

Cinque Terre

Du 6 au 12 septembre 2026

7 JOURS / 6 NUITS 

Plongez dans la beauté enchanteuse des Cinque Terre avec un séjour inoubliable alliant nature, culture et aventure. De Manarola à Corniglia, en passant par Riomaggiore, Monterosso et Vernazza, découvrez des sentiers panoramiques qui surplombent la Méditerranée et serpentent à travers des vignobles pittoresques. Laissez-vous séduire par les merveilles de l'île de Palmaria et Porto Venere, et embarquez pour des randonnées captivantes qui vous mèneront à travers des paysages à couper le souffle, des vestiges historiques et des villages charmants.



Les Plus Sud Evasion :

- + L'assistance de 3 guides francophones avec possibilité de 3 niveaux
- + Programme en mi-rando mi-tourisme
- + Traversée en bateau et en train selon le programme



Prix par personne :

1 095 €

Base 35 personnes



JOUR 1 : DEPART VERS AULLA 🚌

Départ le matin de votre localité en direction de l'Italie. Déjeuner libre en cours de route. Arrivée en fin d'après-midi dans la région de Aulla. Installation à l'hôtel, dîner et nuit.

JOUR 2 : RANDONNÉE A MANAROLA, CORNIGLIA ET RIOMAGGIORE

Petit déjeuner à l'hôtel et transfert vers la gare de La Spezia pour prendre le train jusqu'à Corniglia (à l'arrivée visite du village). Départ du sentier en direction de Volastra avec des vues magnifiques sur les vignobles, passage sous les Case Pianac et Porciana pour une arrivée au sanctuaire de Notre Dame de la Santé. Sentier avec de très belles vues panoramiques. Déjeuner panier repas devant l'Eglise puis descente vers Manarola (environ 1h), et visite guidée. Puis, départ en train vers Riomaggiore avec un temps libre pour profiter du village. Retour en train vers La Spezia puis à l'hôtel en autocar. Dîner et nuit.

🏔️ **Dénivelé : 380 mètres** ⌚ **Temps de marche : 3h30**

JOUR 3 : RANDONNÉE A LEVANTO, MONTEROSSO ET VERNAZZA

Petit déjeuner à l'hôtel et départ vers Levanto en train de La Spezia. Traversée du centre-ville et vue sur la très belle église San Andrea puis début de la randonnée vers le Mont Vè et jusqu'au promontoire del Mesco. Descente rapide vers Monterosso et, après la visite du village, continuation de la randonnée vers Vernazza et visite. L'après-midi, temps libre pour ceux qui ne souhaitent plus marcher. Pour les marcheurs : continuation de la randonnée de Monterosso à Vernazza. Tronçon réservé aux bons marcheurs. La première partie est une montée à travers les vignes avec une alternance de pentes raides et de passages étroits sur le plat. A 2 km de Monterosso, point équipé et sécurisé et début de la descente assez raide vers Vernazza. Déjeuner panier repas en cours de route. Retour vers votre hôtel. Dîner et nuit.

🏔️ **Dénivelé matin : 400 mètres** 🏔️ **Dénivelé après-midi : 350 mètres**
⌚ **Temps de marche : 2-3 heures**

JOUR 4 : RANDONNÉE A L'ÎLE DE PALMARIA ET PORTO VENERE

Petit déjeuner à l'hôtel et départ vers La Spezia en autocar. Puis, embarquement sur le bateau à destination de l'Île de Palmaria. Randonnée qui permettra de découvrir, les vestiges d'un ouvrage militaire et les preuves de l'activité d'extraction du fameux marbre « portoro ». Cette boucle s'achève à Terrizzo. Le groupe y reprendra le bateau pour la traversée vers Porto Venere. Poursuite par la visite de la partie haute de Porto Venere, son château. Descente vers le village et retour en bateau vers la Spezia. Déjeuner panier repas en cours de route. Dîner et nuit.

🏔️ **Dénivelé : 270 mètres** ⌚ **Temps de marche : 5h00**

JOUR 5 : RANDONNÉE A CAMOGLI, PORTOFINO ET SANTA MARGHERITA LIGURE

Petit déjeuner à l'hôtel et voyage vers la Ruta di Camogli en autocar. Départ de la randonnée avec une montée d'environ 250 m jusqu'à Pietre Strette. Début de la descente vers San Fruttuoso et arrêt à l'abbaye de San Fruttuoso. Déjeuner panier repas. L'après-midi, traversée en bateau vers Portofino (pour les non marcheurs). Pour les marcheurs : de San Fruttuoso, continuation vers Portofino par le sentier. Ce sentier est accessible aux bons marcheurs grâce à de nombreuses marches élevées et surplombe le littoral par endroits à 200 m d'altitude. Après environ 2h de marche,



arrivée à Portofino. Poursuite de tout le groupe vers Santa Margherita en bateau et retour à l'hôtel en autocar. Dîner et nuit.

🏔️ **Dénivelé** : +200 mètres / -500 mètres ⌚ **Temps de marche** : 5h30

JOUR 6 : RANDONNÉE DE RIOMAGGIORE A PORTO VENERE

Départ de l'hôtel en car jusqu'à Riomaggiore. Début par une montée un peu raide jusqu'à la l'église ND de Monte Nero, puis continuation vers Liminie puis le télégraphe. Début de la descente douce jusqu'à Campiglia. Arrêt déjeuner panier repas et possibilité de tour du petit village. L'après-midi nous réserve la partie la plus technique et impressionnante de la randonnée : la descente vers Portovenere. Ce tronçon, avec ses passages rocheux techniques et légèrement vertigineux, est sans aucun doute l'étape la plus exigeante et spectaculaire du programme. A l'arrivée dans le village, transfert retour en car vers votre hôtel. Pour le groupe facile possibilité de randonnée en boucle de Tramonti. Dîner et nuit.

🏔️ **Dénivelé niveau facile** : +350 mètres / -350 mètres

🏔️ **Dénivelé difficile** : +350 mètres / -630 mètres

⌚ **Temps de marche** : 5h00 / 5h30

JOUR 7 : RETOUR 🚌

Petit déjeuner à l'hôtel et départ en direction de la France. Déjeuner libre en cours de route. Continuation et retour dans votre localité.

CE PROGRAMME COMPREND :

- ✓ Le transport en autocar de tourisme
- ✓ L'hébergement en hôtel 3 étoiles dans la région de Aulla en base chambre double
- ✓ La pension complète du dîner du 1er jour au petit déjeuner du dernier jour dont déjeuners paniers repas pour les randonnées
- ✓ L'eau pour les paniers
- ✓ L'assistance de 3 guides naturalistes francophone pour la durée du séjour.
- ✓ Les trajets en train sur 2 jours et traversées en bateau selon programme

CE PROGRAMME NE COMPREND PAS :

- ✗ Le supplément chambre individuelle : 195€
- ✗ Les déjeuners des jours 1 et 7 en cours de route
- ✗ Les boissons aux dîners
- ✗ L'assurance annulation : 35 € par personne (facultative, nominative et non remboursable)
- ✗ L'assurance assistance rapatriement : 10 € par personne (facultative, nominative, non remboursable).
- 📍 Pas de taxe de séjour dans cette région à ce jour.