

bœnda
FERÐIR

GENGIÐ Í PORTOFINO & CINQUE TERRE



27. maí – 3. júní 2023

Fararstjórn: Guðrún Sigurðardóttir

Gönguferð
Ítalía

Ferðalýsing

Spennandi gönguferð um tvö af fallegustu göngusvæðunum við Miðjarðarhafið, **Portofino skagann** og **Cinque Terre ströndina**. Brattir klettur og höfðar, þaktir ilmandi og litríkum miðjarðarhafsgróðri sem speglar sig í túrkisbláum sjónum. Helstu bæir Cinque Terre strandarinnar verða skoðaðir og dvalið á huggulegu hóteli í einum þekktasta þeirra, **Santa Margherita Ligure**. Portofino skaginn sem dregur nafn sitt af bænum fræga, Portofino, nýtur náttúruverndar vegna gróðurs og dýralífs og þar er náttúrufegurðin hvað mikilfenglegust. Gengið verður um allan skagann og stoppað í ævintýrlega bænum **Camogli** og við **San Fruttuoso** víkina. Seinni hluta ferðarinnar er gengið um **Cinque Terre**, þjóðgarð sem er á heimsminjaskrá UNESCO vegna einstakra minja um líf fyrr á öldum sem einkenndist af fiskveiðum og vínrækt. Ferðin er tilvalin fyrir hresst útivistarfólk en gott er að hafa í huga að nokkuð mikið er af tröppum og þröngum stígum og geta hlutar þeirra verið nokkuð brattir. Einungis er gengið með dagpoka.

8 dagar | 7 nætur í Santa Margherita Ligure



Undirbúningur

Mikilvægt er að þátttakendur séu í góðu gönguformi en besti undirbúningurinn er að ganga reglulega á fjöllum. Fyrir þá sem búa á höfuðborgarsvæðinu er gott að fara t.d. upp að Steini í Esjunni vikulega í u.þ.b. 6-8 vikur fyrir ferð. Ágætis viðmið er að geta gengið upp að Steini Esjunnar og niður aftur á innan við 2 klst. og líða vel eftir gönguna. Þeir sem búa fjær velja sér sitt staðarfjall til að ganga á og sameina þar með undirbúning og útiveru. Því fylgir mikil ánægja að æfa fyrir gönguferð af þessu tagi og farþegar njóta sjálfrar ferðarinnar miklu betur ef þeir æfa og undirbúa sig vel fyrir ferðina.

Vinsamlegast athugið að ef þátttakendur hafa ekki þá getu sem nauðsynleg er fyrir göngur ferðarinnar getur fararstjórinn farið fram á að viðkomandi sleppi einhverjum degi/dögum. Í staðinn er hægt að nýta sér aðstöðu hótelsins eða fara í léttar gönguferðir á eigin vegum.



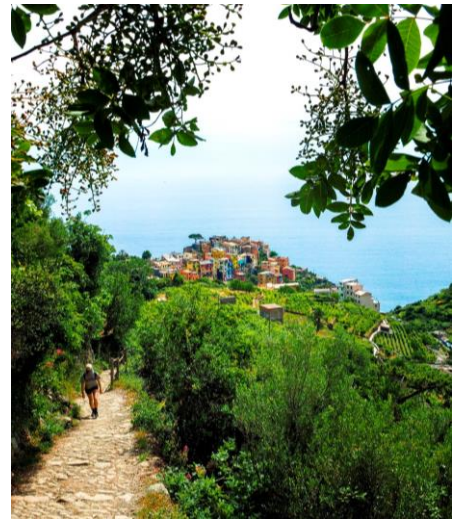
27. maí | Flug til Milánó & Portofino

Brottför frá Keflavík kl. 07:50. Mæting í Leifsstöð u.þ.b. 2,5 klst. fyrir brottför. Lending í Milánó kl. 14:10 að staðartíma. Fararstjórinn tekur á móti hópnum á flugvellinum og er haldið með rútu beinustu leið niður að strönd Miðjarðarhafsins til bæjarins Santa Margherita Ligure sem stendur austan megin í Portofino höfðanum. Gist miðsvæðis í bænum í sjö nætur.

28. maí | Gengið frá Santa Margherita til Rapallo

Við byrjum á því að skoða okkur um í bænum Santa Margherita, sem er í senn glæsilegur og rómantískur, enda hefur hann lengi verið vinsæll hjá listamönnum. Við skoðum miðbæinn og höldum síðan eftir ströndinni yfir í næsta bæ, Rapallo. Á leiðinni göngum við fram hjá glæsivillum og njótum miðjarðarhafsgróðursins sem er í blóma. Þegar komið er til Rapallo virðum við fyrir okkur þennan fallega bæ og könnum strandlengjuna. Hægt er að ganga sömu leið til baka eða taka bátinn til Santa Margherita Ligure.

✓ Göngutími u.þ.b. 4 klst.



29. maí | Gengið umhverfis bæinn Portofino & að Portofino vikin

Í dag fylgjum við skemmtilegum göngustíg sem liggur utan í höfðanum til nágrennabæjarins Portofino. Leiðin liggur í gegnum bæinn og fyrir ofan hann má sjá garðrækt bæjarbúa en þar njótum við einstaklega fagurs útsýnis yfir Tigullio flóann. Vegurinn tekur okkur niður að Parodi ströndinni og þaðan áfram eftir hrífandi leið í hina rómuðu Portofino vík. Hér liggja glæsilegar snekkjur alls staðar að úr heiminum við



bryggju. Gengið verður upp fyrir bæinn og alla leið fram á fremstu brún skagans þar sem vitinn trónir. Eftir góðan tíma í bænum göngum við með fram glæsilegri ströndinni á fallegum göngustíg aftur til baka en einnig verður hægt að fara með bát til baka á hótelið.

