

E i n l a d u n g
Ligurien
Portofino, Cinque Terre und Genua
17.10. - 23.10.2021
7-tägige Aktivreise

Sehr geehrte Damen und Herren,

LFW-Studienreisen möchte Sie zu einer Wanderreise an die „Riviera di Levante“ einladen. Ligurien, der schmale Küstenstreifen östlich von Genua, der bis an die Grenze der Toskana reicht ist eine kulturgeschichtlich äußerst interessante Region Italiens. „Mare e monti“ - eine einzigartige Landschaft zwischen den Bergen und dem Meer bestimmt das Bild dieses schönen Küstenabschnitts. Weinbedeckte Hänge, Macchia-Wälder und Olivenhaine charakterisieren das nahezu unberührte Landschaftsbild des Hinterlandes. Die attraktive Küstenlandschaft der Cinque Terre, mit pulsierenden Fischerdörfern, kleinen Häfen und Naturschutzparks lädt zum Entdecken und Genießen der landestypischen Produkte ein. Auch Genua, Europäische Kulturhauptstadt 2004, werden Sie „erwandern“. Von der „Strada dei Forti“ (Straße der Festungen) werden Sie einen wunderbaren Ausblick auf diese großartige Stadt haben.

Die Strecken zwischen Ihren Start- und Zielpunkten legen Sie bequem mit der Bahn zurück. Hier können Sie entspannen und wiederum die wunderschöne Aussicht genießen.

Die von erfahrenen Führern begleiteten leichten bis mittelschweren Wanderungen ermöglichen Ihnen, diese einmalige Region aus einer neuen Perspektive näher kennen zu lernen. Unterwegs, oftmals auf nahezu unentdeckten Pfaden fernab vom Trubel, erleben Sie eine einzigartige Kombination aus Kunst und Kultur, Naturerlebnis und der Leidenschaft für die italienische Küche.

Bitte entnehmen Sie den genauen Reiseverlauf dem Detailprogramm.

Termin: 17.10. - 23.10.2021 (Ferien in NDS und NRW)
Reisenummer: R 21.043
Teilnehmerbeitrag: 1.290,- € pro Person



Darin sind folgende Leistungen enthalten:

- Flug mit Lufthansa von Frankfurt nach Genua (Rail & Fly ab/bis Osnabrück)
- Zwischenübernachtung auf Hinreise im 4* Meininger Hotel Frankfurt Flugh.
- Unterbringung im zentral gelegenen 4* Hotel Grande Albergo in DZ
- Mahlzeiten laut Programm
- Transferfahrten vor Ort per Bus und Bahn
- Bootsfahrt am 5. Tag
- Besichtigungsprogramm laut Ausschreibung
- Eintrittsgelder bei Besichtigungen mit Führung
- deutschsprachige Reiseführung
- Audio Systeme (zur Einhaltung der Hygiene- und Abstandsvorschriften)
- City Tax/Insolvenzversicherung/Reisebegleitung

(Zimmerupgrade gegen Aufpreis auf Anfrage möglich)

Reisebegleitung: Angela Brand

Einzelzimmer stehen nur begrenzt zur Verfügung. **EZ-Zuschlag: 150,- €**

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Wir bitten um verbindliche Anmeldung: schriftlich, online oder per-E-Mail.

Mindestteilnehmerzahl: 12 Personen

Mit der Anmeldebestätigung erhalten Sie von uns den Versicherungsschein. Wir erbitten erst dann eine Anzahlung von 10 % des Reisepreises.

Mit freundlichen Grüßen
LFW-Studienreisen

Veranstalter: LFW-Studienreisen

Program m (Änderungen vorbehalten)

01.Tag, Sonntag, 17.10.2021 Bahnreise Osnabrück - Frankfurt Flughafen

Am Nachmittag reisen Sie mit der Bahn von Osnabrück nach Frankfurt. Aufgrund der frühen Abflugzeit am nächsten Morgen beziehen Sie ganz in der Nähe des Flughafens Ihre Zimmer im komfortablen Meininger Hotel. Bei einem gemeinsamen Abendessen stimmen Sie sich auf die Reise ein.

