANDA TREK

Organizzazione tecnica Panda Trek S.r.l.

Laboratorio di Turismo fatto in Modo Molto Responsabile

Via Porpora, 14 - 20131 Milano

Tel 02 20 24 14 04 - Fax 02 20404090 - e-mail: pandatrek@gmail.com / pandatrek.elio@gmail.com - Sito: www.pandatrek.it