✓ Göngutími u.þ.b. 4 klst. + 1 klst. ef gengið er til baka

✓ Hækkun u.þ.b. 200 m

30. maí | Ruta di Camogli & Portofino

Gangan í dag hefst í fjallapörpinu Ruta, sem er í 250 m hæð fyrir ofan Camogli. Þangað förum við með strætisvagni. Gengin verður óskaplega falleg leið um skóginn, upp í 500 m hæð yfir sjávarmáli en þaðan er glæsilegt útsýni yfir Camogli, Paradísarflóann og allt til Genova. Við höldum svo áfram yfir höfðann þar til útsýnið opnast í austur yfir Tigulio-flóann. Síðan fer að halla undan fæti og við komum niður á enda skagans þar sem frægi bærinn Portofino liggur við lokaða vík. Farið verður til baka með báti eða strætisvagni.

✓ Göngutími u.þ.b. 4,5 klst.

✓ Hækkun ca 250 m

31. maí | Cinque Terre þorpin

Í dag munum við heimsækja Cinque Terre þorpin einstöku. Eftir stutta lestarferð komum við til bæjarins Monterosso al Mare sem er í Cinque Terre þjóðgarðinum. Garðurinn er sem fyrr segir á heimsminjaskrá UNESCO sökum einstakra menningarminja. Við skoðum okkur þar um góða stund og göngum síðan yfir í þorpið Vernazza eftir göngustíg sem liggur í kletthlíðum um vín- og sítrónuræktarlönd. Á leið okkar milli næstu þorpa munum við taka lest þar sem hluti



gönguleiðanna er lokaður. Gera má ráð fyrir allt að 30 € aukakostnaði á mann þennan dag í almenningssamgöngur og aðgangseyri í þjóðgarðinn.

- ✓ *Gangan á milli Monterosso og Vernazza er um 250 m upp og sama niður og tekur um 2 klst.*
- ✓ *Göngustígarnir eru oft og tíðum þröngir og stór hluti þeirra tröppur*
- ✓ *Langur dagur*

1. júní | Frjáls dagur í Santa Margherita

Í dag slökum við á og njótum þess sem hótelið og nágrenni þess hefur upp á að bjóða. Áhugasamir geta farið á ströndina, kíkt í heillandi búðirnar í bænum eða á kaffi- og veitingahús. Hugguleg sólarverönd er við hótelið og sundlaug fyllt með sjó þar sem hægt er að láta göngupreytu liðinna daga líða úr sér.

2. júní | Camogli, San Rocco & San Fruttuoso víkin

Dagurinn byrjar með stuttri lestarferð yfir í bæinn Camogli sem er staðsettur vestan megin við Portofino skagann. Camogli hefur verið fiskimannabær frá miðöldum og er einn sérstakasti bærinn í Ligúríu. Eftir að hafa skoðað þennan skemmtilega bæ nánar tökum við stefnuna upp á höfðann og eftir um 40 mín. göngu erum við komin upp í bæjarkjarnann San Rocco. Gönguleiðin hér er ótrúlega falleg þar sem hún liggur um verndað svæði



með útsýni yfir sjóinn og eftir allri ströndinni. Gengið er um í dæmigerðum miðjarðarhafsgróðri utan í höfðanum með bláan sjóinn í bakgrunni. Þegar við höldum niður á við birtist San Fruttuoso víkin sem sumir telja fallegasta staðinn við allt Miðjarðarhafið. Hér er gamalt klaustur og lítil strönd þar sem yndislegt er að hvíla sig eftir gönguna og kæla sig í sjónum. Héðan er tekinn bátur til baka til Santa Margherita Ligure.

- ✓ *Göngutími u.þ.b. 4 klst.*
- ✓ *Hækkun u.þ.b. 450 m*
- ✓ *Góður göngustígur, tröppur upp fyrsta hlutann en síðan í gegnum skóglendi*
- ✓ *Lækkun 450 m eftir skógarstíg*

3. júní | Heimferð

Nú er komið að heimferð en rúta ferjar hópinn út á flugvöll í Milánó, þaðan sem flogið verður heim kl. 15:10. Lending í Keflavík kl. 17:25.

Hótel

Gist er allan tímann á 4* Best Western Hotel Regina Elena í bænum Santa Margherita Ligure. Hótelið er staðsett við höfnina en á þaki þess er sundlaug, nuddpottur, sólarbekkir og frábært útsýni yfir Tigullio flóann. Einnig er hótelið með einkaströnd með strandbekkjum, bar og veitingastað. Snýrtileg herbergin eru með sjónvarpi, míníbar og fríu þráðlausu netsambandi.



Verð

337.000 kr. á mann í tvíbýli | 12.200 kr. aukagjald fyrir einbýli.

Innifalið

- ✓ Flug með Icelandair til Mílanó og flugvallarskattar.
- ✓ Rútuferð frá Mílanó til Santa Margherita og til baka út á flugvöll.
- ✓ Gisting í 7 nætur á 4* hóteli í Santa Margherita.
- ✓ Morgunverður alla daga.
- ✓ Þrír kvöldverðir.
- ✓ Íslensk fararstjórn.



Ekki innifalið

- ✓ Aðgangur í Cinque Terre þjóðgarðinn u.þ.b. € 25.
- ✓ Kostnaður vegna lestarferða, bátsferða og strætisvagna.
- ✓ Hádegisverðir og annar tilfallandi kostnaður á göngunum.
- ✓ Fjórir kvöldverðir.
- ✓ Forfalla- og ferðatryggingar.
- ✓ Þjóf fé.