02. Tag, Montag, 18.10.2021 Münster/Osnabrück - Sestri Levante

Am Morgen fahren Sie mit einem Shuttlebus ganz bequem zum Abflugterminal. Nachdem Sie mit der Lufthansa in Genua gelandet sind, bringt Sie der Bus nach Sestri Levante/Rapallo, wo Sie im 4* Hotel Grande Albergo Ihre Zimmer beziehen. Ihr Hotel für diese Reise liegt direkt an der Strandpromenade und im Stadtzentrum. Nach dem Check-in haben Sie ausreichend Gelegenheit einen kleinen Rundgang durch die bezaubernde italienische Kleinstadt zu machen und sich auf Ihre Reise einzustimmen. Das Abendessen wird Ihnen, wie auch an den folgenden Abenden, im Hotel gereicht.

03. Tag, Dienstag, 19.10.2021 Moneglia - Sestri Levante

Nach dem Frühstück fahren Sie mit der Bahn nach Moneglia, der Perle am tigullischen Golf. Da Moneglia nur durch einen Tunnel erreichbar ist, wirkt es noch ein wenig wie im „Dornröschenschlaf“. Aber gerade dieser Charme macht es aus, warum sich die Gäste und Einheimischen hier so wohl fühlen. Als „kleines Juwel an der ligurischen Küste“ bezaubert dieser entzückende Ort durch seine von Hügeln mit Weinbergen, Pinien- und Kastanienwäldern umschmückte Altstadt.

Die erste Wanderung führt Sie von Moneglia über Riva Trigoso zurück nach Sestri Levante. Diese Strecke zeichnet sich besonders durch ihre wunderschönen Ausblicke über den Golf von Tigullien aus. Während Ihres heutigen Ausflugs werden Sie unterwegs in einem gemütlichen Weinkeller zu einer Verkostung einiger erlesener Tropfen erwartet. Vielleicht haben Sie Lust, im Anschluss an die heutige Etappe noch etwas freie Zeit zum Flanieren über die Strandpromenade zu nutzen. (Gehzeit: ca. 4,5 Std., mittlerer Anspruch, Höhendifferenz: aufwärts ca. 350 m - abwärts ca. 250 m)



04. Tag, Mittwoch, 20.10.2021 Rapallo - Portofino - Santa Margherita Ligure



Am Vormittag reisen Sie bequem mit dem Zug bis Rapallo. Bei einer Führung werden Sie viel Wissenswertes über die geschichtsträchtige Vergangenheit dieser historischen Stadt erfahren. Ein 1911 entdecktes altes Grab lässt darauf schließen, dass es hier um 700 v. Chr. bereits die erste Siedlung gab. Sie lassen die gepflegten Strände des Ortes hinter sich und fahren mit dem Boot an Buchten von einzigartiger Schönheit entlang bis nach San Fruttuoso, ein winziges Fischerdorf. Diese kleine Bucht am Kap von Portofino, die von der mittelalterlichen Benediktinerabtei und dem Doria-Turm aus dem 16. Jh. beherrscht wird, ist nur mit dem Boot oder zu Fuß erreichbar. Hier beginnt nun Ihre

heutige Wanderung in Richtung Portofino. Dieser Wanderweg zählt durch seine einzigartige Flora und die spektakulären Ausblicke auf den Golf von Tigullien zu einem der schönsten dieses Küstenabschnittes. Der mondäne Ort Portofino ist einer der malerischsten Punkte der ligurischen Küste und weltberühmt für seinen kleinen wunderschönen Hafen. Das entzückende Fischerdorf ist von steil ansteigenden Abhängen mit Olivenbäumen, Steineichen, Pinien und Zypressen umgeben, die den Rahmen für die weite geschwungene

Häuserzeile in den typisch ligurischen Farben bilden. Mit dem Boot geht es weiter ins romantische Santa Margherita, ein ehemaliges antikes Fischerdorf, von wo aus Sie die Rückreise nach Sestri Levante mit der Bahn antreten.

