

bœnda
FERÐIR

GENGIÐ Í PORTOFINO & CINQUE TERRE



21. – 28. maí 2026

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 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.



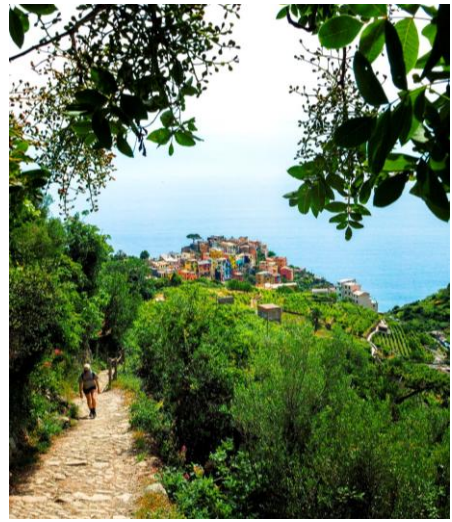
21. maí | Flug til Milánó & Portofino

Brottför frá Keflavík kl. 8:00. 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 á Portofino skaganum. Gist miðsvæðis í bænum í sjö nætur. Sameiginlegur kvöldverður á hóteli.

22. maí | Gengið frá Santa Margherita til Rapallo

Við byrjum á því að skoða okkur um í bænum Santa Margherita, en hann tilheyrir ítölsku rívíerunni og er í senn glæsilegur og rómantískur. Hann hefur lengi verið vinsæll meðal listamanna sem sækja í fegurðina, kyrrðina og milt lofstlagið. 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 skoðum við þennan fallega bæ og könnum strandlengjuna. Hægt er að ganga sömu leið til baka eða taka bátinn til Santa Margherita Ligure. Sameiginlegur kvöldverður á hóteli.

✓ Göngutími u.þ.b. 4 klst.



23. maí | Gengið umhverfis bæinn Portofino & að Portofino víkinni

Í dag fylgjum við skemmtilegum göngustíg sem liggur utan í höfðanum til nágrennbæjarins 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 liggur 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 viti bæjarins trónir, en þaðan er fagurt útsýni yfir Lígúríuhafið og Portofino. 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. Kvöldverður á eigin vegum.

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

✓ Hækkun u.þ.b. 200 m

24. maí | Ruta di Camogli & Portofino

Gangan í dag hefst í fjallabörpinu 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 Tigullio 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. Kvöldverður á eigin vegum.



✓ Göngutími u.þ.b. 4,5 klst.

✓ Hækkun u.þ.b. 250 m

25. maí | Cinque Terre þorpin

Í dag munum við heimsækja hin einstöku þorp Cinque Terre. 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 höldum áfram með lest á milli þorpanna en endum svo daginn á því að ganga á milli Corniglia og Vernazza en göngustígurinn liggur í kletthlíðum um falleg vín- og sítrónuræktarlönd. Gera má ráð fyrir allt að 30 € aukakostnaði á mann þennan dag í almenningssamgöngur og aðgangseyri í þjóðgarðinn. Kvöldverður á eigin vegum.



- ✓ Gangan á milli Corniglia 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

26. maí | Frjáls dagur

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 gönguþreytu liðinna daga líða úr sér. Kvöldverður á eigin vegum.



27. maí | Camogli, San Rocco & San Fruttuoso víkin

Dagurinn byrjar með stuttri lestarferð yfir til bæjarins Camogli sem er staðsettur vestan megin við Portofino skagann. Camogli hefur verið fiskimannabær frá miðöldum og er einn sérstakasti bærinn í Ligúríu þar sem tengslin við sjávarnytjar eru sterk. Húsin eru litrík,



nátturufegurðin er mikil, fólkið aflappað og þar er allt hófstílltara en í nálægum bæjum, hér eru heimamenn og þeirra daglega líf í forgrunni. Eftir að hafa skoðað þennan skemmtilega bæ nánar tökum við stefnuna upp á höfðann og eftir um 40 mínútna 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. Sameiginlegur kvöldverður á hóteli.

- ✓ Göngutími u.þ.b. 4 klst.
- ✓ Hækkun u.þ.b. 500 m
- ✓ Góður göngustígur, tröppur upp fyrsta hlutann en síðan í gegnum skóglendi
- ✓ Lækkun 500 m eftir skógarstíg

28. maí | 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. Hóтелиð er staðsett við höfnina en á þaki þess er sundlaug, nuddpottur, sólarbekkir og frábært útsýni yfir Tigullio flóann. Einnig er hóтелиð með einkaströnd með strandbekkjum, bar og veitingastað. Snýrtilleg herbergin eru með sjónvarpi, míníbar og fríu þráðlausu netsambandi.



Verð

384.900 kr. á mann í tvíbýli | 39.300 kr. aukagjald fyrir einbýli.

Aukagjald fyrir herbergi með sjávarsýn 35.700 kr. á mann.

Aðeins í boði fyrir tveggja manna herbergi. Vinsamlegast hafið samband við Bændaferðir til að bóka herbergi með sjávarsýn.

Innifalið

- ✓ Flug með Icelandair til Milánó og flugvallarskattar.
- ✓ Rútuferð frá Milánó til Santa Margherita og til baka út á flugvöll.
- ✓ Gisting í 7 nætur á 4* hóteli í Santa Margherita.
- ✓ Morgunverður alla daga.
- ✓ Þrír kvöldverðir.
- ✓ Göngudagskrá í 5 daga.
- ✓ Íslensk fararstjórn.



Ekki innifalið

- ✓ Aðgangur í Cinque Terre þjóðgarðinn u.þ.b. € 30.
- ✓ Aðgangur að Cinque Terre göngustígnum € 8.
- ✓ Aðgangur að Ástarstígnum € 10.
- ✓ Kostnaður vegna lestarferða, bátsferða og strætisvagna.
- ✓ Hádegisverðir og annar tilfallandi kostnaður á göngunum.
- ✓ Fjórir kvöldverðir.
- ✓ Forfalla- og ferðatryggingar.
- ✓ Þjófnef.

