

16 Novembre 2025
Liguria
PARCO delle CINQUETERRE
...da Monterosso a Riomaggiore



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.

PROGRAMMA

Ore 7.00 ritrovo Piazzale Loreto davanti alla Banca Popolare di Novara
Ore 7.15 partenza in pullmino per Monterosso

ESCURSIONE Monterosso-Vernazza-Corniglia-Manarola-Riomaggiore

Partenza per il ritorno con arrivo entro le ore 20.00

DIFFICOLTA': media

ISCRIZIONI ENTRO: 14 novembre
MIN/MAX partecipanti: 5/8

QUOTA ISCRIZIONE: € 15

LA QUOTA COMPRENDE: assicurazione, 1 accompagnatore Panda Trek

LA QUOTA NON COMPRENDE: viaggio A/R in pulmino, pasti, ingressi vari e quanto non riportato ne "LA QUOTA COMPRENDE"

Viaggio in pulmino 9 posti da Milano: € 170 totali da dividere per il numero dei partecipanti

Ingresso al parco delle Cinqueterre: € 6 (da acquistare a cura del partecipante)

Treno Riomaggiore- Monterosso: € 3 (da acquistare a cura del partecipante)

Arroccata su di una maestosa ed affascinante scogliera, **Vernazza** compare già nelle cronache del 1080 come borgo fortificato ed efficiente base marittima dei marchesi Obertenghi, probabile punto di partenze e di approdo delle forze navali impiegate per la difesa dai saraceni. Il medioevale borgo, con i suoi vicoli magici e misteriosi racchiusi fra le case multicolori, rosa, rosse e gialle e classificato fra i primi cento borghi più belli d'Italia, vanta un'antica e lunga tradizione marinara, un orgoglioso passato di naviganti e condottieri. Nel 1170 Vernazza al fianco di Genova combattè e vinse contro i Pisani, e come fedele alleata della Repubblica, a metà del mille duecento fu coinvolta negli scontri con le truppe di Federico II.

Un antico borgo romano con una lunga e ricca tradizione agricola. Arroccato su di una suggestiva scogliera alta un centinaio di metri, **Corniglia** è l'unico paese ad essere quasi inaccessibile dal mare. Per raggiungerlo bisogna salire "Lardarina", una lunga scalinata di mattoni (33 rampe con 377 gradini), o percorrere la strada carrozzabile che sale dalla ferrovia. L'abitato, circondato su tre lati da vigneti e terrazzamenti, si sviluppa seguendo la "struttura a nastro" della principale Via Fieschi. Il paese ha origini romane, ed il toponimo Corniglia deriva dal colono romano Corneliu, produttore dell'allora già rinomato vino bianco.

Un affresco dai colori solari, un paradiso di vitigni ed ulivi, un antico borgo dai colori salini nel quale le case sembrano nascere dalla scogliera della lunga e stretta marina. Le prime testimonianze storiche su **Manarola** appartengono alla seconda metà del Duecento e sono legate alle vicende del dominio della famiglia dei Fieschi di Lavagna. Questi ultimi, da tempo in lotta con la repubblica di Genova, furono battuti nel 1273 quando la Superba inviò una flotta di 14 galee per contrastare il ribelle Niccolò Fieschi, signore del borgo.

Stretto tra due ripide colline terrazzate che scendono al mare in ripide balze, l'antico borgo di **Riomaggiore**, colpisce per le sue case costruite in verticale e deliziosamente colorate, mentre passeggiando tra i vicoli, le volte e le scale del borgo, si resta affascinati dall'alternarsi di luci ed ombre. Tutte le abitazioni hanno due entrate: una sulla facciata a livello del vicolo, l'altra sul retro all'altezza della strada superiore, struttura che, nel 1500 garantiva una via di fuga in caso di attacco da parte dei saraceni. Le prime notizie sul territorio di Riomaggiore risalgono a quando nel 1251, gli abitanti delle piccole frazioni a mezza costa di Casen, Cacinagora, Saricò e Lemen decisero di confluire alla foce del "rio" e fondare Riomaggiore.

Le attività di Panda Trek sono rivolte ai soci. La tessera ha validità annuale, dal 20 gennaio al 19 gennaio dell'anno successivo. Le quote associative sono: - *Socio Ordinario*: € 15,00 (dai 13 anni in su) - *Socio Junior*: € 10,00 (fino ai 13 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 -e-mail: pandatrek@gmail.com / pandatrek.elio@gmail.com - Sito: www.pandatrek.it