(Gehzeit: ca. 2,5 Std., mittel, Höhendifferenz: aufwärts ca. 240 m – abwärts ca. 190 m)

05. Tag, Donnerstag, 21.10.2021 Die Festungen von Genua



Bequem geht es heute mit der Bahn in Richtung Genua, die 2004 Europäische Kulturhauptstadt war und eine der größten Altstädte Europas hat. "La Superba", "die Stolze" wird Genua liebevoll von den Italienern genannt. Mit der Seilbahn gelangen Sie hoch hinauf nach Righi, wo Ihre Wanderung entlang der Strada dei Forti (Straße der Festungen) beginnt, die immer wieder wunderbare Ausblicke auf die Stadt bietet. Einst war Genua von einer kilometerlangen, durchgehenden Mauer auf den Bergrücken oberhalb der Stadt umgeben. Forte Diamante, Puin und Sperone sind nur einige der guterhaltenen Festungen, die von der wechselvollen Geschichte der früheren Seerepublik zeugen.

Entspannen Sie unterwegs bei einem kleinen Mittagessen in einem rustikalen, typischen Lokal, wo die Besitzer Sie schon mit einem Lächeln und hausgemachten Spezialitäten empfangen werden. Auch von hier aus können Sie einen Teil der Festungsstraße überblicken.

Frisch gestärkt führt Sie Ihre Wanderung zurück nach Righi. Genießen Sie die Talfahrt mit der Seilbahn in die "La Superba". Anschließend erfolgt die Rückfahrt zu Ihrem Hotel.

(Gehzeit: ca. 3 Std., einfach, Höhendifferenz: aufwärts ca. 100 m - abwärts ca. 200 m)

06. Tag, Freitag, 22.10.2021 Cinque Terre



Heute verbringen Sie den Tag im UNESCO-Weltkulturerbe Cinque Terre, „fünf Dörfer“. Das Gebiet umfasst fünf kleine Küstenorte, die einst vom Festland abgetrennt waren und von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt wurden. Sie liegen auf einem Küstenstreifen von nur 9 km Länge verteilt, im äußersten Südosten der Ligurischen Riviera und zählen landschaftlich zu den reizvollsten Regionen Italiens.

Eine Wanderung entlang der Cinque Terre ist immer von der aktuellen Witterung und Beschaffenheit der Wegstrecken abhängig, wobei das Meer, egal auf welcher Route, immer im Vordergrund steht. In den wunderschönen Dörfern am Meer gilt es farbenfrohe Häuser zu entdecken, die zum Teil in

aberwitzigen Verschachtelungen über- und nebeneinander hoch über dem Meer in den Felsen hineingebaut wurden oder auch Weinberge, die sich ins Landesinnere hinein erstrecken. Egal, ob Sie die Route von Corniglia über Vernazza nach Monterosso al Mare führen wird oder die Witterung doch eher für die Tour ab Levanto über Monterosso nach Vernazza spricht, die Cinque Terre bietet Fotomotive wie aus dem Bilderbuch, mit unvergesslichen Landschaften.

Nach einem eindrucksvollen Tag erreichen Sie nach einer kurzen Bahnfahrt wieder Ihr Hotel. Nun heißt es schon bald Abschied nehmen vom schönen Ligurien. Lassen Sie noch einmal gemeinsam die vielen neuen Eindrücke dieser abwechslungsreichen Wanderreise bei einem gemütlichen Abendessen in einem typischen Restaurant Revue passieren.

(Gehzeit: ca. 4,5 Std., mittel bis anspruchsvoll, teils steile Auf- und Abstiege, teils Treppen, Höhendifferenz: aufwärts ca. 550 m - abwärts ca. 550 m)

07. Tag, Samstag, 23.10.2021 Rückreise

Nach dem Frühstück fahren Sie mit dem Bus zum Flughafen Genua. Mit der Lufthansa fliegen Sie zurück nach Frankfurt und steigen dort für die Weiterreise in den Zug nach Osnabrück.